



Santé mentale et vieillissement

12 décembre 2017

Principaux faits

- **La population mondiale vieillit rapidement. De 2015 à 2050, la proportion de personnes de plus de 60 ans va pratiquement doubler, passant de 12% à 22%.**
 - **La santé mentale et le bien-être sont aussi importants pendant la vieillesse qu'à tout autre moment de la vie.**
 - **Les troubles neurologiques et mentaux chez les adultes âgés représentent 6,6% des incapacités totales (DALY) dans ce groupe d'âge.**
 - **Environ 15% des adultes âgés de 60 ans et plus souffrent d'un trouble mental.**
-

Les personnes âgées, c'est-à-dire de 60 ans ou plus, apportent une contribution importante à la société en tant que membres de la famille, bénévoles ou membres de la population active. Si la plupart sont en bonne santé mentale, beaucoup sont exposés au risque de développer des troubles mentaux, neurologiques ou des problèmes liés à l'abus de substances psychoactives, ainsi que d'autres pathologies comme le diabète, les déficiences auditives et l'ostéo-arthrite. De plus, avec le vieillissement, on a une probabilité plus grande de souffrir de plusieurs pathologies concomitantes.

Le problème

La population mondiale vieillit rapidement. Entre 2015 et 2050, le pourcentage d'adultes âgés de plus de 60 ans dans le monde devrait doubler, passant de près de 12% à 22%. En valeur absolue, on s'attend à ce que leur nombre passe de 900 millions à 2 milliards. Les personnes âgées sont exposées à des problèmes de santé physique et mentale particuliers qu'il faut prendre en compte.

Plus de 20% des adultes de 60 ans et plus souffrent d'un trouble de santé mentale ou neurologique (à l'exclusion des céphalées) et 6,6% des incapacités (années de vie ajustées sur l'incapacité – DALY) chez les plus de 60 ans sont attribuées à des troubles mentaux ou neurologiques. Dans la population âgée, ces troubles sont responsables de 17,4% des années de vie ajustées sur l'incapacité.

Les troubles mentaux et neurologiques les plus courants dans cette tranche d'âge sont la démence et la dépression, qui touchent respectivement environ 5% à 7% des personnes âgées dans le monde. Les troubles anxieux touchent 3,8% de la population âgée, les problèmes liés à l'abus de substances psychoactives presque 1% et environ un quart des suicides concernent des personnes âgées de 60 ans ou plus. Les problèmes liés à l'abus de substances psychoactives chez les personnes âgées sont souvent négligés ou mal diagnostiqués.

Les problèmes de santé mentale sont mal repérés par les professionnels de santé et par les personnes âgées elles-mêmes, et la stigmatisation des maladies mentales fait que les gens sont réticents à consulter.

Facteurs de risque

Il peut y avoir plusieurs facteurs de risque pour les problèmes de santé mentale à n'importe quel moment de la vie. Les personnes âgées peuvent présenter des facteurs de stress courants à toutes les personnes, mais également des facteurs de stress qui sont plus communs à un stade ultérieur de la vie, comme une perte importante et régulière de capacités et une baisse des aptitudes fonctionnelles. Par exemple, les personnes âgées peuvent souffrir d'une mobilité réduite, de douleurs chroniques, d'une fragilité ou d'autres problèmes de santé qui nécessitent une forme quelconque de soins de longue durée.

En outre, les personnes âgées sont plus susceptibles de connaître des événements tels que le deuil ou une chute de leur niveau socioéconomique avec la retraite. Tous ces facteurs peuvent se traduire par l'isolement, la solitude et la détresse psychologique chez les personnes âgées qui, de ce fait, ont besoin de soins de longue durée.

La santé mentale a un impact sur la santé physique et vice-versa. Par exemple, les adultes âgés qui ont des problèmes de santé tels que les cardiopathies présentent des taux plus élevés de dépression que les bien-portants. De plus, la dépression non traitée chez une personne âgée atteinte de cardiopathie peut avoir des répercussions négatives sur l'issue de la maladie.

Les personnes âgées sont également vulnérables à la maltraitance, physique, verbale, psychologique, financière et aux abus sexuels; à l'abandon; à la négligence; et à de graves atteintes à la dignité ainsi qu'au manque de respect. Les données factuelles actuelles semblent indiquer qu'une personne âgée sur 10 est confrontée à la maltraitance. La maltraitance peut conduire non seulement à des traumatismes physiques mais également à des conséquences psychologiques graves parfois durables, y compris la dépression et l'anxiété.

Démence et dépression: des problèmes de santé publique

Démence

La démence est un syndrome, généralement de nature chronique ou progressive, qui associe détérioration de la mémoire, de la pensée, du comportement et de l'aptitude à réaliser les tâches quotidiennes. Elle touche principalement les personnes âgées même si elle ne constitue pas un élément normal du vieillissement.

