L'importance de la médecine gériatrique

La valeur ajoutée pour les personnes âgées de la société civile

La médecine gériatrique est la branche de la médecine qui se consacre à la santé et aux soins des personnes âgées, en abordant la santé physique, la mémoire et les fonctions cognitives, l'autonomie au quotidien, les besoins sociaux, la prévention, la réadaptation et les soins de fin de vie. Elle va au-delà du simple traitement des pathologies individuelles : elle prend en charge la personne dans sa globalité.

Les gens vivent plus longtemps que jamais. C'est une bonne nouvelle, et l'ensemble des connaissances issues de la médecine gériatrique est essentiel pour permettre à ces personnes de mener une vie plus longue en bonne santé, active et épanouie. Ce corpus de connaissances n'est pas réservé à une poignée de spécialistes : il constitue un élément essentiel de soins de santé de qualité destinés aux personnes âgées. Vivre plus longtemps ne doit pas seulement signifier ajouter des années à la vie, mais aussi préserver la capacité à vivre de manière autonome et à être traité avec respect et dignité, tout en conservant une bonne qualité de vie globale.

Cette note explique en quoi les principes de la médecine gériatrique sont importants, ce qui doit changer et comment nous pouvons tous jouer un rôle, en tant qu'individus, communautés et organisations, pour rendre les soins gériatriques plus visibles, plus accessibles et mieux valorisés.

Messages clés

Le vieillissement est une expérience humaine commune, et vivre plus longtemps devient une réalité pour un nombre croissant d'entre nous. Les systèmes de santé doivent s'adapter dès maintenant pour répondre à l'ensemble des besoins liés à l'allongement de la durée de vie.

Au fur et à mesure que nous vieillissons, nos besoins en matière de santé deviennent plus complexes. La médecine gériatrique existe précisément pour y répondre, en adoptant une **approche globale** qui favorise la **santé physique, le bien-être mental, l'autonomie et la qualité de vie.**

Les personnes âgées méritent la même qualité de soins que tout le monde, quel que soit leur âge. Elles nécessitent souvent des approches différentes en matière de diagnostic, de traitement, de rééducation et de communication. **L'expertise dans la prise en charge des personnes âgées n'est pas facultative : elle doit être la norme.**

Beaucoup de gens pensent à tort que la confusion, les problèmes de mémoire, les chutes ou le besoin d'une aide pour les activités de la vie quotidienne relèvent simplement du «vieillissement normal», ce qui peut retarder le diagnostic et le traitement. Une meilleure compréhension du vieillissement, en termes de ce qui est normal et de ce qui nécessite une évaluation médicale, **permet aux individus, aux familles et aux communautés** de reconnaître précocement les problèmes et rechercher à temps l'aide appropriée et de vieillir mieux.

Les personnes âgées ne doivent pas se contenter de recevoir des soins de façon passive. Elles doivent participer à leur conception. **Ce qui compte le plus pour les personnes âgées doit être pris en compte dans leurs soins et par leurs aidants.**

Investir dans les soins gériatriques ne profite pas qu'aux personnes âgées, mais aussi aux familles, aux aidants et à la société dans son ensemble.



Cette publication s'appuie sur les travaux de l'Action COST PROGRAMMING, CA21122, soutenue par COST (European Cooperation in Science and Technology, Coopération européenne en science et technologie). COST est une agence de financement des réseaux de recherche et d'innovation. Nos actions contribuent à établir un lien entre les initiatives de recherche à travers l'Europe et permettent aux scientifiques de développer leurs idées en les partageant avec leurs pairs. Cela stimule leur recherche, leur carrière et l'innovation. Ce présent document est un outil conçu pour sensibiliser les personnes âgées, leurs familles et les organisations de la société civile à l'importance de la médecine gériatrique, en mettant en avant sa valeur pour les personnes âgées, les communautés et la société dans son ensemble. Il est le fruit d'un processus de co-création et de révision en plusieurs étapes mené par les chercheurs engagés. Son contenu s'articule autour de trois questions fondamentales : 1) Pourquoi la médecine gériatrique est-elle importante pour les personnes âgées et la société civile? 2) Qu'est-ce qui doit changer? Et 3) comment pouvons-nous tous jouer un rôle pour y parvenir?

