

## Que signifie « vieillir » ?

Mots clés :  
Personne âgée  
Vieillesse  
Vieillessement  
Représentation  
Déterminants  
Facteurs sociaux

Dans notre société, où la part des plus de 60 ans augmente chaque année, la question du « bien vieillir » est primordiale. La réponse dépend pour beaucoup des choix de vie personnels<sup>1</sup>, mais aussi de facteurs socioculturels<sup>2</sup>. Selon des études Suisse<sup>3</sup> et Française<sup>4</sup>, les représentations de la vieillesse et du vieillissement – et les comportements qui en découlent – diffèrent profondément selon l'âge, les conditions sociales et le parcours de vie. Il est important pour le médecin de le prendre en compte pour choisir ce qui est le mieux adapté pour la personne qui le consulte.

### Que signifie « vieillesse » pour nos patients ?

Une étude Suisse<sup>3</sup> a interrogé 177 octogénaires (la plupart vivant à domicile en relative bonne santé) et 102 jeunes adultes sur ce que leur inspirait le mot « vieillesse » comme images et propositions.

**Les jeunes** (20 à 40 ans), sur 533 items, font 93 références à la *dégradation du corps* (apparence et santé) ; 82 à des *aspects philosophiques de nature positive* (sagesse, expérience, disponibilité, écoute) ; 87 à des *aspects socio-familiaux* négatifs (solitude, manque de contacts), ou positifs (importance de l'entourage, rôle des grands parents) ; 51 à des *aspects psychologiques*, autant positifs (sérénité, plénitude, paix) que négatifs (détresse, angoisse, tristesse). Ainsi la vieillesse est ressentie pour 47% comme associée à des pertes de divers ordres, mais pour 34% à des ressources maintenues ou améliorées (connaissances, expérience, sagesse) ou acquises (temps libre, liberté, petits-enfants).

**Les octogénaires**, sur 429 items, évoquent dans 154 items *des pertes* (santé fonctionnelle et apparence, pertes mentales et psychologiques, isolement, sentiment d'inutilité), *les aspects positifs n'étant que marginaux* (17) ; dans 144 items la vieillesse est un fait normal, inéluctable qu'il faut accepter, une identité qui n'a pas à être définie, mais qui est souvent négative.

**Si la vision des ressources perdues** est assez proche quel que soit l'âge (47% et 36%), **celle des ressources conservées ou acquises**, vue comme importante chez les jeunes, est marginale chez les octogénaires. La représentation identitaire est propre aux octogénaires et présentée comme une évidence, face à laquelle on ne peut rien.

### Que conclure pour notre pratique ?

**La vieillesse ne recouvre pas une réalité bien définie** : l'espérance de vie varie selon le sexe, les régions, les métiers exercés ; vieillesse et vieillissement ne peuvent être pensés en dehors du contexte socioculturel et environnemental.

**Les représentations de la vieillesse varient selon le contexte**. L'analyse ne peut être qu'individuelle, centrée sur le parcours de vie de la personne âgée. La « vieillesse » est une conception plurielle et hétérogène, basée sur un ensemble de valeurs et références qui donnent sens à l'existence.

**Ce n'est qu'en donnant la parole à la personne âgée** que l'on peut « entendre » l'ensemble de son contexte et varier les conseils demandés. Il faut connaître et comprendre ce contexte et ses déterminants sociaux et environnementaux pour les utiliser au mieux dans l'intérêt de la personne concernée. Nous en ferons une analyse dans un prochain Bibliomed.

### Quels en sont les déterminants sociaux ?

**Variations socioculturelles ?** dans l'étude Suisse<sup>3</sup> les représentations des octogénaires genevois (région urbanisée à culture laïque) signalaient plus que les valaisans (région semi rurale à culture catholique) les ressources perdues (89 vs 68). Les valaisans faisaient davantage référence au caractère inéluctable de la vieillesse (70 vs 36) et des pertes qui l'accompagne. Les auteurs attribuent ces différences à une morale de l'acceptation, de la soumission, en rapport avec les différences de culture et de relation avec le catholicisme (82% des octogénaires valaisans ont une pratique religieuse régulière vs 55% des genevois).

**Pessimisme et fatalité...** Trente Français âgés répondant à 2 enquêtes<sup>4</sup> considèrent la retraite comme une mort sociale, avec l'âge et l'image de la vieillesse dans l'imaginaire collectif, « *la seule maladie dont on ne peut espérer guérir* ». Passer de l'autonomie à la fragilité et à la dépendance est considéré comme « obligatoire » alors même que la grande majorité vivent leur vieillissement sans perte d'autonomie, la dépendance ne concernant que 10% des personnes âgées.

**Mais hétérogénéité importante**. Le parcours de vie, le métier, les valeurs et références culturelles, socialement et historiquement datées, tout ce qui a construit la personne, les événements passés et présents conditionnent le vécu de la vieillesse, qui varie selon le sexe, le lieu d'habitation, le milieu et l'environnement social. Donner la parole à la personne concernée aide à la comprendre, à l'aider à être acteur de son devenir, à choisir ce qui est le mieux adapté pour elle.

#### Références

- 1- SFDRMG. Les règles d'or du « bien vieillir ». Prévenir, manger, bouger. *Médecine*. 2009;5(10):456-62.
- 2- Barthélémy L et al. Les déterminants socio-environnementaux de la santé des aînés. *Santé de l'homme*. 2011;411:11-42.
- 3- Hummel C. Représentations de la vieillesse chez de jeunes adultes et des octogénaires. *Gérontologie et société*. 2001;3(98):239-51.
- 4- Alvarez S. Représentations sociales du vieillissement : changer de regard. *Santé de l'homme*. 2011;411:15-8.

