

## MÉDIMENTO

## A découvrir



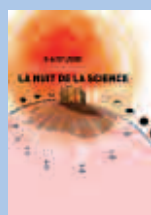
Publié aux éditions Slatkine, *W.A. Mozart, les troubles de l'humeur au XVIIIe siècle* est l'œuvre de deux médecins du département de psychiatrie des HUG: Philippe Huguelet et Nader Perroud. Grâce à leurs compétences et une longue pratique clinique, ils ont tenté de comprendre le fonctionnement psychologique et les problèmes émotionnels d'un homme extraordinaire, artiste hors du commun né il y a plus de deux cent cinquante ans.

## A lire



Dans son livre *Etre dialysé* (éditions Fleurus), le professeur Philippe Bagros s'adresse aux patients et à leurs proches qui s'interrogent sur les problèmes quotidiens, médicaux et pratiques, qui jalonnent le parcours des personnes sous dialyse, et sur les avantages et les inconvénients des différents traitements. Ce titre est conseillé par le Centre de documentation en santé qui met en prêt des ouvrages (tél. 022 379 51 90/00).

## A voir



*La Nuit de la science* aura lieu à la Perle du Lac le samedi 5 juillet de 14h à 1h (fermeture des stands à 24h) et dimanche 6 de 12h à 20h30 (fermeture des stands à 19h). Pour info: [www.lanuitdelascience.ch](http://www.lanuitdelascience.ch) et [www.cig.unige.ch](http://www.cig.unige.ch). Participeront aussi le centre interfacultaire de neurosciences, de même que le Dr Michel Boulvain, médecin adjoint agrégé au service d'obstétrique et le Dr Thomas Perneger médecin-chef du service d'épidémiologie clinique des HUG.

## TÊTE-À-TÊTE

## Comment vit-on dans le grand âge ?

Pour le savoir, le sociologue Christian Lalive d'Epinaï a dirigé une recherche où 340 octogénaires ont été suivis pendant cinq ans. Voyage au pays de la grande vieillesse.

Atteindre 80 ans. Pendant des millénaires, cet exploit semblait réservé à des individus d'exception, tels Platon ou Bouddha. Aujourd'hui, les plus de 80 ans représentent 4% de la population contre 0,5% il y a un siècle.

Comment vit-on dans le grand âge ? Pour le savoir, une équipe interdisciplinaire de chercheurs du centre interfacultaire de gérontologie de l'Université de Genève a suivi durant cinq ans un échantillon de départ de 340 octogénaires. Elle a bénéficié de l'encadrement d'un conseil scientifique dans lequel ont été actifs notamment le Pr Jean-Pierre Michel, médecin-chef du service de gériatrie, et le Pr Charles-Henri Rapin, médecin responsable du programme « Bien vieillir ».

Directeur de ces travaux, le sociologue Christian Lalive d'Epinaï, professeur honoraire à l'Université de Genève, nous présente les principaux résultats. Publiés dans un ouvrage<sup>(1)</sup>, ils battent en brèche quelques idées reçues.

## Quelle est l'originalité de votre recherche ?

Plutôt que de scruter les maladies de la vieillesse, nous avons pris le parti de nous interroger sur les manières de vivre dans le grand âge. Ce qui frappe c'est la diversité des situations, no-

tamment en termes d'état physique. Nous avons distingué trois statuts de santé: l'indépendance, la fragilité et la dépendance. Les uns gardent une existence normale. D'autres sont fragilisés, mais parviennent à réorganiser leur vie quand certains événements viennent l'ébranler. D'autres encore ont perdu leur autonomie psychique ou physique. Il est vrai qu'avec le temps le nombre des indépendants diminue.

## Le grand vieillard est-il condamné à devenir un jour dépendant ?

Non. Le fait que nous bénéficions de vies toujours plus longues ne signifie pas que nous deviendrons automatiquement dépendants. Beaucoup ne connaissent jamais cet état même si le risque grandit bien sûr avec l'âge. Un autre constat de notre étude est que rares sont ceux qui passent sans transition de l'indépendance à la dépendance.

## Outre l'âge, quels facteurs prédisposent-ils à la dépendance ?

Le fait d'être issu d'une classe populaire, notamment manuelle. Là, non seulement l'espérance de vie est moins longue en raison de la pénibilité du métier et des accidents et maladies de travail, mais en plus, le risque est accru de termi-

ner sa vie en état de dépendance lourde. Un autre facteur de risque est d'être une femme. Elles vivent plus longtemps que les hommes mais, à âge égal, elles sont en moins bonne santé.

Pour en savoir plus, il faudrait compléter ces données par des informations génétiques et une meilleure connaissance du passé des individus.

## La caractéristique commune des vieillards est la fragilisation.

Avec l'avance en âge, on perd progressivement et inévitablement une partie de notre agilité, de nos capacités sensorielles ou de notre énergie. Par exemple, une personne qui entend moins bien, risque de se sentir exclue des conversations et de s'isoler socialement. Telle autre souffrant d'arthrose des mains se verra contrainte d'abandonner le tricot qu'elle aimait tant.