COST CA21122

PROGRAMMING

PROmoting GeRiAtric Medicine in countries where it is still eMergING

I. Pourquoi la médecine gériatrique est-elle importante?

LE VIEILLISSEMENT EST UNE EXPÉRIENCE HUMAINE COMMUNE QUI PRÉSENTE PLUSIEURS CARACTÉRISTIQUES INCONTOURNABLES | On reconnaît de plus en plus la nécessité de mieux comprendre le vieillissement, dans ses dimensions physiques, mentales et sociales. Une meilleure compréhension du vieillissement peut aider les individus, les familles et les communautés à identifier les changements liés à l'âge et à favoriser un vieillissement en **bonne santé, autonome, et rester actif le plus longtemps possible**. Les personnes âgées méritent que leurs besoins soient compris et pris en charge de manière appropriée.

LA MÉDECINE GÉRIATRIQUE ADOPTE UNE APPROCHE HOLISTIQUE | Les connaissances issues de la médecine gériatrique ciblent la santé et les soins des personnes âgées, à travers une approche holistique. Elles prennent en compte la capacité d'une personne à gérer ses activités de la vie quotidienne, sa santé mentale et sa situation sociale. L'objectif est de venir en soutien à ce qui compte le plus, en particulier **la qualité de vie, l'indépendance, la dignité, le bien-être et la participation à la vie sociale**. Ce type de prise en soins est particulièrement efficace lorsqu'une équipe composée de différents professionnels, tels que des médecins, des infirmiers et des travailleurs sociaux, qui agissent conjointement avec les patients et leurs aidants pour offrir un accompagnement coordonné et personnalisé.

LA VOIX DES PERSONNES ÂGÉES DOIT ÊTRE ENTENDUE | Les personnes âgées souhaitent avoir leur mot à dire sur leurs propres soins et définir leurs propres priorités, mais les systèmes de santé actuels ne leur facilitent pas toujours la tâche. Trop souvent, les personnes âgées ne disposent pas d'informations suffisantes, ni du temps, ni des opportunités nécessaires pour réaliser ce qui leur arrive. La médecine gériatrique pose la question « Qu'est-ce qui compte pour vous ? » et pas seulement « Qu'est-ce qui ne va pas chez vous ? » C'est à cela que doivent ressembler des soins de qualité.

INVESTIR DANS LES SOINS GÉRIATRIQUES PEUT ÊTRE BÉNÉFIQUE TANT POUR LES INDIVIDUS QUE POUR LA SOCIÉTÉ | De meilleurs soins gériatriques aident les personnes à rester actives au sein de la communauté et à vivre de façon indépendante chez elles plus longtemps, tout en apportant un soutien aux familles et aux aidants. En identifiant et en prenant en charge les problèmes à un stade précoce, il est possible de réduire les hospitalisations inutiles ainsi que les entrées en institution ou en hospitalisation. Cela contribue également à rendre les établissements de santé plus efficients pour tous.

