Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée

Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses

Band: 6 (2014)

Heft: 4: Le grand âge : les défis du changement démographique

Artikel: La longévité actuelle est un phénomène relativement nouveau : de nombreuses questions restent encore sans réponse

Autor: Tremp, Urs / Becker, Stefanie

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-813744

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La longévité actuelle est un phénomène relativement nouveau

De nombreuses questions restent encore sans réponse

Les personnes très âgées sont une chance pour la société. Mais nous devons corriger notre image de la vieillesse et accepter que les pertes et les fragilités font partie de la vie, affirme la gérontologue Stefanie Becker*.

Propos recueillis par Urs Tremp

Pour vous, est-ce une belle perspective de pouvoir un jour avoir plus de 100 ans?

Stefanie Becker – Fondamentalement oui. Mais il ne s'agit pas – et en cela je partage l'avis de nombreux chercheurs dans le domaine du grand âge – d'atteindre le plus grand nombre possible d'années à vivre, c'est-à-dire une longévité d'un point de vue quantitatif. La question qui importe est davantage celle de savoir comment on peut remplir ces années de vie gagnées d'un point de vue qualitatif.

Et comment le peut-on justement?

Cela varie d'une personne à l'autre. Cela dépend aussi des perceptions subjectives. Il n'y a pas de règle générale, et ce ne sont pas des éléments extérieurs qui le déterminent. Encore une fois: chacune et chacun porte une large part de responsabilité.

La société n'a donc pas à se soucier de savoir comment les individus doivent vivre pour être heureux jusqu'à un âge très avancé?

Oh si. La société a aussi sa contribution à apporter. Elle doit en effet veiller à ce que les personnes très âgées puissent participer à la vie sociale.

Sera-ce alors naturel que nous croisions bientôt des personnes de 95 ans à des soirées dansantes, à des manifestations ou à la piscine?

Oui, c'est bien possible. Mais d'expérience, nous savons qu'il y a des choses que nous n'avons plus envie de faire depuis bien longtemps et que nous laissons aux générations suivantes. Il y a beaucoup de choses que des personnes très âgées ne veulent plus faire ou dont elles n'ont plus vraiment besoin pour vivre. Elles ne doivent pas pour autant être confinées entre leurs quatre murs. De nouvelles études sur les personnes âgées de 100 ans et plus montrent que la part des vieillards sains d'esprit est élevée et qu'elle tend à augmenter. Cela signifie que les choix de vie au très grand âge se multiplient.

«La part des vieillards sains d'esprit est élevée et tend à augmenter.»

Notre corps et notre esprit sont-ils effectivement conçus pour vivre 100 ans et plus?

D'un point de vue purement biologique, cela paraît possible, puisque nous pouvons en témoigner. Quant à notre esprit, comme déjà dit, il semble bien s'accommoder d'une telle éventualité, du moins pour une partie non négligeable des individus.

* **Stefanie Becker** est directrice de l'Institut de l'âge de la Haute école spécialisée bernoise. Psychologue et gérontologue diplômée, elle est aussi présidente de la Société Suisse de Gérontologie (SSG) et membre de la Commission spécialisée pour les questions de la vieillesse de la Ville de Berne.

On ne peut cependant pas empêcher les altérations physiques et psychiques. Faut-il donc prolonger le processus à tout prix?
C'est une question rhétorique, je crois. Ça n'est pas possible «à tout prix» – non plus au regard de tout ce qui est médicalement faisable. C'est difficile de donner une réponse standard à la délicate question de savoir comment, dans chaque situation particulière, nous devons ou nous pouvons prolonger la vie. Nous aimerions tous pouvoir nous référer à de tels standards qui, apparemment, nous donnent une certaine sécurité et une bonne conscience. Mais je suis convaincue qu'il ne peut pas y avoir de solution standard en fin de vie et que nous devons toujours considérer la personne dans sa globalité, dans son individualité et dans sa situation très singulière de vie et de mort.

«Je crains que l'image négative de la vieillesse ne s'accentue encore.»

Et ainsi, on peut trouver pour chaque individu l'âge idéal, quand il est temps pour lui de se préparer à la mort?
Non. Ce que j'aimerais dire c'est qu'une prise de décision a besoin de davantage qu'uniquement des critères médicaux ou supposés objectifs. Ce qui ne facilite naturellement pas les choses.

