

Etude Bien vieillir 2009
Les centres de prévention Agirc-Arrco,
pour un vieillissement réussi

La perspective d'un vieillissement démographique massif est inéluctable. L'enjeu est aujourd'hui d'améliorer l'espérance de vie en meilleure santé.

C'est pour apporter des éléments de réponse à cette problématique que les centres de prévention Agirc-Arrco, pilotés par les institutions de retraite complémentaire, publient une **étude sur le « Bien vieillir »**.

Menée d'octobre 2008 à septembre 2009 dans les centres de prévention Agirc et Arrco, l'étude a porté sur 4 163 personnes âgées d'au moins 55 ans. Reçues pour un bilan médico-psycho-social, ces personnes ont répondu à un questionnaire « Bien vieillir », dans lequel elles ont été interrogées sur leur propre ressenti quant à la qualité de leur vieillissement. L'étude croise les réponses aux questionnaires et les données récoltées lors des bilans effectués par ces mêmes personnes dans les centres : conditions de vie, état de santé physique et psychique, activités et appartenance à un réseau social...

Les résultats permettent de définir des indicateurs du vieillissement réussi. Ils recensent les facteurs qui influent sur la façon de ressentir son état de santé. Ils mettent enfin en évidence le lien de réciprocité qui existe entre d'une part cette perception et d'autre part son sentiment de réussir son vieillissement.

Éditée à 4 000 exemplaires, l'étude nationale 2009 « Bien vieillir » est notamment destinée aux professionnels de la gérontologie et de la gériatrie.

Extrait de l'étude Bien vieillir

Quelle est pour vous la priorité absolue pour réussir son vieillissement ?

Ne pas être malade : 27 % des personnes interrogées ;

Ne pas être gêné au quotidien pour faire les activités que l'on souhaite : 24 % des personnes interrogées ;

Ne pas être une charge pour les siens : 19 % des personnes interrogées ;

Ne pas avoir de problèmes de sommeil : 10 % des personnes interrogées.

(...)Les premières préoccupations des personnes à la retraite ou s'en approchant restent des préoccupations de santé et d'autonomie, plus que des préoccupations de bien être psychologique ou social. Cependant, ces dernières semblent loin d'être sans importance, comme les résultats de cette étude le suggèrent.

(...)

ZOOM SUR ... Les centres de prévention

Depuis une trentaine d'années, les institutions de retraite complémentaire sont engagées dans une démarche active de prévention globale, à travers les centres de prévention. Chaque année, les dix centres de prévention Agirc-Arrco accueillent des actifs, pré-retraités et retraités et leurs conjoints. Ils leur proposent un bilan médico-psycho-social, parfois assorti d'un bilan « mémoire », pratiqués par des équipes pluridisciplinaires composées systématiquement d'un gériatre et d'un psychologue clinicien. A l'issue de ce bilan, le participant se voit proposer d'adhérer à une démarche de prévention. En 2009, les centres de prévention ont réalisé près de 10 000 bilans médico-psycho-sociaux. D'ici 2011, trois autres centres de prévention s'ouvriront à Lille, Clermont-Ferrand et Strasbourg.

La première publication des centres de prévention, « Les clés du bien vieillir » est parue en 2005.

CONTACTS PRESSE : DCPRESSE@agirc-arrco.fr