L'horizon temporel et spatial se réduit. Les espaces de la vie quotidienne se contractent comme une peau de chagrin. Conduire devient plus rare, prendre les transports publics plus dangereux. Le monde se problématise.

Sans oublier qu'à ce stade les pertes sont très nombreuses. Les amis sont souvent décédés ou malades. On se vit dans une forme de précarité. On sait que la



Le Pr Christian Lalive D'Epinaï distingue trois statuts de santé: l'indépendance, la fragilité et la dépendance.

maladie et la mort rôdent autour de nous.

## Autant de deuils douloureux à faire.

Certes. Le bien vieillir dépend de la manière dont on relève ces défis de santé. On est étonné de voir à quel point les vieillards sont créatifs, comment ils parviennent à remettre en adéquation leurs désirs et les ressources qu'il leur reste, à réinventer leur vie de façon à ce qu'elle conserve son sens malgré tout. C'est aussi un moment où il faut sa-

voir accepter d'être aidé. Plutôt que de passer une heure à tenter de s'habiller tout seul, mieux vaut demander de l'aide et libérer ainsi du temps pour des activités procurant du plaisir.

Propos recueillis par Paola Mori

<sup>(1)</sup> Les années fragiles - La vie au-delà de quatre-vingt ans de Christian Lalive d'Epinaï, Dario Spini (et coll.), édit. Les presses de l'Université Laval, Québec, 2008. La recherche est soutenue par le FNS et les cantons de Genève et du Valais.

## FICHE PRATIQUE

## La science prend des allures de fête

Le centre interfacultaire de gérontologie et le service des maladies osseuses participeront à la 7<sup>e</sup> édition de la *Nuit de la science* les 5 et 6 juillet.

Les 5 et 6 juillet prochains, les pelouses de la Perle du Lac accueilleront la Nuit de la science, une manifestation du département de la culture de la Ville de Genève organisée par le Musée d'histoire des sciences. Cette nouvelle édition sera déclinée autour du thème « le temps ».

A cette occasion, le grand public pourra découvrir les activités du centre interfacultaire de gérontologie (CIG) placé sous la direction de Michel Oris et du service des maladies osseuses.

« L'humain à l'épreuve du temps est un sujet qui fédère les chercheurs du CIG. Les démonstrations viseront

à familiariser les visiteurs aux approches utilisées pour mieux comprendre les spécificités du vieillissement », explique Catherine Ludwig, docteure en psychologie.

## Atelier dessin pour les enfants

Parmi les animations du CIG présentées par des chercheurs psychologues, sociologues, démographes et historiens, signalons un atelier-dessin pour les enfants visant à connaître leur perception de la vieillesse. Mentionnons aussi un puzzle grandeur nature qui donnera la possibilité de s'interroger sur la morphologie idéale d'un centenaire, ou encore des petits tests informatisés pour montrer comment sont mesurées la mémoire et l'attention et la façon dont celles-ci varient au cours de la vie.

## Comment nourrir mes os ?

De son côté, le service des maladies osseuses, présent sur le stand du CIG, a concocté plusieurs animations interactives autour du thème de l'os et des effets de l'âge sur celui-ci. Accompagnés par des spécialistes, les visiteurs pourront s'informer sur les différents appareils de mesure osseuse (dont le FRAX, un outil informatique pour évaluer les facteurs de risque de l'ostéoporose) ou visiter le bus AETAS. Enfin, à l'aide de questionnaires, il sera possible d'évaluer si son alimentation favorise une bonne santé osseuse. Des conseils seront également prodigués par des spécialistes. Sans oublier la dégustation d'eaux minérales plus ou moins riches en calcium.

P.M.



La 7<sup>e</sup> édition de la Nuit de la science aura lieu les 5 et 6 juillet à la Perle du Lac.

## Pulsations

Le journal des HUG

Hôpitaux universitaires de Genève  
Service de la communication  
Rue Micheli-du-Crest 24  
CH-1211 Genève 14  
Tél. +41 (0)22 305 40 15  
Fax +41 (0)22 305 56 10  
<http://www.hug-ge.ch>

Éditeur responsable  
Bernard Gruson

Responsable des publications  
Agnès Reffet

Rédactrice en chef  
Suzy Soumaille  
[pulsations-hug@hcuge.ch](mailto:pulsations-hug@hcuge.ch)

Conception / réalisation  
csm sa

Impression  
ATAR Roto Presse SA

Tirage  
30000 exemplaires

Les manuscrits ou propositions d'articles sont à adresser à l'éditeur. La reproduction totale ou partielle des articles contenus dans *Pulsations* est autorisée, libre de droits, avec mention obligatoire de la source.

Si vous souhaitez associer votre image à *Pulsations*, contactez la régie publicitaire Imédia SA (Hervé Doussin):

Tél. +41 (0)22 307 88 95  
Fax +41 (0)22 307 88 90  
Courriel [info@imedia-sa.ch](mailto:info@imedia-sa.ch)