



Centre de
recherche sur le
vieillessement

Institut
universitaire
de gériatrie de
Sherbrooke
(IUGS)

Dans ce numéro :

- Le droit et les relations personnelles des aînés
- La prévention des chutes
- Les Conférences des gouverneurs

Comité du journal

Nadine Fortin
Suzanne Hamel
Abdel Khalil

Le journal **Enchrâge** a pour but d'informer les personnes ayant déjà participé aux études du Centre de recherche sur le vieillissement.

Cependant, toute personne qui souhaite le recevoir peut communiquer avec nous.



Enchrâge

Volume 4, numéro 2

Automne 2002

Les relations personnelles des personnes aînées: Quand le droit nous aide à mieux comprendre l'évolution d'une société¹ par Marie Beaulieu, Ph.D.

« Nul n'est sensé ignorer la loi ». Nous avons tous entendu cette maxime à maintes reprises. Soyons honnêtes, la plupart d'entre nous éprouvons un malaise face aux lois, au système judiciaire et à tout ce qui peut ressembler à du contrôle social ou de la répression. Pourtant, le droit et la pratique du droit se révèlent d'excellents indicateurs des valeurs mises de l'avant dans une société. D'aucun diront qu'il s'agit même d'un indice assez fiable de son degré d'évolution. Mais le droit précède rarement les changements de mentalité. Au contraire, la révision et la correction des textes de lois surviennent suite aux changements de l'opinion publique. Le droit canadien ne fait pas exception, comme en témoigne la Commission du droit du Canada: « Le droit canadien repose sur un certain

nombre d'hypothèses sur la manière dont les personnes organisent leur vie privée et se lient avec leurs partenaires, parents et enfants. Ces hypothèses sont souvent dépassées et, en conséquence, les politiques et processus juridiques qui en découlent sont devenus désuets voire dommageables.»²

En 1999, la Commission du droit du Canada se penchait sur les relations personnelles des personnes aînées au Canada en demandant si le droit, ou la pratique du droit, aborde et traite les rapports personnels des personnes aînées de la même façon qu'il le fait pour les rapports personnels des autres adultes. Charmaine Spencer de l'Université Simon Fraser de Vancouver et moi-même décidions de tenter de répondre à cette question. Nous avons procédé par analyse de contenu de la littérature

gérontologique et juridique canadienne, par entrevue avec des spécialistes du droit et de l'intervention auprès des aînés et, finale-



Marie Beaulieu, Ph.D.
Responsable et professeure à la maîtrise en gérontologie de l'Université de Sherbrooke et chercheure au Centre de recherche sur le vieillissement de l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke

ment, par analyse de quelques causes qui ont fait jurisprudence. ➤

Les relations personnelles des personnes âgées

Les rapports interpersonnels sont au cœur de la vie des aînés. En dépit des stéréotypes courants, la plupart des personnes âgées ne sont ni isolées socialement, ni abandonnées par leurs familles, ni submergées par le soutien familial. En fait, la majorité vivent une participation familiale « d'intimité à distance » et préfèrent qu'il en soit ainsi. Une large part de la littérature gérontologique traite du fardeau que représentent les aînés pour leurs proches. Cette idée dénature la réalité des rapports qu'entretiennent plusieurs personnes âgées dans leur vie. Heureusement, l'avancement des connaissances met l'emphase non seulement sur le soutien reçu par les aînés mais aussi sur celui qu'ils offrent aux autres.

Les personnes âgées entretiennent des relations choisies (telles des amitiés), et d'autres relations qui revêtent un caractère qui peut être plus obligé par les normes sociales, comme la famille ou le voisinage. Bien qu'une personne ne choisisse pas sa famille, elle peut décider de l'intensité des rapports à entretenir avec elle, et cela, en raison d'éléments objectifs ou subjectifs qui qualifient cette relation. Les rapports personnels de longue date donnent à l'aîné une histoire et un sens de la continuité : les autres « me » connaissent et se rappellent de « moi » comme j'étais; ils reconnaissent le « moi » vieillissant d'aujourd'hui. Les rapports personnels plus récents permettent à l'aîné de s'ouvrir à autrui et de se lier en fonction de ce qu'il est devenu.

Tous les rapports interpersonnels ne sont pas positifs. Certains peuvent être limités à une période de vie. D'autres peuvent connaître des hauts et des bas critiques. Les rapports personnels des aînés ont tendance à être évalués par des étrangers quand la personne âgée fait des choix, en particulier quand elle commence à vivre une perte d'autonomie.

