Zeitschrift: Horizons : le magazine suisse de la recherche scientifique
Herausgeber: Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique
Band: - (1997)
Heft: 32

Artikel: Plus vieux, mais nettement mieux
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553903

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: 12.07.2025

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

Plus vieux, mais nettement mieux

Unique en Suisse: une vaste enquête sur la santé des personnes âgées menée en 1979 a été répétée en 1994. Comme la même méthode a été appliquée deux fois dans la même population – et sous la même direction – on peut se fier aux conclusions: les personnes âgées d'aujourd'hui sont plus indépendantes et se sentent mieux que celles d'il y a quinze ans.

Comment estimez-vous votre état de santé? Cette question revient souvent dans les sondages des sociologues. Et ce n'est pas par hasard. On sait que, statistiquement, une personne qui porte un mauvais jugement sur sa santé est plus proche de la mort qu'une personne qui s'estime en meilleure forme – indépendemment des données médicales objectives sur l'organisme. C'est ce qu'on appelle l'effet du moral.

Cette question avait figuré parmi quelque 300 autres, lors d'une vaste enquête sur la santé de la population âgée réalisée en 1979 auprès de personnes de plus de 65 ans. «A l'époque, nous avions choisi de mener ces interviews dans deux régions très différentes du pays», explique le Prof. Christian Lalive d'Epinay (Centre interfacultaire de gérontologie, Université de Genève). «Nous avons donc rencontré un millier de personnes âgées à Genève, et un autre millier dans le Valais central.»

Quinze ans plus tard, le *Programme national de recherche «Vieillesse» (PNR 32)* a été l'occasion de faire une seconde exploration exactement dans les mêmes conditions. Deux équipes d'une vingtaine d'enquêteurs, formés exprès pour l'occasion, se sont rendu dans les deux mêmes régions, durant la même période de l'année (entre avril et juillet), et auprès de deux autres milliers de personnes âgées sélectionnées au hasard. Par deux fois, la question sur le bilan subjectif de santé a été complétée par d'autres questions, objectives, qui recensent les troubles somatiques, les handicaps et les symptômes dépressifs. Cette double enquête réalisée dans des conditions identiques – c'est assez rare pour que le fait soit souligné – lui donne toute sa valeur. Et les résultats comparés sont suffisamment clairs pour qu'on puisse en tirer des conclusions très encourageantes.

Le Prof. Lalive d'Epinay les commente: «Proportionnellement à la population totale, les personnes âgées dépendantes ou en perte d'indépendance sont un peu moins nombreuses aujourd'hui qu'il y a quinze ans. Mais surtout, la proportion d'aînés qui s'estiment en mauvaise santé a fondu, au profit de celles et ceux qui jugent leur santé *bonne*. C'est rassurant, car certains avaient prédit que l'accroissement de la longévité provoquerait une augmentation massive des vieillards malades et dépendants. Ce n'est pas le cas. En raccourci, cette double enquête indique que *vivre plus vieux* ne veut pas dire *vivre plus mal.*»

Course de l'Escalade

La «Course de l'Escalade» de Genève est la plus grande course populaire de Suisse: 13 850 participants en décembre 1996! Depuis sa première édition en 1985, elle attire chaque année une proportion grandissante de coureurs de plus de 60 ans (0,97% des inscrits en 1985; 1,38% en 1996).

En quinze ans à Genève, la population des plus de 65 ans s'est légèrement accrue, passant de 13,2% à 13,7% de la population totale. Mais en 1979, sur dix aînés, on en comptait deux de plus de 80 ans; aujourd'hui on en compte trois. La population du Valais est actuellement un peu moins âgée que celle de Genève, mais le vieillissement a été beaucoup plus spectaculaire. Selon les deux derniers recensements fédéraux, il y avait 11% de personnes de plus de 65 ans en 1980, et 12,7% en 1990. Une extrapolation de ces recensements indique qu'en Valais la proportion des personnes de plus de 80 ans a doublé en quinze ans!

Le fait que les aînés comptent aujourd'hui une proportion moindre de personnes handicapées peut sans doute se généraliser à l'ensemble de la Suisse: si des régions aussi différentes que la Genève citadine et le Valais rural montrent la même tendance, alors elle doit exister partout dans le pays.