II. Que faut-il faire pour garantir aux personnes âgées les meilleurs soins possibles?



CHANGER NOTRE FAÇON DE PENSER ET DE PARLER DU VIEILLISSEMENT

Les stéréotypes négatifs liés au vieillissement sont encore courants, tant dans le domaine de la santé que dans la vie quotidienne. Cela peut avoir des répercussions négatives sur l'accès aux diagnostics, aux traitements et à la rééducation pour les personnes âgées. Sensibiliser le public et faire évoluer ces attitudes devraient constituer une priorité de toutes les actions liées au vieillissement et à la diffusion des principes de la médecine gériatrique, afin de garantir que les personnes âgées soient traitées avec respect, équité et dignité à tous les niveaux de leur prise en soins. **Vieillir est un processus naturel de la vie. Il s'agit là d'une chance de continuer à vivre pleinement, tout en apportant sa pierre à la société grâce à sa sagesse et à son expérience.**



SENSIBILISER LE GRAND PUBLIC AU VIEILLISSEMENT ET A LA MEDECINE GERIATRIQUE

Les individus et les associations devraient avoir accès à des informations claires et simples sur ce qu'est la médecine gériatrique, ce qu'elle propose et comment elle aide les personnes à rester en bonne santé, actives et autonomes au fur et à mesure qu'elles vieillissent. Cela devrait également inclure les notions fondamentales relatives au processus de vieillissement lui-même, notamment sur les changements pouvant survenir avec l'âge et ceux qui peuvent être des signes de problèmes de santé nécessitant une évaluation médicale (tels que les troubles neuro-cognitifs ou l'incontinence). **Une meilleure compréhension permet de réduire les idées reçues et d'accéder plus rapidement à des soins adaptés.**



ÊTRE A L'ECOUTE DES PERSONNES AGEES ET VEILLER A CE QUE LES SOINS SOIENT INFLUENCES PAR LEURS EXPERIENCES

Ce qui compte pour les personnes âgées, ce qu'elles attendent et ce dont elles ont besoin devraient guider la manière dont les services sont conçus, dont les professionnels sont formés et dont les politiques sont élaborées. **Un bon soin gériatrique ne peut se concevoir sans la participation de la personne à laquelle il est destiné.**



INFORMER LES PARTIES PRENANTES SUR LES PRINCIPES DE LA MEDECINE GERIATRIQUE ET SOUTENIR CEUX QUI S'OCCUPENT DES PERSONNES AGEES

Les membres de la famille qui s'occupent de leurs proches et les professionnels de santé sont souvent les principaux interlocuteurs des personnes âgées. Ils ont besoin d'une formation claire et pratique sur les soins gériatriques et sur ce que sont des soins de qualité pour les personnes âgées. De plus, les aidants sont souvent confrontés à des difficultés émotionnelles, physiques et financières. Ils doivent bénéficier d'un soutien et d'une reconnaissance. **Lorsque les aidants sont informés et soutenus, ils sont plus à même d'accompagner les personnes âgées.**



DONNER AUX PERSONNES AGEES LES MOYENS DE DEMANDER ET D'EXIGER LE MEILLEUR SOIN

Les personnes âgées et leurs familles doivent savoir si les professionnels de santé ont reçu une formation en gériatrie, et ils devraient se sentir à l'aise pour solliciter cette expertise. La mise en place de systèmes clairs permettant de reconnaître cette formation et d'en assurer sa certification aiderait les personnes à faire des choix éclairés et favoriserait l'accès à des soins adaptés. **Savoir prendre soin des personnes âgées devrait être la norme, et non l'exception.**



INTEGRER LA MEDECINE GERIATRIQUE DANS LA VIE QUOTIDIENNE ET ENCOURAGER LES COMMUNAUTES A BIEN VIEILLIR

Il convient d'aider les communautés à comprendre comment le vieillissement affecte la santé et la vie quotidienne, et ce qu'il est possible de faire pour rester actif et autonome le plus longtemps possible. La visibilité de la médecine gériatrique au-delà des hôpitaux et des cliniques devrait faire partie intégrante de cette démarche. Un accompagnement gériatrique de proximité peut aider les personnes âgées à continuer de vivre de manière autonome, tout en restant connectés les uns aux autres, et impliquées au sein de leur quartier. **«Bien vieillir» commence au sein de nos communautés. Les soins préventifs et un accompagnement adapté au bon moment peuvent faire une réelle différence. Il n'est jamais trop tôt, ni jamais trop tard, pour commencer à prendre soin de la façon dont nous vieillissons.**

