

Projet

PROMOTION DE LA SANTÉ DES SENIORS

LES MOTS DE L'ÂGE

7 mars 2019, Nevers

Bibliographie

Cette bibliographie vient en appui à la journée de sensibilisation animée par l'Ireps Bourgogne Franche-Comté "Repérer les signes de dépression chez la Personne Âgée". Elle présente des documents accessibles en ligne et/ou consultables au Centre de documentation de l'Instance régionale en éducation et promotion de la santé Bourgogne Franche-Comté.

La première partie de la bibliographie propose des définitions sourcées de quelques concepts importants dans le champ de la promotion de la santé : santé, promotion de la santé, déterminants de la santé, inégalités sociales de santé et empowerment.

La deuxième partie présente des données contextuelles, c'est-à-dire les résultats les plus récents des enquêtes de santé publique dans le champ de la dépression et des conduites suicidaires.

Pour approfondir, la troisième partie propose des études et recommandations spécifiques à la dépression chez les personnes âgées.

Enfin des outils d'intervention sont présentés : guides pratiques et supports de médiation.

Les notices sont présentées par ordre ante-chronologique, les pages internet citées ont été consultées pour la dernière fois le 15 février 2019.

Bonne lecture !

Marion Defaut

Février 2019

Réalisation :

Marion Defaut

Chargée d'ingénierie documentaire

Ireps Bourgogne-Franche-Comté

m.defaut@ireps-bfc.org - 03 80 66 86 62

Partie 1 – Quelques définitions

Santé

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946 ; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États. 1946 ; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948.

En ligne : <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/FR/constitution-fr.pdf?ua=1>



La santé c'est aussi [Affiche]

Bruxelles : Cultures et santé, 2012

En ligne : <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/12-pdf-ps-2012.html?download=210:la-sante-c-est-aussi-affiche>

Promotion de la santé

La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la "santé" comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci.

La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. Ainsi donc, la promotion de la santé ne relève pas seulement du secteur sanitaire : elle dépasse les modes de vie sains pour viser le bien-être.

Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé.

Genève : Organisation mondiale de la santé, 1986, 5 p.

En ligne : <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/docs/charter-chartre/pdf/chartre.pdf>

Déterminants de la santé

Les déterminants sociaux de la santé (DSS) peuvent être compris comme les conditions sociales dans lesquelles les personnes vivent et travaillent. Leur étude s'attache à montrer l'impact du contexte social sur la santé mais aussi les mécanismes par lesquels ces déterminants l'affectent.

Ce concept trouve ses sources dans les années 1970, à partir de critiques suggérant que la recherche et l'action publique devraient être dirigées plus vers les sociétés dans lesquelles les individus vivent que vers les individus eux-mêmes. Il s'agissait de passer d'un service fourni aux personnes lorsqu'elles étaient malades à un programme de santé publique qui les aiderait à rester en bonne santé.

Les DSS conditionnent la façon dont une personne dispose des ressources physiques, sociales, économiques et personnelles pour satisfaire ses besoins, ses aspirations et s'adapter à son environnement.

Si la question des DSS évoque les ISS, il est important de faire une distinction entre DSS et déterminants sociaux des ISS. Certaines interventions peuvent avoir pour effet d'améliorer l'état de santé moyen d'une population, tout en aggravant dans le même temps les inégalités sociales de santé. Les exemples, liés à l'introduction d'innovations qui ont eu pour résultat d'accroître les inégalités, ne manquent pas.

Inégalités sociales de santé

Lang Thierry. Les tribunes de la santé 2014 ; 43 : 31-38

En ligne : <http://www.cairn.info/revue-les-tribunes-de-la-sante-2014-2-page-31.htm>



Carte de la santé et de ses déterminants.

In : Pigeon Marjolaine. **La santé et ses déterminants : mieux comprendre pour mieux agir.**

Montréal : Ministère de la santé et des services sociaux – Direction des communications, 2012, p. 7

En ligne : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

Inégalités sociales de santé

Il existe [...] un lien entre l'état de santé d'une personne et sa position dans la hiérarchie sociale. Ce constat ne concerne pas seulement les personnes les plus défavorisées, en situation de précarité ou de pauvreté.

