

Covid-19 et isolement des personnes âgées

R. Armitage & L.B. Nellums – Article (lettre) publié dans la revue *Lancet Public Health* le 19 mars 2020

► Lien vers le PDF : [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(20\)30061-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(20)30061-X/fulltext)

J. Brooke & D. Jackson – Article publié dans la revue *Journal of Clinical Nursing* le 2 avril 2020

► Lien vers le PDF : <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocn.15274>

Quel est le propos de ces publications scientifiques ?

Face à l'épidémie de Covid-19, plusieurs pays ont incité les personnes de 70 ans et plus à se confiner et à respecter des mesures de distanciation sociale. Ces publications alertent sur les conséquences négatives de l'isolement social chez les personnes âgées et présentent des solutions pratiques pouvant être envisagées pour prévenir ces risques.

Que nous apprennent ces publications ?

Brooke & Jackson rappellent que l'isolement social (peu de contacts avec les membres de la famille ou d'autres personnes, de participation à des activités sociales) et le sentiment de solitude (sentiment d'anxiété et d'insatisfaction lié à un écart entre la qualité et la quantité des contacts sociaux actuels et souhaités) sont des notions différentes qui ne se superposent pas toujours. Avec l'âge (et la survenue de maladies, la dégradation de l'état de santé, la perte du conjoint ou d'amis), les contacts sociaux peuvent diminuer et l'isolement social et la solitude des personnes âgées sont de véritables problèmes de santé publique. Des études ont en effet montré que ces situations augmentaient le risque d'anxiété et de dépression, de problèmes cognitifs et de décès chez les personnes âgées.

Durant cette période épidémique, les mesures d'isolement affectent plus particulièrement les personnes âgées n'ayant pas de famille proche ou d'amis et dépendant d'associations ou de services sociaux. Ces personnes pourraient être particulièrement à risque comme celles qui étaient déjà seules ou isolées.

Que faut-il retenir de ces publications ? Que peut-on en tirer comme leçons ?

Si les personnes âgées sont incitées à rester chez elles durant l'épidémie, il est indispensable de mettre en place des actions pour limiter les conséquences de l'isolement social sur la santé mentale et physique des personnes âgées.

Des outils basés sur les nouvelles technologies (Facebook, Twitter, WhatsApp, participation à des activités virtuelles...) ont émergé pour procurer un support social et favoriser un sentiment d'appartenance à un groupe. Des thérapies cognitivo-comportementales peuvent être aussi être pratiquées en ligne pour réduire la solitude et améliorer le bien-être psychologique des personnes. Mais ces solutions se heurtent à des disparités dans l'accès à ces nouvelles technologies et les capacités des personnes à les utiliser.

Plus simplement, des contacts téléphoniques plus fréquents avec des personnes importantes comme la famille, les amis, des associations ou des professionnels de santé (infirmières libérales par exemple) pourraient être organisés. De plus, si la distribution de courrier est assurée, des envois de cartes, lettres ou colis représentent d'autres possibilités pour rester en contact avec les personnes âgées.

Note de l'ORS : en France, suite au rapport « Lutter contre l'isolement des personnes âgées et fragiles isolées en période de confinement » de J. Guedj (https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_no1_j_guedj_-_05042020.pdf), le ministère des solidarités et de la santé a adopté le 8 avril 2020 les premières mesures d'un plan de mobilisation nationale contre l'isolement comprenant notamment le renforcement du numéro vert national d'écoute de la Croix Rouge et la mise à disposition de moyens pour les collectivités afin qu'elles puissent téléphoner régulièrement aux personnes fragiles et isolées (<https://solidarites-sante.gouv.fr/actualites/presse/communiqués-de-presse/article/olivier-veran-annonce-retenir-les-premieres-mesures-du-plan-de-mobilisation>).