Ne pouvez-vous pas imaginer qu'à 80 ans passés, on puisse se dire «bon c'était bien, mais ça suffit maintenant»?
Pour moi, non, je ne peux pas l'imaginer, en tout cas pas par rapport au nombre des années. Je pense, cependant, qu'il y a effectivement des situations bien réelles – mais qui sont justement indépendantes de l'âge – dans lesquelles des individus ont le sentiment que cela suffit. Mais je pense aussi que nous devons développer, dans notre société, une attitude – ou comme on voudra bien l'appeler – qui offre aux personnes âgées, très âgées ou tributaires de soins, un cadre de vie leur permettant de participer à la vie sociale. Elles doivent être considérées comme des membres précieux et égaux en droits, qui n'ont pas à s'excuser d'exister.

Comment concilier notre souhait de devenir toujours plus vieux et notre revendication à pouvoir décider nous-mêmes du moment de notre mort?
L'autonomie et l'autodétermination sont des critères importants dans une société qui considère que le succès n'est dû qu'à ce que l'on a réussi à faire tout seul. Ces critères ne s'accordent cepen- >>

Comme ici en gare de Berne, on croise davantage de cheveux gris que par le passé, le samedi après-midi dans les zones piétonnes. Photo: Urs Tremp

dant pas avec les besoins en soins qui traduisent nécessairement la dépendance. A mon avis, cette décision apparemment autonome du moment de sa mort n'est pas étrangère à l'image de la vieillesse qui prévaut actuellement dans notre société.

Et nous devons changer cette image?
Une société composée de tant de personnes âgées et très âgées est un phénomène relativement nouveau, qui soulève de nombreuses questions auxquelles nous n'avons, pour l'instant, pas de solutions ni d'offres à proposer. Ces réponses et ces solutions doivent être développées – ainsi qu'une plus grande compréhension dans les relations avec les personnes âgées et très âgées. Une société n'a pas le droit de stigmatiser ni d'écarter ceux qui ne correspondent pas au paradigme moral et social des vieux actifs.

«Nous devons veiller à ce que la solidarité entre les générations ne s'érode pas.»

Indépendamment de l'acceptation sociale, comment, pour chaque individu, la vie à un âge très avancé peut-elle être considérée comme réussie?
Là non plus, on ne peut pas généraliser. Cela dépend beaucoup des valeurs et des possibilités individuelles. Une personne souffrant de démence peut aussi éprouver beaucoup de satisfaction et avoir une bonne qualité de vie.

Le mieux est donc de vivre aussi bien que nous le permettent nos possibilités et de laisser au destin le moment de la fin.
Pour moi, au grand âge, on doit réfléchir à sa propre finitude. Le mieux est d'y avoir pensé avant déjà: comment est-ce que je veux organiser ma vie au grand âge, et au moment où surviendront les déficiences? Car le grand âge s'accompagne inévitablement de pertes. Si l'on attend ce moment pour y réfléchir, alors c'est souvent trop tard. Ce qui m'importe avant tout, c'est de faire comprendre que l'on ne peut pas prendre pour seul indicateur d'une vieillesse réussie ou, justement, non réussie, le nombre ou l'étendue des atteintes dont souffre une personne.

Si vous vous remémorez vos expériences avec des personnes âgées, combien d'entre elles ont bénéficié d'une bonne vie au grand âge?
Plus que l'on croit. Mais je suis bien incapable d'articuler un chiffre ou un pourcentage. Ce que je constate, c'est qu'il y a de plus en plus de gens qui songent, bien avant l'âge de la retraite, à la façon dont ils pourront occuper intelligemment ce temps de la retraite. L'idée selon laquelle les retraités voyagent sans cesse ou jouent au golf en Floride est fausse. Au contraire, les personnes sont nombreuses à prévoir leur lieu de vie pour leurs vieux jours. Elles organisent leurs centres d'intérêts et leurs hobbies de façon à pouvoir continuer de les pratiquer après leur retraite. Elles se constituent aussi un réseau social qui pourra les soutenir dans les situations difficiles – il ne s'agit là pas uniquement d'une aide instrumentale directe, mais aussi affective. Ce qui est important aussi, c'est que les gens s'engagent, au-delà de leur vie professionnelle habituelle, avec les compétences et les connaissances qu'ils ont acquises.

«Il n'y a pas de solution standard en fin de vie.»

Quelles sont les conséquences, pour la société, d'une augmentation continue du nombre de personnes très âgées? Est-ce une menace ou une chance?
Dans une société qui fait de la jeunesse, la vitalité et la dynamique ses valeurs, la vieillesse n'a pas une bonne image. Et j'ai peu d'espoir que cela change rapidement. Si l'on voit en effet davantage de cheveux blancs que par le passé le samedi après-midi dans les zones piétonnes, ce sont les aînés en forme et en bonne santé qui se promènent. Ceux qui sont dépendants et qui souffrent peut-être de troubles cognitifs, on ne les voit quasiment pas. Ils vivent en institution ou ne sortent de chez eux qu'accompagnés. Je crains même que l'image négative de la vieillesse ne s'accentue encore, que la maladie et la dépendance, qui apparaissent pourtant toujours plus tard dans l'existence et qui constituent une phase beaucoup plus courte dans le parcours de vie, ne soient mises encore plus au ban de la société.

