

Rapport 2010 de la directrice de santé publique de Laval sur le vieillissement

Des solutions pour conserver l'autonomie des aînés

Laval, le 21 avril 2010 – Au cours des dix dernières années, le nombre de Lavallois âgés de 65 ans et plus a augmenté de 45 %, l'une des croissances les plus fortes au Québec. Comment assurer un vieillissement actif et autonome à cette population? D'abord en s'intéressant aux personnes âgées qui sont encore autonomes... afin qu'elles le restent le plus longtemps possible. C'est de cet aspect dont traite le rapport 2010 de la directrice de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval, lancé aujourd'hui, et dans lequel on retrouve 14 recommandations.

Cibler ces personnes est d'autant plus pertinent que 90 % des Lavallois de 65 ans et plus vivent à leur domicile. Seuls 2 % des aînés de la région sont hébergés en CHSLD.

« Bien sûr, le vieillissement de la population inquiète, mais nous avons de plus en plus affaire à une génération qui aura vécu dans des conditions très favorables comparativement à leurs prédécesseurs. Les pratiques de soins continueront par ailleurs d'évoluer. Le défi actuel est d'agir sur les environnements et les services, dans la communauté. », affirme Dre Nicole Damestoy, directrice de la santé publique.

Dans ce rapport sur le vieillissement, on peut également constater que la santé et les conditions socioéconomiques des aînés lavallois se sont grandement améliorées depuis les vingt dernières années. Cependant, un bon nombre de personnes font encore face à des choix économiques déchirants et cruciaux en lien avec le logement et l'alimentation, ce qui peut nuire à leur santé et leur autonomie.

Près de 22 % des Lavallois de 65 ans et plus (12 000 personnes) vivent en effet avec un revenu annuel sous le seuil de faible revenu (14 564 \$). « Nous devons agir en amont avant de nous retrouver en mode réaction. De façon collective, nous devons, entre autres, développer des aménagements urbains plus sécuritaires, permettant une consommation de proximité, concilier les attentes des organisations aux besoins des travailleurs âgés et augmenter les occasions de bouger des aînés pour une plus grande activité physique », ajoute Dre Damestoy.

Une longévité accrue

Les Lavallois âgés aujourd'hui de 65 ans profitent d'une espérance de vie exceptionnelle, soit 83 ans pour un homme et 89 ans pour une femme. Cette longévité vient toutefois avec son lot de vulnérabilité, qui augmente subitement entre 75 et 80 ans, d'où l'importance de bien entourer ces personnes, d'éviter leur isolement et d'assurer la présence d'une communauté facilitant les activités, les échanges, les transports et les activités dans les quartiers.

On sait que maintenir ou adopter de saines habitudes de vie, demeurer mobile, entretenir et développer un réseau social, prendre soin de soi et intervenir tôt en cas de problème sont les ingrédients essentiels d'un vieillissement actif et autonome.

Des leviers dans la communauté

Pour la directrice de santé publique, il est clair que les leviers pour assurer aux aînés lavallois un vieillissement actif et autonome, le plus longtemps possible, ne sont pas QUE dans le réseau de la santé.

« Ils sont dans l'ensemble de notre communauté. Nous sommes tous concernés par la situation et ses impacts. Nous avons un pouvoir extraordinaire au sein de notre région pour commencer dès maintenant à mieux conserver l'autonomie de nos aînés. Une île, une ville, un centre de santé et de services sociaux (CSSS), c'est une proximité avantageuse pour travailler ensemble », mentionne Dre Damestoy.

Pour y contribuer, la Direction de santé publique a également produit un profil détaillé sur le vieillissement pour soutenir la planification du Centre de santé et des services sociaux (CSSS) de Laval ainsi que le réseau intégré de services de la région. Un colloque régional sur le vieillissement, tenu en juin 2009, a de plus posé les premiers jalons de la réflexion.

- 30 -

Renseignements :

Martine Caza-Lenghan
Responsable des communications
Direction de santé publique
450 978-2121, poste 2111