Les inégalités sociales de santé ne se réduisent pas à une opposition entre les personnes pauvres et les autres. Même si les écarts entre la population la plus favorisée et celle la plus défavorisée sont les plus grands, les épidémiologistes ont pu objectiver des écarts existant pour l'ensemble de la hiérarchie sociale. Les inégalités sociales de santé suivent une distribution socialement stratifiée au sein de la population. En d'autres termes, chaque catégorie sociale présente un niveau de mortalité, de morbidité plus élevé que la classe immédiatement supérieure.

Ce phénomène est résumé par le terme de " gradient social " des inégalités de santé. Il n'existe pas une définition universelle des inégalités sociales de santé, terme qui n'est pas répertorié dans les lexiques ou glossaires de santé publique ou de promotion de la santé disponibles.

Si l'on se réfère à la définition des inégalités de santé de la Banque de Données en Santé Publique, par similitude, on pourrait écrire que les inégalités sociales de santé sont des " *différences systématiques, évitables et importantes dans le domaine de la santé* " observées entre des groupes sociaux.

Inégalités sociales de santé : des déterminants multiples. Moquet Marie-José. La santé de l'homme 2008 ; 397 : 17-19
En ligne : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/slh/articles/397/02.htm>

Empowerment

Processus par lequel des individus et des groupes agissent pour gagner la maîtrise de leurs vies et donc pour acquérir un plus grand contrôle sur les décisions et les actions affectant leur santé dans le contexte de changement de leur environnement social.

Leur estime de soi est renforcée, leur sens critique, leur capacité de prise de décision et leur capacité d'action sont favorisées. Même des personnes avec peu de capacités ou en situation de précarité sont considérées comme disposant de forces et de ressources. Les processus d'empowerment ne peuvent pas être produits, seulement favorisés.

Rusch Emmanuel. **400 concepts de santé publique et de promotion de la santé.**
Rennes : BDSP, s.d.
En ligne : <http://asp.bdsp.ehesp.fr/Glossaire/>



Partie 2 - Données contextuelles



Chan-Chee C, Du Roscoät E

Suicide et tentatives de suicide : données épidémiologiques récentes. Dossier

BEH. 2019 ; n°3-4 : pp. 35-86.

Dans ce dossier, les données épidémiologiques les plus récentes sont exploitées sur la thématique du suicide et des tentatives de suicide (notamment le Baromètre Santé 2017). La prévention apparaît comme une priorité, et pour ce faire une évaluation qualitative est indispensable.

En ligne : http://invs.santepubliquefrance.fr/beh/2019/3-4/pdf/2019_3-4.pdf



Santé publique France

Conduite suicidaires

BSP Bourgogne-Franche-Comté. 2019. 25 p.

Pour la première fois, Santé publique France publie des bilans régionaux sur les conduites suicidaires à partir de trois sources de données (décès, hospitalisations, passages aux urgences pour tentative de suicide) et sur les pensées suicidaires à partir du baromètre de Santé publique France 2017. La Bourgogne-Franche-Comté présente

un taux supérieur à la moyenne nationale, avec des disparités régionales marquées.

En ligne : http://invs.santepubliquefrance.fr/content/download/153390/560558/version/44/file/BSP_suicides_BFC_fevrier_2019.pdf

Partie 3 - Recommandations & études



Prise en compte de la souffrance psychique de la personne âgée : prévention, repérage et accompagnement

Saint-Denis : Haute autorité de santé ; 2014.

Les recommandations ont pour finalité de permettre aux professionnels travaillant auprès de personnes âgées aidées à domicile ou accueillies en établissement, de faire évoluer leurs pratiques quant à la prise en compte de la souffrance psychique.

Le document, téléchargeable par chapitre, a pour objectif de proposer plusieurs pistes de réflexion (repérage de risques de souffrance psychique ; repérage du risque suicidaire chez la personne âgée, mais aussi chez les aidants ; gestion des situations de crise ; coordination des professionnels).

En ligne : https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_2836216/fr/prise-en-compte-de-la-souffrance-psychique-de-la-personne-agee-prevention-reperage-et-accompagnement



Léon C, Du Roscoät E

Les comportements de santé des personnes âgées de 55 à 85 ans

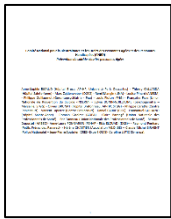
La Santé en action. 2014, n°430 : pp. 47-48.

Contrairement à nombre d'idées reçues, les seniors (55-85 ans) sont moins sujets à la dépression et aux problèmes de santé mentale que le reste de la population.