On estime que 50 millions de personnes dans le monde sont atteintes de démence dont près de 60% vivent dans des pays à revenu faible ou intermédiaire. Le nombre total de personnes atteintes de démence devrait passer de 82 millions en 2030 et 152 millions en 2050.

Les coûts directement associés aux soins médicaux ainsi qu'à la prise en charge sociale et informelle des personnes atteintes de démence entraînent des problèmes sociaux et économiques importants. De plus, les pressions physiques, psychiques et économiques peuvent entraîner un stress important pour les familles. Un soutien sanitaire, social, financier et juridique est donc nécessaire aussi bien pour les personnes atteintes de démence que pour celles qui s'en occupent.

Dépression

La dépression peut être la cause de grandes souffrances et entraîner des difficultés de fonctionnement au quotidien. La dépression unipolaire touche 7% de la population âgée et représente 5,7% des incapacités totales (DALY) chez les 60 ans et plus. La dépression est à la fois sous-diagnostiquée et insuffisamment traitée au niveau des soins primaires. Les symptômes de dépression chez l'adulte âgé sont souvent négligés et non traités car ils coïncident avec d'autres problèmes liés à l'avancée en âge.

Les adultes âgés dépressifs voient leur fonctionnement plus détérioré que ceux qui présentent des maladies chroniques telles que des pneumopathies, une hypertension ou un diabète. La dépression augmente également la perception d'un mauvais état de santé, l'utilisation des services médicaux et les dépenses de santé.

Stratégies de traitement et de prise en charge pour répondre aux besoins des personnes âgées en matière de santé mentale

Il est important de préparer les personnels de santé comme les sociétés à répondre aux besoins particuliers des populations âgées, et notamment:

- **de former les professionnels de santé à la gérontologie;**
- **de prévenir et de gérer les maladies chroniques associées à l'âge, y compris les troubles mentaux, neurologiques et liés à l'abus de substances psychoactives;**
- **de concevoir des politiques durables pour les soins de longue durée et les soins palliatifs;**
- **de mettre en place des services et des cadres accueillants pour les personnes âgées.**

Promotion de la santé

La santé mentale des adultes âgés peut être améliorée par la promotion d'un vieillissement actif et en bonne santé. La promotion de la santé axée sur la santé mentale des personnes âgées suppose que l'on crée des conditions de vie et des environnements favorables au bien-être et que l'on permette aux gens de vivre une vie saine.

La promotion de la santé mentale dépend en grande partie de stratégies qui garantissent que les personnes âgées ont les ressources nécessaires pour répondre à leurs besoins fondamentaux, tels que:

- **la sécurité et la liberté;**
- **un logement adéquat grâce à une politique du logement efficace;**
- **un soutien social aux personnes âgées et à ceux qui en prennent soin;**
- **des programmes de santé et des programmes sociaux ciblés sur les groupes vulnérables, tels que les personnes qui vivent seules, les populations rurales ou les personnes souffrant de maladies chroniques ou de rechutes de maladies mentales ou physiques;**
- **des programmes de prévention de la violence et de la maltraitance des personnes âgées; et**
- **des programmes de développement communautaire.**

Interventions

Il est essentiel de dépister et de traiter rapidement les troubles mentaux, neurologiques et liés à l'abus de substances psychoactives chez les personnes âgées. Tant les interventions psychosociales que les médicaments sont recommandés.

Il n'existe pas à l'heure actuelle de médicaments qui guérissent la démence, mais on peut faire beaucoup pour améliorer la vie des personnes atteintes de démence et soutenir les personnes qui s'en occupent et leurs familles, par exemple:

- **établir un diagnostic précoce afin de favoriser une prise en charge rapide et optimale;**
- **améliorer la santé physique et mentale des personnes, leur capacité fonctionnelle et leur bien-être;**
- **identifier et traiter les maladies physiques;**

- **dépister et prendre en charge les symptômes comportementaux difficiles à déceler;**
- **informer et soutenir sur le long terme les aidants.**

Soins de santé mentale dans la communauté

Des soins de santé généraux et une prise en charge sociale de qualité sont importants pour promouvoir la santé des personnes âgées, prévenir la maladie et prendre en charge les maladies chroniques. La formation de tous les personnels de santé aux problèmes et aux troubles liés au vieillissement est donc importante.

Des soins primaires efficaces de santé mentale au niveau de la communauté pour les personnes âgées sont indispensables. Il est également important de se concentrer sur les soins à long terme des personnes âgées souffrant de troubles mentaux et de fournir aux personnes qui s'en occupent la possibilité de se former et de leur apporter un soutien.