Vous avez affirmé qu'il existe de nombreuses personnes très âgées, certes fragiles, mais qui sont encore vaillantes et saines d'esprit. Que peuvent apporter ces personnes à la société?
Je vois surtout l'immense trésor d'expériences et de connaissances que ces personnes apportent. Elles peuvent partager ce trésor de diverses manières et en de nombreuses occasions. C'est un potentiel phénoménal pour la société. Mais j'aimerais ajouter que les personnes âgées qui sont malades et qui ont besoin de soins nous apprennent aussi quelque chose d'essentiel: que les pertes, la fragilité et la maladie font partie de la vie. La société doit apprendre à faire avec cette vulnérabilité et à mieux l'intégrer dans la vie. Pour cela, il y a encore un très long chemin à parcourir. Mais le fait qu'une société qui compte de nombreuses personnes très âgées ne puisse plus ignorer ces questions, c'est aussi une chance – et c'est là mon espoir.

Une société qui vieillit remet en question le contrat de générations. Quel sera le plus grand problème?
Un contrat vaut aussi longtemps que les conditions permettent de le maintenir. Le contrat de générations est vieux de plus de cent ans et depuis, les conditions ont totalement changé.

Il est donc grand temps de mettre fin à ce contrat de générations?
Pas sans avoir préalablement réfléchi à la façon de le remplacer. Le défi pour notre société est – et tout le monde s'accorde sur ce point –, outre celui des retraites, le financement du système de santé et des soins. Quant à la solidarité entre les générations, nous devons veiller à ce qu'elle ne s'érode pas. Nos enfants doivent aussi avoir la chance de bien vivre, la vieillesse venue. Et c'est aujourd'hui qu'il convient de s'occuper de cette prévoyance.

Et de quelle façon?
Je ne suis pas une experte en assurances sociales. Mais je crois qu'il y a encore pas mal de marge de manœuvre pour explorer

diverses pistes financières – notamment une meilleure collaboration et une répartition judicieuse des compétences entre les différents bailleurs de fonds et les fournisseurs de prestations dans les domaines de la santé et du social. On ne peut pas balader une personne âgée à travers une jungle de paragraphes ou un dédale d'offices divers simplement pour savoir comment elle peut accéder à une prestation. J'imaginerais bien une solution qui passerait par une orientation conséquente et cohérente de la personne, en fonction de sa situation de vie et de ses besoins réels. De même qu'on parle aujourd'hui de soins intégrés, on pourrait envisager quelque chose comme un financement intégré pour exploiter effectivement le potentiel d'économie, sans pour cela couper dans les prestations. Ça implique aussi sans doute une meilleure coordination administrative entre les différentes instances concernées. Ce sont certes des idées rudimentaires, mais je crois qu'à l'avenir nous devrons en effet davantage nous baser sur les besoins individuels effectifs.

Les experts partent de l'idée que dans un nouveau contrat de générations, ceux que l'on appelle les jeunes retraités, qui ont entre 65 et 75 ans, auront un rôle important à jouer. Comment ces «jeunes vieux» seront-ils impliqués?

Il y a aujourd'hui déjà diverses options et possibilités. Dans de nombreux établissements scolaires, on connaît l'école des grands-parents. Ce sont des personnes âgées qui accompagnent les devoirs à la maison. Il y a également le réseau Innovage regroupant des aînés qui mettent leurs compétences à disposition de projets d'utilité publique. Ce ne sont là que deux exemples, mais il y a d'innombrables possibilités. Et tout ne doit pas forcément être institutionnalisé.