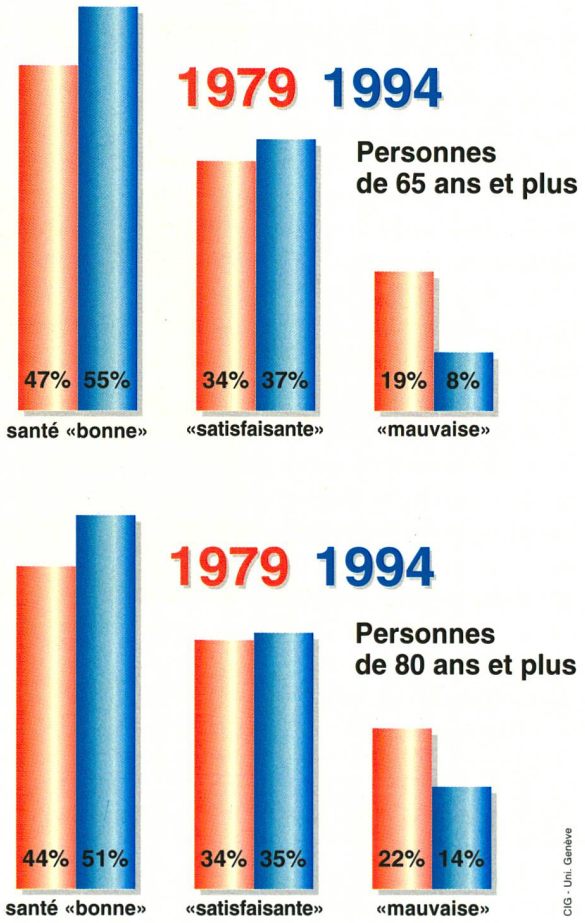
Changement dans la société...

«Ce qui est sûr, c'est que la population des personnes âgées a changé», précise le Prof. Lalive d'Epinay. «La génération étudiée en 1979 appartenait à une société dominée par l'industrie et l'agriculture. La moitié d'entre-eux étaient des manuels et des petits indépendants qui ont travaillé toute leur vie dans des conditions souvent dures et parfois aggressives pour l'organisme: ça laisse des traces sur la santé. La génération étudiée en 1994, elle, a vécu avec le développement d'une société de services: elle a physiquement moins souffert.»

Autre explication des sociologues: l'élévation générale du niveau de vie et de la formation. La population étudiée en 1979, née entre le siècle passé et 1914, a vécu sa jeunesse et une bonne partie de sa vie adulte dans les temps durs de la première moitié du siècle. Alors que la population étudiée en 1994 a profité – plus jeune et bien plus longtemps – du «progrès»: hygiène, alimentation mieux équilibrée, confort accru, médicaments plus performants, prévention des maladies et vaccination. De plus, les techniques médicales évitent désormais de perdre son autonomie en dépit du vieillissement. La prothèse de hanche maintient la liberté de marcher; l'opération de la cataracte conserve la vue; l'appareil d'amplification d'ouïe évite la perte de dialogue avec l'entourage...

Il y a encore d'autres raisons pour expliquer ce sentiment de mieux-être des personnes âgées: la mise en place d'équipes de soins à domicile, et le maintien des liens sociaux, malgré l'urbanisation. Dans la population de 1994, apparaissent les parents du fameux *baby boom* des années 50. En moyenne à Genève, ces aînés ont plus d'enfants et de petits enfants qui peuvent les visiter, et les personnes sans descendance sont moins nombreuses. Pour une personne âgée seule à son domicile, le fait de savoir qu'elle peut compter sur la communauté est très rassurant, et participe à son sentiment d'avoir une relative bonne santé.

... et changement dans le style de vie

«On note aussi une évolution importante des styles de vie», ajoute le Prof. Lalive d'Epinay. «Environ un aîné sur deux a désormais une activité sportive régulière – une activité autre que la promenade, s'entend. C'est-à-dire que, dans la cohorte des 75-84 ans de 1994, il y a davantage de sportifs que parmi les "cadets" de 65 à 74 ans de 1979. Le changement est tout particulièrement notable chez les femmes. De plus, les hommes sont nettement moins nombreux à fumer: un tiers hier, contre un cinquième environ aujourd'hui. Les femmes, en revanche, fument davantage, mais elles restent moins de 10% à consommer du tabac.»

Des personnes âgées de 65 ans et plus ont évalué elles-mêmes leur état de santé. La comparaison entre les réponses de 1979 et celles de 1994 montre clairement l'évolution positive du moral des plus de 65 ans.