

“Les personnes âgées ne sont pas réfractaires aux nouvelles technologies”

SANTÉ. De plus en plus d'outils permettent de sécuriser les personnes âgées vivant à domicile et l'avenir s'annonce très prometteur. Mais la technologie a aussi ses limites. Interview d'une spécialiste de ces questions.

Invitée dans le cadre des journées du Père Favron, Véronique Chirié est directrice de Technopole Alpes santé à domicile et autonomie, une association qui identifie les différentes technologies et leur intérêt pour le maintien à domicile de personnes âgées ou handicapées. Elle participait hier à la conférence « Nouvelles technologies seniors et handicaps : où en est-on ? »

Toutes ces technologies comme les télé-alarmes apportent-elles vraiment un plus aux personnes âgées ou handicapées ?

Oui, il y a fondamentalement un plus parce que ces technologies peuvent être présentes 24h/24. Mais ce qui est important c'est de travailler à la combinaison entre l'aide humaine et la technologie. Ce ne sont pas ces objets qui vont vous aider à vous lever, à faire votre toilette ! Par contre, c'est un élément de sécurité qui permet d'alerter en cas de problème, de rappeler certaines choses ou d'avoir une certaine autonomie... Donc oui, il y a un plus mais à condition que ces technologies soient bien adaptées au mode de vie de leurs usagers.

Vous avez un exemple ?

Rien que pour les chutes, par exemple. Les capteurs peuvent être rassurants mais ils ne résolvent pas tout. Une personne qui chute, c'est peut-être parce qu'elle n'a plus d'équilibre. Il va donc falloir une quelconque aide pour l'aider à s'habiller. Les médicaments peuvent aussi générer de l'étourdissement et favoriser les chutes. Il faut y faire attention. L'enjeu, c'est d'avoir

une approche globale où l'on combine la technologie au médical, au sociomédical... Dans ce cas-là, on commence à être pertinent.

Ces objets ne sont pas toujours utilisés après achat par leurs bénéficiaires. Pourquoi ?

La moitié des téléalarmes, c'est-à-dire 250 000 sur un parc de 500 000 unités, ne sont pas utilisées. C'est impensable ! Souvent, c'est parce que l'objet a été imposé à la personne ou parce que celle-ci n'a pas osé dire « non » devant ses enfants ou l'assistante sociale. Ce qui veut dire qu'ensuite elle aura un peu de mal à porter ces bracelets. Elle va les trouver moches, elle ne va pas se souvenir où elle l'a posé. Et surtout, ça ne correspond pas forcément à sa façon de vivre. C'est donc tout ce processus d'accompagnement qu'il faut affiner.

Internet entre-t-il dans ces technologies ?

Les objets connectés existent surtout pour les podomètres. L'organisation mondiale de la santé préconise de faire 10 000 pas par jour. C'est très difficile ! Il y a eu des expérimentations avec des Caisses de retraites qui proposaient à des retraités actifs un podomètre et un coaching téléphonique. Pour les gens plus dépendants, le podomètre peut-être une aide à la motivation. C'est peu répandu aujourd'hui. Mais on peut imaginer, demain, que ça s'améliore.

C'est le seul outil connecté ?

Il y a aussi la balance ou le tensiomètre connecté. Là, on est

beaucoup dans le confort et le bien-être. Ce qui est très bien. Ces objets sont pour le moment plus utilisés par les jeunes que par les personnes très âgées. Mais ça va se développer. Pour les pathologies cardiaques, le poids relevé par la balance est un excellent indicateur. Mais ce n'est pas organisé comme on croit ! Le médecin a autre chose à faire que de regarder les données envoyées par les balances de ses patients. Par contre, ces informations peuvent aller sur un smartphone que le médecin peut ensuite consulter quand il voit son patient. Il y a des expérimentations en télé-médecine. En cas de gros écarts de poids, un médecin peut appeler le patient pour l'inciter à aller voir son spécialiste ou d'aller aux urgences. Mais il faut un abonnement. Et l'acte de télé-médecine n'est pas encore remboursée par la sécurité sociale.

La domotique est de plus en plus populaire. Est-ce une aide efficace ?

Elle coûte très cher et elle est surtout présente dans les logements neufs. Les grands industriels développent des interrupteurs où ils miniaturisent les capteurs de mouvement qui peuvent déclencher une lumière, la nuit, sur le passage de la personne. On peut ainsi éviter des chutes. Demain, ces capteurs pourront détecter une évolution dans le comportement des usages. Une personne qui se lève plus tard, qui n'est pas allée aux toilettes, qui n'est pas rentrée après une sortie... On sait reconnaître tout ça. Ce qu'il faut maintenant, c'est apprendre à traiter ces informations et imaginer les services qui vont avec.



Spécialiste des technologies adaptées au maintien des personnes à domicile, Véronique Chirié a participé hier à la conférence « Nouvelles technologies seniors et handicaps : où en est-on ? ».

Mais cette surveillance pose beaucoup de questions sur le respect de la vie privée...

Certains chercheurs travaillent sur des capteurs qui peuvent détecter une évolution de la vitesse de marche à domicile. C'est reconnu comme un indice de fragilité. Mais qui a envie de cette surveillance permanente sur son mode de vie ? C'est peu acceptable. En revanche, il peut y avoir un suivi après une hospitalisation ou lors d'une période de fragilité. Il faut inventer dans quelle situation cette surveillance du mode de vie a du sens. Aujourd'hui, on ne sait pas faire.