III. Comment passer des paroles aux actes ?

1. MISE EN PLACE DE CAMPAGNES DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION DU GRAND PUBLIC SUR LE VIEILLISSEMENT ET LA MÉDECINE GÉRIATRIQUE

- Travailler ensemble pour produire des informations claires et simples, accessibles à tous, sur ce qui se passe lorsque l'on vieillit, comment rester en bonne santé et ce que les soins gériatriques peuvent apporter.
- Veiller à ce que ces informations précisent quels changements font partie du processus normal de vieillissement et lesquels ne le sont pas. Aider les personnes à reconnaître les problèmes de santé qui nécessitent une prise en charge, ainsi que les signes avant-coureurs tels que la confusion, les chutes, les problèmes liés aux médicaments et le déclin de la mémoire. Leur permettre de comprendre quand et où solliciter de l'aide, et de savoir comment la médecine gériatrique peut les accompagner.

2. DONNER AUX PERSONNES ÂGÉES UN RÔLE ACTIF DANS L'ÉLABORATION DES SOINS GÉRIATRIQUES

- Encourager et soutenir les personnes âgées à participer activement à l'élaboration des soins qu'elles reçoivent, non seulement en tant que bénéficiaires de soins, mais aussi en tant que partenaires dans leur conception. L'implication des personnes âgées est particulièrement essentielle lorsqu'elles sont confrontées à plusieurs problèmes de santé ou à des difficultés cognitives.
- Impliquer davantage les personnes âgées dans la recherche en santé afin que les nouveaux traitements et les soins de santé leur soient également bénéfiques et porposés.
- Transformer les établissements de santé et du secteur médico-social en environnements adaptés aux personnes âgées, en favorisant la dignité et le respect.
- Intégrer les expériences et les témoignages des personnes âgées et de leurs aidants dans la formation professionnelle, la recherche en santé et la réglementation.

cost EUROPEAN COOPERATION IN SCIENCE & TECHNOLOGY
Funded by the European Union
EuGMS European Geriatric Medicine Society
Fostering geriatric medicine across Europe

3. RENFORCER LA FORMATION DES AIDANTS INFORMELS ET DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

- Développer et mettre en œuvre des programmes de formation destinés aux aidants familiaux, aux aidants professionnels et au personnel des établissements de soins de longue durée.
- Mettre l'accent sur les principes fondamentaux de la médecine gériatrique, la prévention, la détection précoce des problèmes et la continuité des soins.

4. RECONNAÎTRE ET PROMOUVOIR L'EXPERTISE EN MATIÈRE DE PRINCIPES DE SOINS GÉRIATRIQUES

- Plaider en faveur de la mise en place de certifications claires et reconnaissables indiquant quels professionnels de santé sont formés aux principes des soins gériatriques.
- Plaider pour que des soins de santé spécialisés destinés aux personnes âgées soient mis à disposition, y compris dans les pays où ils n'existent pas actuellement.
- Demander que les informations relatives aux compétences gériatriques des professionnels de santé soient accessibles au public afin que les personnes âgées et leurs familles puissent choisir des professionnels qualifiés et exiger les soins qu'elles méritent.
- Soutenir les équipes de professionnels de santé formés aux soins aux personnes âgées et les aider à travailler en étroite collaboration avec les services de santé et les services de proximité.

5. INTÉGRATION DE LA PRÉVENTION ET DU VIEILLISSEMENT EN BONNE SANTÉ À TOUTES LES ÉTAPES DE LA VIE

- Intégrer des messages sur la prévention et le vieillissement en santé dans toutes les activités sociales, culturelles, éducatives et de sensibilisation, dès l'âge mûr, voire même plus tôt, pas seulement chez les personnes âgées.