Un cadre législatif approprié et efficace reposant sur des normes de droits de l'homme internationalement acceptées s'impose pour garantir la plus haute qualité de services aux personnes souffrant de troubles mentaux et aux personnes qui s'en occupent.

Action de l'OMS

L'OMS aide les gouvernements à renforcer et à promouvoir la santé mentale chez les personnes âgées et à intégrer des stratégies efficaces dans leurs politiques et leurs plans. La *Stratégie et le Plan d'action mondiaux sur le vieillissement et la santé* ont été adoptés par l'Assemblée mondiale de la Santé en 2016.

Un des objectifs de cette stratégie mondiale consiste à adapter les systèmes de santé aux besoins des populations âgées en matière de santé mentale et de santé physique. Parmi les principales mesures proposées figurent: orienter les systèmes de santé sur les capacités et les aptitudes fonctionnelles; garantir un accès abordable à des soins cliniques de qualité, intégrés et centrés sur les besoins des personnes âgées; et garantir la disponibilité d'un personnel de santé pérenne et possédant une formation adéquate, déployé et géré efficacement.

Le Plan d'action global de l'OMS pour la santé mentale 2013-2020 est un engagement de l'ensemble des États Membres de l'OMS à prendre des mesures concrètes pour promouvoir le bien-être mental, prévenir les troubles mentaux, dispenser des soins, améliorer les chances de rétablissement, promouvoir les droits de l'homme et réduire la mortalité, la morbidité et le handicap chez les personnes atteintes de troubles mentaux, y compris chez les personnes âgées. Le plan d'action est axé sur 4 objectifs clés:

- **renforcer un leadership et une gouvernance efficaces dans le domaine de la santé mentale;**
- **mettre en place des services de santé mentale et de protection sociale complets, intégrés et réactifs dans un cadre communautaire;**
- **mettre en œuvre des stratégies de promotion et de prévention dans le domaine de la santé mentale; et**
- **renforcer les systèmes d'information, les bases factuelles et la recherche dans le**

domaine de la santé mentale.

- **Plan d'action pour la santé mentale 2013-2020**

La dépression, les psychoses, le suicide, l'épilepsie, la démence et les troubles liés à la consommation de substances psychoactives sont inclus dans le programme d'action de l'OMS *Comblar les lacunes en santé mentale* (mhGAP), qui vise à améliorer les soins des troubles mentaux, neurologiques et liés à la consommation de substances psychoactives en donnant des orientations et des outils pour développer les services de santé dans les zones aux ressources limitées. Le dispositif mhGAP comprend des interventions de prévention et de prise en charge de chacun de ces problèmes de santé prioritaires dans des établissements de santé non spécialisés, y compris dans ceux pour les personnes âgées.

- **Programme d'action: combler les lacunes en santé mentale (mhGAP)**
- **Centre de ressources mhGAP pour la prise en charge de la démence**

L'OMS considère la démence comme un problème de santé publique et a publié le rapport intitulé *Démence: une priorité de santé publique* visant à plaider pour une action aux niveaux international et national.

L'OMS a organisé en mars 2015 la Première conférence ministérielle de l'OMS sur l'action mondiale contre la démence, qui a permis de sensibiliser aux problèmes posés par la démence au niveau de la santé publique et au niveau économique, de mieux comprendre les rôles et responsabilités des États Membres et des parties prenantes et a abouti à un appel à l'action, soutenu par les participants à cette conférence.

- **Les gouvernements s'engagent à faire avancer la recherche sur la démence et à améliorer les soins aux patients**

En mai 2017, l'Assemblée mondiale de la Santé a adopté le Plan mondial d'action de santé publique contre la démence 2017-2025. Le Plan propose un schéma directeur complet de l'action à mener à l'intention des responsables de l'élaboration des politiques, des partenaires nationaux, régionaux et internationaux et de l'OMS dans les domaines suivants: mieux faire connaître la démence et mettre en place des initiatives visant à améliorer la manière dont la démence est perçue; réduire le risque de démence; le diagnostic, le traitement et la prise en charge de la maladie; la recherche et l'innovation; et le soutien aux aidants.

Il vise à améliorer la vie des personnes atteintes de démence, de leurs aidants et de leur famille tout en atténuant l'impact de la démence sur eux ainsi que sur les communautés et les pays. Dans le cadre des efforts visant à mettre en œuvre le Plan, l'Observatoire mondial de la démence, une plateforme de surveillance internationale, a été mis sur pied pour les responsables de l'élaboration des politiques et les chercheurs en vue de faciliter le suivi et le partage d'informations sur les politiques relatives à la démence, la prestation de services, l'épidémiologie et la recherche.