

# SANTÉ MENTALE ET VIEILLISSEMENT

Aide-mémoire  
Septembre 2015

N°381

---

## 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 psychique sont aussi importants pendant la vieillesse qu'à tout autre moment de la vie.
- Les troubles neuropsychiatriques chez les adultes âgés représentant 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.<sup>1</sup>

---

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 24%. En valeur absolue, on s'attend à ce que leur nombre passe de 900 millions à deux 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 neuropsychiatriques les plus courants dans ce groupe d'âge sont la démence et la dépression. 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.<sup>1</sup> 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**

De multiples facteurs sociaux, psychologiques et biologiques déterminent le niveau de santé mentale d'un adulte à un moment donné. De nombreux adultes âgés, outre qu'ils sont exposés aux facteurs de stress courants qui concernent tous les individus, perdent leur autonomie en raison d'une mobilité réduite, de douleurs chroniques, d'une fragilité ou d'autres problèmes physiques ou mentaux, et ont donc besoin d'une forme quelconque de soins de longue durée.

En outre, les personnes âgées sont plus susceptibles de connaître des événements tels que le deuil, une chute de leur niveau socio-économique avec la retraite ou un handicap. Tous ces facteurs peuvent se traduire par de l'isolement, la perte de l'indépendance, la solitude et la détresse psychologique.

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. À l'inverse, 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, sexuelle, psychologique, émotionnelle, financière et matérielle; 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 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 47,5 millions de personnes dans le monde sont atteintes de démence. Le nombre total de personnes atteintes de démence devrait passer de 75,6 millions en 2030 et 135,4 millions en 2050, la majorité des personnes atteintes vivant dans des pays à revenu faible ou intermédiaire.

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.

## **Traitement et soins**

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 et d'être intégrés socialement.

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 populations âgées et aux personnes 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:

- un diagnostic précoce afin de favoriser une prise en charge rapide et optimale;
- une amélioration de la santé physique et psychique;
- le dépistage et la prise en charge des symptômes comportementaux et psychologiques difficiles à déceler;
- la fourniture d'informations et un soutien à long terme aux 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**

Les programmes de l'OMS concernant la manière de vieillir en restant actif et en bonne santé ont créé un cadre mondial d'action au niveau des pays.

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.

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.

La démence, comme la dépression et d'autres troubles mentaux prioritaires figurent dans le Programme d'action OMS «*Comblant les lacunes en santé mentale* (mhGAP). Ce programme a pour but d'améliorer les soins en cas de troubles mentaux, neurologiques et liés à l'abus de substances psychoactives en fournissant des orientations et des outils pour mettre en place des services de santé dans les régions qui manquent de ressources.

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.