6. PROMOUVOIR LES SOINS PRÉVENTIFS, LA CULTURE DU SOIN ET LA SENSIBILISATION À LA SANTÉ PUBLIQUE

- Diffuser des informations faciles à comprendre par le biais de la télévision, de la radio, des sites web, des réseaux sociaux, des brochures, des conférences et des événements grand public, notamment en matière de vaccinations, d'alimentation saine, d'activité physique, des liens sociaux et des communautés adaptées aux personnes âgées qui accompagnent les personnes tout au long de leur vieillissement.

7. COLLABORER AVEC LES ASSOCIATIONS LOCALES, LES ORGANISMES CARITATIFS ET LES GROUPES DE DÉFENSE DES DROITS

- Établir des partenariats avec les associations de personnes âgées, les groupes de patients et les organisations bénévoles afin de concevoir des activités communautaires qui répondent à des besoins réels et reflètent les expériences vécues.
- Utiliser ces partenariats pour renforcer les efforts de plaidoyer, influencer les décideurs politiques et obtenir un soutien et des financements.

Conclusion principale

La médecine gériatrique et l'ensemble des connaissances issues de cette spécialité ont une valeur évidente et avérée, **pour les personnes âgées, leurs familles et pour la société dans son ensemble**. Les systèmes de santé doivent désormais s'adapter aux réalités de sociétés comptant un nombre croissant de personnes âgées. Tirer le meilleur parti de l'allongement de la durée de vie implique d'investir dans des soins adaptés, de sensibiliser le public et de changer notre façon de penser et de parler du vieillissement, au sein de nos communautés, dans le secteur de la santé et au niveau politique. **La vieillesse est l'avenir commun de tous ceux qui vivent assez longtemps!**

La voie à suivre est claire. Mais elle exige que nous agissions tous, individus, communautés, professionnels de santé et décideurs politiques.

Déclaration de transparence: *l'IA générative a été utilisée uniquement pour faciliter la révision éditoriale d'un manuscrit initialement rédigé par des auteurs humains, notamment pour améliorer le style, raccourcir le texte et synthétiser des idées complexes en une formulation concise. Les données factuelles, les recommandations politiques, l'interprétation et le contenu final ont été élaborés, relus de manière critique et approuvés par les auteurs, qui assument l'entière responsabilité du document.*

AUTRES RESSOURCES (disponibles sur www.cost-programming.eu/) **:**

1. Notes de plaidoyer de PROGRAMMING: L'importance de la médecine gériatrique: la valeur ajoutée pour... les systèmes de santé et les décideurs politiques, les professionnels de santé, les formateurs en santé et les concepteurs de programmes de formation
2. Publications de l'action COST 21122 « PROGRAMMING »
3. Vidéo de 90 secondes présentant l'action COST 21122 « PROGRAMMING »
4. Courte vidéo expliquant la médecine gériatrique
5. Glossaire des termes de médecine gériatrique de « PROGRAMMING »

PROGRAMMING COST ACTION 21122

RÉFÉRENCES:

1. Christensen K, Doblhammer G, Rau R, Vaupel JW. Ageing populations: the challenges ahead. Lancet. 2009;374(9696):1196-208. doi.org/10.1016/s0140-6736(09)61460-4

2. Lazarova S, Petrova-Antonova D. Gaps in dementia knowledge: a nationwide study of public awareness and misconceptions in Bulgaria. Psychogeriatrics. 2025;25(2):e70016. doi.org/10.1111/psyg.70016

3. Pacifico D, Fiordelli M, Fadda M, Serena S, Piumatti G, Carlevaro F, et al. Dementia is (not) a natural part of ageing: a cross-sectional study on dementia knowledge and misconceptions in Swiss and Italian young adults, adults, and older adults. BMC Public Health. 2022;22(1):2176. doi.org/10.1186/s12889-022-14578-8

