

Ralentir le temps au grand âge ?



Il y a le temps de l'horloge et celui qui est subjectif, que nous ressentons. Ce dernier peut être très long si nous sommes emprisonnés, très court en visionnant un bon film, pourtant pour une durée identique.

Quiconque observe en novice les résidents d'une maison de retraite (EHPAD) ou d'un Long Séjour (Soins de Longue Durée) est frappé par la lenteur des occupants des lieux ;

un désœuvrement souvent angoissant voire culpabilisant pour le visiteur. L'âge en soi est-il à même de générer cette situation ?

Deux explications classiques nourrissent ce constat :

L'absence de stimulation, conséquence d'un accompagnement encore trop cantonné aux « soins de base » y est pour beaucoup : un contexte qui ne vous demande rien d'autre que de vous laisser faire ou d'être aidé pour les « actes de la vie quotidienne ». **Un sentiment d'inutilité fera le reste.**

Toutes les pathologies en sont aussi potentiellement responsables, au premier rang desquelles la dépression et les démences, sans négliger les maladies sévères ou invalidantes.

Pourtant la question la plus utile, d'apparence incongrue, est la suivante : à quelle adaptation rationnelle correspond cette attitude ?

Ne faut-il pas formuler une autre hypothèse, évoquer un autre facteur potentiel : **à l'approche de la fin de notre vie, ne serons-nous pas tentés de « ralentir le temps » à défaut de pouvoir l'arrêter ?** Mécanisme conscient ou non, cette ultime possibilité de retarder l'échéance pourrait-elle expliquer, au moins en partie, cette coexistence de passivité et de fréquente auto-complaisance à son égard ?

Ne projetons-nous pas sur nos grands aînés notre propre angoisse d'immobilité, de sédentarité et de mort, représentations connotées négativement pour le fonctionnement social ainsi que pour notre santé personnelle ?

Le respect de la personne âgée ne s'accommode pas bien d'un jugement hâtif sur celle qui ne participe pas aux activités que nous croyons bonnes pour elle. Ne le sont-elles pas parfois que pour nous, familles et soignants ?

Le site du dr Pradines n'est désormais consultable qu'à l'adresse : www.geriatrie-albi.fr

Twitter : [@BernardPRADINES](https://twitter.com/BernardPRADINES)

Blog : free.geriatrics.overblog.com