Que peut-on espérer de la domotique plus classique comme l'ouverture de porte ou de volet via un smartphone ?

Là, on parle de maintien à domicile. Une personne qui ne peut plus se lever de son fauteuil peut ouvrir ses volets sans bouger, voir qui sonne à la porte sur ça télé. Il y a aussi des systèmes qui transforment une sonnette en flash lumineux pour les personnes qui entendent moins bien.

Ces technologies ne se heurtent-elles pas à leur prise en main par les

personnes âgées par définition moins à l'aise ?

Toutes les études montrent que les personnes âgées ne sont pas réfractaires aux nouvelles technologies comme les tablettes tactiles. C'est une question de formation et d'envie. Si une tablette peut permettre de discuter avec la famille située à 10 000 kilomètres alors la personne va l'utiliser. Il faut simplement l'aider à s'en servir. Par nature, il n'y a pas d'opposition entre l'âge et la technologie.

Propos recueillis par Jean-Philippe Lutton

Ces outils qui facilitent la vie

Téléalarme. C'est quoi? Il s'agit d'une télécommande qui permet d'appeler une centrale téléphonique. En cas de chute, une personne peut mesurer la gravité de la situation et appeler des proches ou les pompiers.
Prix: entre 15 et 30 euros par mois.
Avantage: Système assez performant,
Inconvénient: Les modèles de télécommande sont plutôt inesthétiques. Les usagers abandonnent dans un cas sur deux ce système, souvent parce qu'il leur a été imposé par des tiers.

Téléalarme automatique. C'est quoi? Même chose que précédemment mais se déclenche automatiquement grâce à un accéléromètre situé dans un boîtier qui se porte au poignet. Un autre système envoie une alerte si aucun mouvement n'a été détecté pendant 30 minutes.

Prix: Environ 40 euros par mois.
Avantage: déclenchement automatique
Inconvénient: Peu fiable. Environ 40 % des chutes seraient détectées.

Capteur de chute vidéo. C'est quoi? Grâce à un algorithme, la caméra vidéo est capable d'analyser une chute et de transmettre une alerte. Usage plutôt pour les professionnels.

Prix: entre 50 et 250 euros par mois

Système de géolocalisation. C'est quoi? Permet de définir une zone de vie. Si la personne en sort, une alerte est émise. Seulement 1 000 exemplaires sont utilisés sur le territoire national.

Prix: environ 60 euros par mois.
Avantage: Permet de retrouver des personnes qui ont tendance à divaguer

Inconvénients: Des questions éthiques se posent. Le bracelet peut-être anxiogène s'il est imposé à la personne.

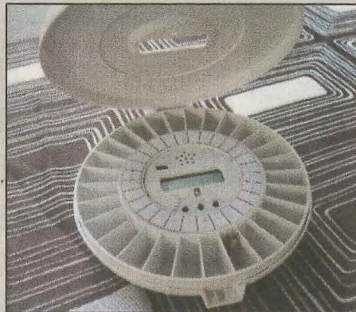
Pilulier électronique. C'est quoi? Cette boîte libère des pilules au bon moment de la journée.

Avantage: Permet de programmer efficacement la prise de médicaments et d'éviter les oublis.

Inconvénient: Les médicaments volumineux comme les aspirines ou les sirops ne rentrent pas!

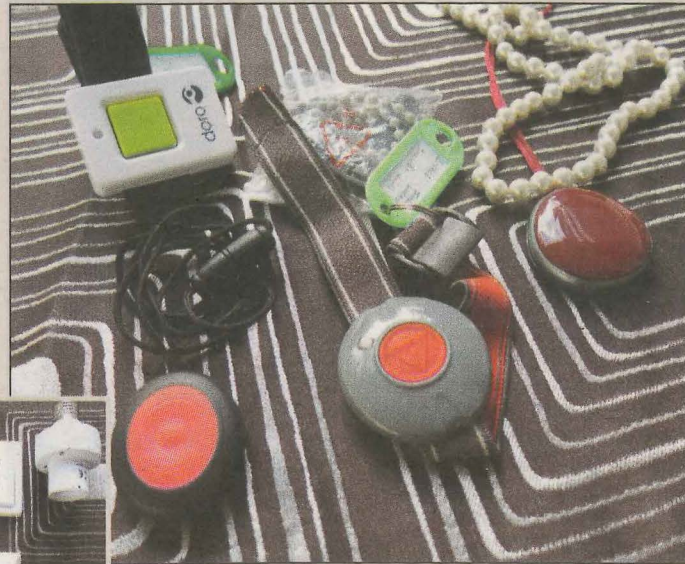
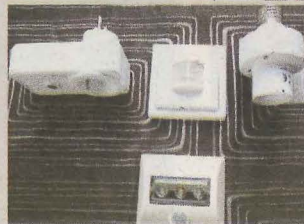
Chemin lumineux. C'est quoi? Des capteurs de mouvements permettent d'allumer des petites leds et d'illuminer le trajet la nuit.

Prix: 15 euros.
Avantage: Peut permettre d'éviter les chutes, simple et pas cher.
Inconvénient: Fiabilité dans le temps?



Un pilulier électronique pour ne plus se tromper de médicament!

Simple et pas chers, ces détecteurs de mouvement allument des leds au passage d'une personne.



Les téléalarmes sont performantes. Mais encore peu esthétiques et abandonnées dans un cas sur deux.