Quand le droit scrute les relations personnelles des personnes âgées

Le droit des aînés (Elder Law), particulièrement développé aux États-Unis, en est à ses premiers

balbutiements au Canada. Le droit et ceux qui l'écrivent, ou le pratiquent, ont été enclins à traiter les personnes âgées d'une part, de la même façon que tous les autres adultes, en ignorant des différences pertinentes; ou, d'autre part, à les mettre dans une catégorie à part fondée essentiellement sur le critère de l'âge chronologique, que cela fut pertinent ou non à la situation. Ces omissions du droit ne surprennent guère, car lorsque se sont développés le Common Law (droit civil dans les provinces anglophones) et le code civil au Québec, l'emphase était davantage placée sur les responsabilités des gens que sur leurs droits fondamentaux.

Le droit s'est d'abord intéressé aux personnes âgées exploitées en raison de leur faible scolarité ou de leurs capacités cognitives réduites. Le droit portant sur les tutelles, la santé et la prise de décision au nom d'autres personnes vise à protéger les aînés ayant une détérioration de leurs capacités physiques et cognitives. Le droit testamentaire et successoral se préoccupe de leur décès.

Le droit et la société véhiculent des *a priori* au sujet des personnes âgées simplement en raison de leur âge. Ces idées préconçues teintent le regard posé sur leurs relations personnelles et peuvent nous amener à considérer qu'il y a une relation interpersonnelle, même si elle n'est pas significative pour l'aîné. Inversement, elles peuvent nous mener à ignorer des relations d'importance pour l'aîné, surtout si elles ne sont pas familiales ou conjugales (car le droit, tout comme plusieurs études en gérontologie canadienne anglaise, met l'emphase sur la famille plutôt que sur les amitiés).

Quelques pistes pour harmoniser le droit aux réalités d'une société vieillissante

Notre étude a permis de mettre en évidence de nombreux problèmes dans la pratique du droit au sujet des relations personnelles des aînés.

Peu de textes de lois sont explicitement discriminatoires envers les aînés, mis à part certaines politiques de mise à la retraite, mais c'est plutôt la pratique du droit qui pose problème. voir DROIT à la page 4...

La prévention des chutes

par **Hélène Corriveau, Ph.D.**

Les chutes constituent un problème majeur chez les personnes de plus de 65 ans. À preuve, les chutes représentaient près de 86 % des admissions dans les hôpitaux québécois entre 1991 et 1995. Quoique seulement 15 % des chutes entraînent des blessures requérant une attention médicale, elles ont un effet dévastateur. En effet, les personnes âgées ayant chuté réduisent leurs activités quotidiennes en raison des blessures qui en découlent ou par crainte de tomber de nouveau. Il s'ensuit une diminution de leur mobilité et de leur autonomie, c'est-à-dire, des conséquences très défavorables à la qualité de vie.

La perte d'équilibre compte parmi les causes principales des chutes chez les personnes âgées. L'équilibre implique plusieurs composantes physiologiques : les sens (la vision, la sensibilité et le système labyrinthique), les muscles, les articulations et le système nerveux central. Toutes ces composantes interagissent afin de maintenir le corps stable malgré les pertes d'équilibre qui surviennent souvent dans la vie de tous les jours.

En 1996, nous avons amorcé un programme de recherche sur l'évaluation de l'équilibre auprès des personnes âgées. L'équilibre des personnes âgées était évalué avec différents outils cliniques et des instruments de laboratoire. Nous avons comparé l'équilibre des personnes âgées en santé à des personnes qui ont des troubles d'équili-

bre, plus particulièrement les personnes âgées diabétiques et les personnes ayant subi un accident vasculaire cérébral (AVC). Deux conclusions ressortent de nos études. D'une part, les personnes âgées ayant subi un AVC ont plus de problèmes à stabiliser leur équilibre dans les mouvements de côté. D'autre part, les personnes âgées diabétiques oscillent beaucoup plus sur leurs pieds pour chercher leur point d'équilibre. De plus, nos résultats indiquent que la force musculaire des jambes, en association avec la sensibilité des pieds, l'acuité visuelle de loin et la vitesse du temps de réaction, jouent un rôle majeur dans le contrôle de l'équilibre. Par conséquent, les personnes âgées dont la sensibilité des pieds est diminuée risquent de tomber plus souvent lorsque la vision est absente ou défaillante.

En résumé, nos travaux permettent aux intervenants dans le milieu de la santé d'identifier les personnes âgées à risque de tomber. Maintenant que nous avons développé des outils efficaces pour évaluer l'équilibre, nous voulons aussi concentrer nos efforts à évaluer l'efficacité de différents programmes d'exercices afin d'améliorer l'équilibre des personnes âgées. En effet, l'amélioration de l'équilibre par la pratique de l'exercice réduit le risque de chuter. Parmi les meilleures stratégies pour améliorer l'équilibre, la pratique du Tai Chi ressort comme une intervention à privilégier. Selon la littérature, un programme d'exercice de Tai Chi pratiqué deux fois par semaine durant 15 semaines permet d'améliorer l'équilibre et



Hélène Corriveau, Ph.D.,
chercheuse au
Centre de recherche sur le vieillissement de l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke et professeure à la Faculté de médecine, Département de médecine de famille, de l'Université de Sherbrooke

voir **CHUTES**
à la page 4...

