

Journée régionale du Gérontopôle AURA

Agir sur la mobilité pour le bien-être et la santé des aînés

17 septembre 2019, 10h à 16h30

Espace Tête d'Or, Villeurbanne (69)



L'objectif de cette première journée régionale était de réunir tous les acteurs des secteurs sanitaire, médico-social et social autour des problématiques de la mobilité des seniors.

160 professionnels venant de toute la région AURA ont répondu présents. La pluridisciplinarité des **18 intervenants** et les nombreuses interactions avec la salle ont permis d'enrichir les échanges.

Le président du Gérontopôle AURA, G. Perdriau, le vice-président médical du Gérontopôle, Pr R. Gonthier, l'adjointe en charge des liens intergénérationnels et des personnes âgées de la mairie de Lyon et le directeur de l'autonomie de l'ARS AURA, R. Glaby ont introduit la journée en expliquant que le vieillissement est un enjeu de Santé Publique et que la mobilité des seniors est un défi pour préserver l'autonomie.



CONFERENCE INTRODUCTIVE : Pr M. Bonnefoy (CHU Lyon Sud)



Les enjeux de la mobilité face au vieillissement de la population

Le Pr Bonnefoy rappelle que le vieillissement en bonne santé passe par le maintien de la capacité fonctionnelle. Par exemple, la vitesse de marche prédit la survenue de la dépendance à 3 ans. La sarcopénie et la perte de mobilité sont liées. Pour prévenir la perte de mobilité, il est nécessaire de connaître davantage les trajectoires individuelles afin de repérer la période qui va précéder la perte de mobilité. Cette mobilité peut être améliorée sous quelques conditions : mobilisation accrue des acteurs et structures en lien avec cette population et prise en charge adaptée des personnes âgées...

TABLE RONDE 1 : Problématiques de déplacements en milieu urbain, périurbain, rural

La marche a été identifiée comme le premier moyen de déplacement des seniors mais n'est pas privilégiée par tous. Des études ont mis évidence la nécessité de connaître les besoins des usagers. Les transports doivent être repensés pour tous les usagers et à tous les niveaux (du rural à l'urbain, du domicile à l'EHPAD). Des démarches de mobilité inclusive, utilisant notamment des plateformes numériques, émergent pour favoriser les mobilités. Cependant, celles-ci nécessitent un accompagnement. Les principaux apports et questionnements soulevés par les participants concernent la mobilisation des personnes les plus fragiles au sein d'actions de prévention. La solution du marketing social est envisagée. Il est également précisé que la perte de mobilité doit être anticipée. Enfin, l'utilisation du numérique est évoquée mais ne semble pas être la solution exclusive pour des individus qui restent attachés aux services humains.



Pr T. Célarier, Mme l'adjointe à la mairie de Lyon, F. Bernigaud, D.M. Vailhé et M. Roman

MOMENTS CONVIVIAUX



L'exposition de projets soutenus par le Gérontopôle AURA et la Chaire Santé des Aînés a permis de favoriser les dialogues.

TABLE RONDE 2 : Motiver l'activité physique et la marche à tout âge

Le croisement des recherches scientifiques (sarcopénie, intérêt de la marche...) avec la présentation de projets opérationnels a permis de montrer que l'activité physique (AP) a des effets certains sur le maintien de l'autonomie et plus généralement sur la qualité de vie sociale et physique. L'utilisation des nouvelles technologies semble être un outil pertinent dans la motivation du sujet  g  à la pratique d'une AP. L'engagement dans une AP reste complexe. Il est rappelé que depuis 2016, les médecins ont la possibilité de prescrire du sport sur ordonnance. La thématique de la nutrition a questionné l'assemblée : certaines thématiques comme le jeûne ou la sensation de faim semblent faire débat.



Pr M. Bonnefoy, Pr P. Krolak-Salmon, Dr B. Van Oost, J.P. Barbot, Dr D. Hupin et Dr D. Dardevet

TABLE RONDE 3 : Mobilité du sujet  g , mais avec quelles précautions ?



Pr R. Gonthier, PhD S. Lafont, A. Mercier et C. Arvisenet

Les réflexions autour de la conduite automobile des seniors ont clôturé la journée. Les intervenants ont rappelé que, dans les situations d'accidents, les personnes âgées sont plus fragiles mais finalement moins dangereuses pour les autres usagers de la route. Dans les pratiques, des stratégies individuelles sont mises en place par les personnes âgées pour maintenir la conduite le plus longtemps possible comme la planification des trajets et l'ajustement des horaires de conduite. En cas d'arrêt ou d'évolution de la pratique, d'autres offres leur sont proposées et ont été présentées lors de cette table ronde : des accompagnements individualisés au domicile sur l'offre locale de transports, des ateliers de mobilité et sécurité des conducteurs séniors et des ateliers «   pied en toute sécurité ». L'adaptation des personnes âgées aux nouveaux modes de transport questionne. Le développement de véhicules autonomes est une solution qui a fait débat.

Nous remercions tous les acteurs d'avoir contribué à la réussite de ce premier  v nement et nous vous donnons rendez-vous à la prochaine journée régionale sur le thème de la nutrition à Clermont-Ferrand (1 r semestre 2020).

contact@gerontopole-aura.fr

04 77 42 07 32