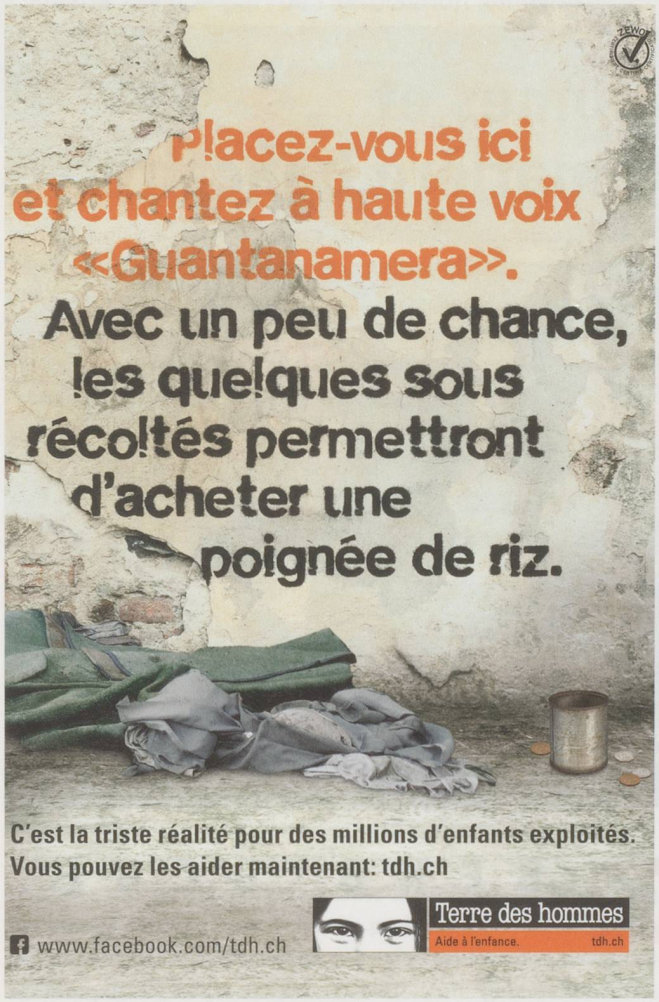
«Dans notre société, la vieillesse n'a pas une bonne image.»

Qu'est-ce que cela signifie pour une famille de s'étendre sur quatre générations vivantes?

C'est vraiment une situation nouvelle. Tandis que jusqu'à maintenant il y avait généralement une génération en sandwich, il y en aura souvent deux à l'avenir, qui seront davantage mises à contribution avec, d'une part des enfants et des petits-enfants à charge, d'autre part des parents et des grands-parents dépendants de soins. La charge sera surtout plus lourde pour les femmes, dans la mesure où la garde d'enfants et les soins aux personnes âgées sont encore principalement une affaire de femmes.

Mais à l'avenir, on pourra répartir ces tâches différemment au sein de la famille?

Annonce



Je pars du principe qu'une large part des soins et de l'accompagnement des personnes très âgées se fera bénévolement dans la famille. Cela fait aussi partie du contrat de générations. Reste à voir si et comment de nouvelles offres peuvent se développer pour apporter un soutien au sein de la famille ou à l'extérieur. Il me paraît cependant essentiel que les proches aidants puissent être, aujourd'hui déjà, relayés et que leur travail bénéficie d'une reconnaissance sociale. Dans cette perspective, il convient également de repenser les modèles de travail et d'appliquer la notion de «temps parental» aussi pour la prise en charge de parents âgés qui ont besoin de soins.

Quelle sera alors la mission des institutions et des homes?
Comme c'est le cas jusqu'à maintenant, les institutions auront pour tâche de fournir les prestations que les familles ne peuvent pas ou plus assumer. J'imagine aussi que l'on pourrait continuer d'améliorer l'entrée en institution, en s'orientant davantage encore vers l'individu et ses besoins effectifs. La génération actuelle des 30 à 45 ans est beaucoup plus mobile que les générations précédentes. Que ce soit la place de travail ou le lieu de domicile, les changements sont plus fréquents et font naturellement partie de la vie, de sorte que l'on peut supposer qu'une entrée dans une institution sera moins effrayante et plus facile. Surtout s'il est possible d'y organiser sa vie conformément à ses propres attentes.

Pour nos enfants, ce sera naturel d'atteindre un âge élevé. Doivent-ils s'en réjouir?
Naturellement que c'est une raison de se réjouir! Il n'y a pas que les années de maladie et de dépendance. Il y a aussi toutes celles à venir dès l'âge de la retraite et qui représentent encore un tiers de la durée de vie – quand bien même l'âge de la retraite devait être relevé ces prochaines années. C'est quelque chose qu'aucune génération n'a encore vécu.

Pour conclure, une question à laquelle nous souhaiterions pouvoir répondre favorablement: la société sera-t-elle plus pacifique avec davantage de personnes âgées?
Non. Pourquoi devrait-elle l'être? D'une part, les personnes âgées ne sont pas non plus dépourvues d'intentions intéressées et narcissiques, de sorte qu'à mon avis cela reste un vœu pieu. D'autre part, et surtout, si les ressources financières viennent à manquer, la lutte pour le partage pourrait bien générer une toute nouvelle forme de discorde. ●

Texte traduit de l'allemand

Annonce

BEKB | BCBE