Centre de recherche
sur le vieillissement
1036 Belvédère Sud
Sherbrooke, Québec
J1H 4C4

Tél. : (819) 821-1170
poste 2285

Courriel :
Nadine.Fortin@
USherbrooke.ca

Visitez notre site Web
[Http://www.cdrv.ca](http://www.cdrv.ca)

We are evaluating
the possibility of
translating some
articles. However,
if an article is
accessible in
English, we would
send it to you. So,
if you are interested,
let us know!

This newsletter is
aimed at people
who participated
to the projects of
the Research
Centre on Aging. It
is also distributed
to anyone who
wants to receive it.
Contact us!

...DROIT

Cependant, plusieurs textes de loi ou pratiques juridiques comportent des éléments implicites qui marginalisent les aînés (par exemple, le fait de questionner d'emblée la capacité psychologique d'une personne âgée qui désire réviser son testament ou réorganiser ses finances personnelles).

Plusieurs besoins en formation émergent. Pour commencer, il importe de sensibiliser les acteurs du système de justice (ceux qui appliquent les lois tels les policiers, les avocats, les juges, les notaires, etc.) à la fois aux aspects pathologiques mais aussi aux aspects positifs ou réussis du vieillissement. Cette prévention vise à éviter qu'ils adoptent d'emblée des attitudes et des pratiques âgées. Il serait aussi souhaitable d'introduire une formation similaire, accompagnée de

notions juridiques de base, à tous les futurs intervenants auprès des personnes aînées.

Les aînés ont besoin d'un soutien et de services beaucoup mieux adaptés pour pouvoir investir le système judiciaire. Actuellement, fort peu d'institutions juridiques canadiennes offrent des services spécialisés aux personnes âgées. À notre connaissance, une seule clinique offre des services d'aide juridique aux aînés au Canada, et elle est à Toronto. Encourageons les aînés à jouer un rôle plus actif dans l'élaboration, l'interprétation et l'application des lois. C'est en se basant sur leur expérience que l'on peut modifier les pratiques. †

†Cet article reprend des éléments d'une étude subventionnée par la Commission du droit du Canada en 1999. (Beaulieu, M. et Spencer, C., 1999. Le droit et les relations personnelles des personnes aînées. Aspects légaux, psychosociaux et axiologiques. Commission du droit du Canada. 138 p.)

‡Commission du droit du Canada. www.lcc.gc.ca/fr/themes/pr/oa/spencer/spencer_main.asp

...CHUTES

de réduire les chutes. Les mouvements de Tai Chi facilitent la préparation et l'exécution des activités de tous les jours. En somme, nos travaux permettront aux intervenants d'identifier les personnes à risque de chuter et, ultérieurement, de développer des stratégies préventives, adaptées à chaque sujet, afin d'éviter bon nombre de chutes. Ainsi, les retombées pourraient se traduire par la prolongation des années d'autonomie de la personne âgée, et par le fait même, l'amélioration de la qualité de vie.

J'aimerais remercier toutes les personnes âgées qui ont participé à nos études. Sans elles, aucune ligne sur nos travaux n'aurait pu être écrite. †

CONFÉRENCES DES GOUVERNEURS — Automne 2002

Les Conférences des gouverneurs sont offertes gratuitement au grand public par le Bureau des gouverneurs de l'IUGS en collaboration avec l'Association des Townshippers, la Coalition estrienne d'association des personnes retraitées et la Commission des aînés et des retraités de l'Estrie.

Sujets présentés cet automne :

L'automobile et les aînés : d'autres solutions? par Dr Marcel Arcand, mercredi 30 octobre, 19 h
La nutrition des aînés, mythes et réalités par Hélène Payette, Ph.D. mercredi 13 novembre, 14 h et son équipe

Les conférences en français se dérouleront à la salle France Whittle, Pavillon Argyll de l'IUGS

BOARD OF GOVERNORS CONFERENCES — Fall 2002

The Board of Governors Conferences are free and are intended for the general public. This activity is made possible by the Sherbrooke Geriatric University Institute's Board of Governors in partnership with the Townshippers' Association, the Coalition estrienne d'association des personnes retraitées and the Commission des aînés et des retraités de l'Estrie.

Coming conferences:

When should we stop driving? by Dr. Marcel Arcand, Tuesday, October 22 at 7:00 p.m.
Myths about seniors and nutrition by Hélène Payette, Ph.D. Tuesday, November 12 at 2:00 p.m. and her nutrition team

English presentations will be at the Community Hall, Lennoxville Borough