Leurs habitudes alimentaires sont également plus favorables à la santé que celles de leurs cadets. Cependant, certains points de vigilance doivent être signalés, notamment

la fragilité mentale des 55-64 ans. Ce sont quelques-uns des enseignements de l'enquête Baromètre santé 2010 publié par l'Inpes.

En ligne : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/sante-action-430.pdf>



Comité national pour la bientraitance et les droits des personnes âgées et des personnes handicapées (CNBD)

Prévention du suicide chez les personnes âgées

Paris : Ministère des Affaires sociales et de la santé ; 2013. 74 p.

Les propositions du CNBD s'articulent autour de trois axes. D'abord renforcer l'information et la communication à destination du grand public, notamment sur le fait que la dépression n'est pas une fatalité de l'âge, promouvoir toute action de prévention de l'isolement des personnes âgées, et établir une « charte medias ». Puis améliorer la formation initiale et continue de tous les intervenants auprès des personnes âgées, qu'ils soient bénévoles ou professionnels. Enfin, mieux valoriser les actions et dispositifs déjà existants sur l'ensemble du territoire, notamment en impulsant auprès des Agences Régionales de Santé la mise en place de liens effectifs entre psychiatrie et gérontologie.

En ligne : http://fulltext.bdsp.ehesp.fr/Ministere/Publications/2013/CNBD_Prevention_du_suicide_Propositions_081013.pdf



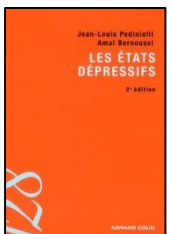
Richard-Devantoy S, Jollant F

Le suicide de la personne âgée : existe-t-il des spécificités liées à l'âge ?

Santé mentale au Québec. 2012 ; 37 (n°2) : pp.151-157.

Le suicide de la personne âgée pose la question de notre relation à la vieillesse et à la mort. Significativement lié à la dépression, il est relativement élevé dans cette tranche d'âge. Les conduites suicidaires de la personne âgée présentent des particularités cliniques : une intentionnalité et une létalité suicidaire élevées, peu d'antécédents personnels de conduites suicidaires et un faible niveau d'impulsivité et d'agressivité. Une comparaison directe des sujets jeunes et âgés est opérée pour comprendre la genèse de la vulnérabilité suicidaire. En conclusion, les principes de reconnaissance et de prise en charge du risque suicidaire est résumée.

En ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2012-v37-n2-smq0513/1014949ar.pdf>



Pedinielli J-L, Bernoussi A

Les états dépressifs

Paris, Armand Colin ; 2011. 127 p.

Cet ouvrage propose une description précise de la dépression, de ses formes, de ses origines et de ses traitements. Cette nouvelle édition intègre les changements des classifications internationales, les nouvelles données sur les troubles bipolaires et enrichit la partie psychopathologique.

Partie 4 - Outils d'intervention



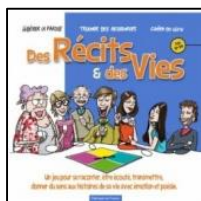
[Mallette pédagogique]

Isolitude

Bruxelles : Cultures & Santé ; 2017

Cet outil permet d'ouvrir le dialogue sur la solitude et l'isolement. Les objectifs sont de : faire émerger ses représentations de la solitude et de l'isolement, découvrir d'autres points de vue que le sien sur ce sujet afin d'enrichir ses propres représentations, identifier les mécanismes individuels et sociétaux qui produisent de la solitude et de l'isolement subis et porter un regard critique sur ceux-ci, identifier des pistes d'actions individuelles et collectives pour lutter contre la solitude et l'isolement subis. Les supports (guide d'animation, jeu de cartes) sont téléchargeables depuis le site internet.

En ligne : <https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-education-permanente/item/435-isolitude.html>



[Jeu]

Des récits et des vies

Castres : Le Comptoir aux histoires ; 2017

Fondé sur des compétences psychosociales et les principes de la thérapie narrative, ce jeu a pour objectif de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté, de donner du sens aux histoires de leur vie avec émotion et poésie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel. L'outil s'adresse à un large public, notamment les personnes âgées, les personnes handicapées, les aidants et les familles.