4. Lin L, Liao S, Yan Z, Liu C, Wang Q, Wang F. The Level of Expectations Regarding Aging Among Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. J Am Med Dir Assoc. 2024;25(3):410-6. doi.org/10.1016/j.jamda.2023.08.027

5. Sarkisian CA, Hays RD, Mangione CM. Do older adults expect to age successfully? The association between expectations regarding aging and beliefs regarding healthcare seeking among older adults. J Am Geriatr Soc. 2002;50(11):1837-43. doi.org/10.1046/j.1532-5415.2002.50513.x

6. Lothian K, Philp I. Maintaining the dignity and autonomy of older people in the healthcare setting. Bmj. 2001;322(7287):668-70. doi.org/10.1136/bmj.322.7287.668

7. Lundqvist M, Alwin J, Henriksson M, Husberg M, Carlsson P, Ekdahl AW. Cost-effectiveness of comprehensive geriatric assessment at an ambulatory geriatric unit based on the AGe-FIT trial. BMC Geriatr. 2018;18(1):32. doi.org/10.1186/s12877-017-0703-1

8. Nord M, Lyth J, Marcusson J, Alwin J. Cost-Effectiveness of Comprehensive Geriatric Assessment Adapted to Primary Care. J Am Med Dir Assoc. 2022;23(12):2003-9. doi.org/10.1016/j.jamda.2022.04.007

ÉQUIPE DES COORDINATEURS PRINCIPAUX (par ordre alphabétique):

Rui Buzaco Family Unit, Clínica CUF Estádio José de Alvalade, Lisbon, Portugal **Monserrat Conde** Nuffield Department of Primary Care Health Sciences, University of Oxford; Cochrane Global Ageing, UK **Sofia Duque** Internal Medicine Department, Hospital Cuf Descobertas, Lisboa; Nova Medical School, Lisboa. Portugal **Anne Wissendorff Ekdahl** Department of Clinical Sciences, Helsingborg Hospital, Faculty of Medicine, Lund University, Lund, Sweden **Meltem Koca** Department of Geriatric Medicine, Etlik City Hospital, Ankara, Türkiye **Marina Kotsani** Hellenic Society for the Study and Research of Ageing, Athens, Greece **Serdar Ozkok** Department of Internal Medicine, Division of Geriatrics, Istanbul University, Istanbul, Türkiye **Karolina Piotrowicz** Department of Internal Medicine and Gerontology, Jagiellonian University Medical College, Kraków, Poland **Maria Tampaki** Athens Chest Hospital 'Sotiria' and National and Kapodistrian University of Athens, Greece.

GROUPE DE TRAVAIL:
Outre les coordinateurs principaux (par ordre alphabétique)

Athanase Benetos University of Nancy, INSERM u1116, Nancy, France **Nenad Bogdanovic** Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden **Sylvie Bonin-Guillaume** Aix Marseille University, University hospital of Marseille, France **Tahir Masud** Nottingham University Hospitals NHS Trust, UK **Ian Perera** Department of Internal Medicine and Gerontology, Jagiellonian University Medical College, Kraków, Poland (proofreading) **Mirko Petrovic** Ghent University, Ghent, Belgium **Maria Cristina Polidori** University Hospital of Cologne,Germany **Roman Romero-Ortuno** Trinity College Dublin, Ireland. **Tamar Yellon** Hebrew University of Jerusalem, Israel.

EQUIPE POUR LA TRADUCTION:
Evelyne LIUU et Sylvie BONIN-GUILLAUME

PERSONNE À CONTACTER:
Sylvie Bonin-Guillaume sylvie.BONIN-GUILLAUME@univ-amu.fr

SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE GÉRIATRIE & GÉRONTOLOGIE

HC EDUCATORS HC PROFESSIONALS HC POLICYMAKERS

cost EUROPEAN COOPERATION IN SCIENCE & TECHNOLOGY
Funded by the European Union
EuGMS European Geriatric Medicine Society
Fostering geriatric medicine across Europe