Accompagnement des personnes âgées

«Parfois, c'est les mains dans les poches qu'on aide le plus les aînés»

À l'heure où le Canton définit sa stratégie «Vieillir 2030», la chercheuse danoise Tine Rostgaard livre une vision axée sur l'écoute et l'indépendance.

Gregory Wicky

Au Danemark (ici à Hillerod, près de Copenhague), les soignants en institution ou à domicile sont formés à «faire avec» les aînés plutôt que «faire pour». AFP

Professeure en études comparatives du bien-être à l'Université de Roskilde, Tine Rostgaard était vendredi à Lausanne. Lors d'une table ronde organisée dans le cadre de «Vieillir 2030» *(lire encadré)*, la chercheuse donnait une conférence sur l'accompagnement des personnes âgées dans son pays. Connu pour son pragmatisme et ses idées progressistes, le Danemark se situe au 2e rang mondial pour les dépenses consacrées aux soins à long terme. Elles atteignent 3,7% de son produit intérieur brut (PIB), contre 2,5% pour la Suisse, classée 5e. La spécialiste livre ses pistes pour un accompagnement respectueux et efficace des aînés.

Comment le Danemark fait-il face au vieillissement de la population?

Les principaux services offerts à la population sont les EMS et les soins à domicile. Environ 4% des plus de 65 ans vivent en EMS *(ndlr: un chiffre comparable au nôtre)* et 11% font appel aux soins à domicile *(nettement moins que la Suisse et ses plus de 20%)*. Dès les années 1970, nous nous sommes rendu compte qu'il fallait, pour le bien-être des personnes âgées, désinstitutionnaliser le plus possible leur prise en charge.

C'est une philosophie que l'on applique aussi ici…

Oui, mais nous avons eu la chance de nous y mettre tôt. Dès 1987, nous nous sommes officiellement éloignés du modèle hospitalier pour passer à des maisons de retraite accueillantes, intégrées aux communautés.

À quoi ressemblent ces homes?

On y trouve des petits appartements privés, aménagés autour d'espaces communs. Les résidents peuvent y amener leur mobilier pour se sentir à la maison. On encourage également le rapport à la nature, ce qu'on appelle le «green care»: il y a des jardins, les résidents peuvent y planter des graines et voir les plantes pousser. Les animaux de compagnie y sont les bienvenus, on sait à quel point ça peut faire du bien.

> «Qu'on parle de cuisine, de rasage, de ménage, ces activités peuvent être accomplies à deux.»
>
>
>
> **Tine Rostgaard,** professeure en études comparatives du bien-être à l'Université de Roskilde

Un des défis est de s'adapter à la diversité des personnes âgées…

Oui. La population âgée, comme celle des plus jeunes, est très hétérogène. On a réalisé qu'au moment d'entrer en EMS, par exemple, beaucoup de personnes homosexuelles retournaient «dans le placard», par pudeur ou par peur d'être incomprises. En 2015, un établissement «arc-en-ciel» a ouvert ses portes près de Copenhague, spécialisé dans les profils LGBT. Il est ouvert à tous, bien sûr, mais le staff est sensibilisé aux questions propres à cette communauté.

Qu'en est-il des soins à domicile?

Nous encourageons au maximum une approche nouvelle qu'on appelle «recapacitation» *(«reablement» en anglais, qu'on peut aussi traduire par «revalidation»)*. Il s'agit d'aider les bénéficiaires à retrouver un maximum d'indépendance après un problème de santé. Cela se fait souvent par des interventions intensives et ciblées, de 4 à 10 semaines. Un exemple: une dame âgée a renoncé à aller trouver sa fille, parce qu'elle doit pour ce faire monter des escaliers et n'y arrive plus. On travaille alors une activité physique spécifiquement axée là-dessus, et à terme, si tout va bien, elle retrouve cette capacité. C'est un travail en équipe, interdisciplinaire, qui peut impliquer des travailleurs sociaux, des infirmiers, des physios…

La vieillesse n'est plus vue comme un inexorable déclin…

C'est très important que la personne âgée et les soignants fixent ensemble des objectifs, et des moyens d'y arriver. Pour ce qui est des tâches quotidiennes, on passe du «faire pour» au «faire avec». Qu'on parle de cuisine, de rasage, de ménage, ces activités peuvent être accomplies à deux. Au début, on encourage carrément le personnel à rester les mains dans les poches, pour voir comment la personne en face réagit quand on ne fait pas les choses à sa place.

Est-ce que ça ne va pas à l'encontre de la vocation?

La notion peut sembler provocante, surtout pour des gens formés à agir. Les infirmières, notamment, ont souvent de la peine avec cette idée. Mais si on est dans l'écoute et dans le respect, on obtient des résultats incroyables. Les seniors ont très souvent envie de s'activer. Aussi, cette vision du travail permet d'attirer davantage de jeunes dans ces professions, qui connaissent une pénurie dans tous les pays européens. On trouvera beaucoup plus de sens à aider quelqu'un à se développer plutôt qu'à l'accompagner dans un déclin.

L'idée est-elle aussi que les bénéficiaires n'aient plus besoin d'être aidés?

Oui, avec des avantages en termes de coûts. En 2015, le Danemark a d'ailleurs inscrit dans la loi le fait qu'avant de bénéficier de soins à domicile, qui sont gratuits, une personne doit d'abord être évaluée en termes de «recapacitation». On juge que dans le pays, environ 80% des personnes qui demandent des soins à domicile pourraient bénéficier de cette approche.

Le plan vaudois arrive

● En 2030, les plus de 65 ans représenteront 18,7% de la population vaudoise, puis 21% en 2040. Pour se préparer au mieux aux défis de ce changement démographique majeur, le Canton élabore sa stratégie «Vieillir 2030». Vendredi, au Palais de Beaulieu, à Lausanne, cette démarche participative franchissait une nouvelle étape. Quelque 230 acteurs du milieu – représentants des aînés, professionnels des soins, politiques, chercheurs – étaient réunis pour une journée d'ateliers. Un échange d'idées autour des six axes définis par le Département de la santé et de l'action sociale, parmi lesquels «Favoriser l'autonomie et la dignité dans le vieillissement» ou encore «Valoriser la participation et les liens sociaux». La synthèse des propositions servira à nourrir le plan de mesures, tout comme le lancement d'un appel à projets, prévu pour février 2022. **GWY**