[Mallette pédagogique]

Bonne journée, bonne santé : dispositif d'intervention en promotion de la santé pour les personnes âgées

Saint-Maurice : Santé publique France ; 2016

Ce dispositif fournit aux intervenants en promotion de la santé plusieurs supports pour engager un dialogue de prévention avec les personnes âgées en situation de précarité. Les objectifs de cet outil sont d'établir un échange et favoriser l'acceptation et l'acquisition de comportements protecteurs en entretien individuel ou en atelier collectif. Le dispositif s'articule autour de huit supports qui interagissent et se complètent. Tout le matériel est accessible et téléchargeable sur le site internet.

En ligne : <http://www.pourbienvieillir.fr/bonne-journee-bonne-sante>

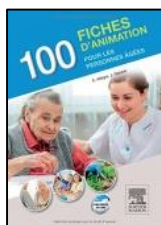


[Jeu]

Je me souviens de... : la boîte à mémoire

Douvres-la-Délivrande : Agoralude ; 2015

Ce jeu a pour but d'établir le dialogue, favoriser les échanges, stimuler la mémoire et entretenir les fonctions cognitives. Au travers d'une série de 120 questions, les discussions s'ouvrent sur des thèmes variés : la vie adulte, l'enfance, les loisirs, les événements historiques, la vie quotidienne, la famille... Un travail de mémoire sur un mode ludique !



[Ouvrage]

100 fiches d'animation pour les personnes âgées

Allègre E, Gassier J

Paris : Elsevier Masson ; 2014. 219 p.

Cet ouvrage présente, à travers une série de 100 fiches illustrées, les techniques d'animation de la personne âgée en institution ou à domicile. Dans une première partie sont développées les notions à comprendre pour mettre en place une animation de qualité, qui corresponde aux besoins et capacités de la personne âgée. Dans une deuxième partie sont présentées les fiches d'animation, regroupées par thème : "prendre soin de soi", "créer, se recréer" et "vivre ensemble".



[Ouvrage]

Guide conseils et astuces pour les aidants familiaux des personnes âgées du département de la Vienne

Poitiers : Ireps Poitou-Charentes ; 2012. 36 p.

L'objectif de ce guide, réalisé en partenariat avec le CLIC et le réseau gérontologique de la Vienne, est de permettre aux aidants familiaux qui soutiennent une personne âgée d'avoir accès à des informations susceptibles de les aider, que ce soit dans leurs démarches ou dans leurs relations avec la personne âgée. Il présente, sous forme de fiches conseils illustrées et ludiques, des conseils et astuces pour la vie quotidienne, sur certains thèmes tels que l'alimentation au jour le jour, la toilette, la prévention des chutes, le repérage de la dépression, etc...

En ligne : <https://fr.calameo.com/books/001129037491415598f23>



[Vidéos]

Les 80 ans de ma mère

Bojko J, Peignelin P, Andriot V

Corbigny : TéATR'ÉPROUVÈTe ; 2004

Le TéATR'ÉPROUVÈTe est une équipe artistique installée dans la Nièvre, qui propose des actions culturelles de proximité et du quotidien. Elle s'intéresse à des problématiques sociales (pauvreté, vieillesse, désertification...) via des projets esthétiques et poétiques avec la participation des habitants. Le projet « Les 80 ans de ma mère » a pour objectif de valoriser l'image des personnes âgées. Il propose, entre autres, des portraits de seniors sous forme de courts-métrages.

En ligne : <http://www.theatreprouvette.fr/accueil/entree/les-80-ans-de-ma-mere/>

À Besançon et à Dijon, l'Ireps propose un fonds documentaire d'ouvrages, de rapports internationaux, nationaux et locaux, des revues spécialisées, des outils pédagogiques, des supports d'information diffusables en nombre, ainsi que des prestations documentaires personnalisées (recherches documentaires, bibliographies...)

Les autres antennes départementales de l'Ireps BFC (Jura, Nièvre, Haute-Saône, Saône-et-Loire, Yonne et Nord-Franche-Comté) disposent d'un fonds pédagogique composé d'outils d'intervention en promotion et éducation pour la santé ; elles assurent la diffusion en nombre de documents d'information en santé, pour l'essentiel édités par Santé publique France.

Les catalogues sont en ligne :

- Bib-Bop : www.bib-bop.org

- Adocweb : www.adocweb-bourgogne.org

Les documents sont tous consultables sur place, mais seuls les ouvrages et outils pédagogiques sont empruntables (adhésion annuelle -étudiants 5 €, professionnels 10 €, organismes 50 €- + dépôt d'une caution de 50 €)

Pour en savoir plus : <http://www.ireps-bfc.org/>