

# Le vieillissement physiologique et la fragilité



**France Mourey**

**Professeure des Universités**

**INSERM/U : Cognition, Action, et Plasticité Sensorimotrice**

**Université Bourgogne Franche-Comté**



# Progeria

Maladie génétique



- Vieillessement précoce?
- Vieillessement accéléré?
- Approche cellulaire: réduction du potentiel de division

# Précocité?

- Pauvreté de la littérature
- Vieillesse prématurée dans certaines maladies génétiques comme la trisomie 21 mais espérance de vie passée de 30 à 65ans
- Détérioration articulaires dans certains handicaps moteurs

**Précocité non systématique**

# Les principales trajectoires

- **Les personnes robustes:** notion d'un vieillissement réussi
- **Les personnes dépendantes et /ou en perte d'autonomie:** rejet social et coût économique
- **Les personnes fragiles :** risque de décompensations et d'entrée dans la dépendance

# Approche dynamique

- La fragilité serait un modèle d'équilibre entre des « atouts » qui renforcent l'indépendance et des « déficits » qui la menacent.
- Les « fragiles » seraient ceux dont les « déficits » surpassent les « atouts ». Elle serait en constante évolution chez un même individu, pouvant s'aggraver ou au contraire s'améliorer

# Les étapes de la fragilité

- Pré-fragilité: baisse insidieuse des réserves fonctionnelles
- Etat de fragilité: critères de Fried
- Conséquences: dépendance

La fragilité du cristal ne le rend pas faible, elle le rend délicat

# Points importants

- État clinique secondaire à une réduction des aptitudes et des réserves physiologiques
- Altération de l'interaction de l'homme avec l'environnement avec perte des capacités à résister aux stress de toute nature
- Susceptibilité accrue à l'incapacité, aux décompensations fonctionnelles en cascade et à la dépendance

# Réserves fonctionnelles

- Utilisation des réserves afin de compenser les déficits: réserve cognitive, réserves sensorielles, physiques...etc
- Impact du vieillissement demandant de mobiliser des réserves supplémentaires
- Notion d'impasse (physique et psychologique) et de fatigabilité



# Les critères

- L'anorexie
- La perte de poids involontaire
- La sensation de fatigue voire d'épuisement
- La diminution de la force de préhension
- Le ralentissement de la marche

Deux autres aspects de la fragilité: fragilité cognitive et sociale

# Les conséquences de l'état de fragilité

La dernière étape du processus correspond aux conséquences de la fragilité comme :

- Les troubles de la mobilité
- les chutes et leurs conséquences
- l'entrée en dépendance qui correspond au besoin d'aide externe (personne ou domotique) , l'institutionnalisation.

# Beaucoup d'inconnues

- Le vieillissement est un processus multifactoriel et complexe: distinction essentielle entre vieillissement normal et maladies
- Ensemble des processus qui progressivement diminuent la capacité d'adaptation de l'organisme aux conditions variables de son environnement

# Viellissement normal et pathologique

- Différentiel /hétérogénéité: grande variabilité/ difficultés en recherche et en clinique
- Repérage des frontières: Ex: acuité visuelle et cataracte
- La place de la prévention

*Berr C. Éditorial. Vieillissement, du normal au pathologique, beaucoup de zones grises. Bull Epidemiol Hebd. 2017;(16 -17 ):292-3*

# Les perspectives

Si meilleure compréhension des effets du vieillissement dans le contexte du handicap:

- Possibilité de concevoir réellement des actions de prévention adaptées /vieillessement pathologique
- Nécessité d'une approche par type de handicap: amalgame entre handicap mental, psychiatrique, physique, sensoriel....
- Considérer avant tout les capacités restantes