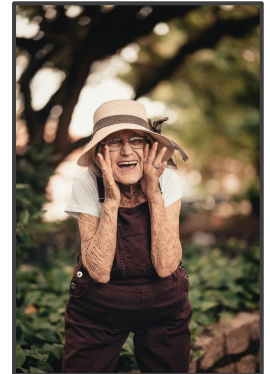




Les signes d'alerte du vieillissement

Pour accompagner au mieux les personnes handicapées vieillissantes, il convient d'être capable de repérer les signes du vieillissement via une observation attentive de la personne (santé, rythme, vie sociale, activités quotidiennes, vie professionnelle...). Les observations sont alors à discuter avec la personne afin de déterminer si les éléments repérés sont les premiers signes du vieillissement. Cela permettra de mettre en place un cadre d'intervention préventif afin de retarder les effets du vieillissement.



Moteur

- Ralentissement (marche à petits pas)
- Besoin en aides techniques (préciser le rythme des modifications)
- Equilibre (diminution, chutes / peur de tomber)
- Fatigabilité

Métabolisme

- Alimentation (problème de déglutition, problème de mastication, réduction de l'appétit, troubles du comportement alimentaire, hydratation inadaptée)

Physique et sensoriel

- Etat cutané (peau plus fine, risque d'écorchures, d'escarres)
- Audition et vision (perte / diminution)
- Douleurs (augmentation du nombre de plaintes)
- Amyotrophie

Cognitif / Psychique

- Troubles de la mémoire immédiate
- Difficultés de mémorisation
- Troubles comportementaux (augmentation)
- Troubles de l'humeur (tendance à la dépression, anxiété)
- Temps de latence augmenté
- Signes de confusion, perte de repères
- Douleur psychique / mal-être (augmentation du nombre de plaintes)
- Sommeil (augmentation du besoin de sieste, réduction du temps de sommeil nocturne, augmentation des insomnies, inversion jour-nuit)

Vie socio-affective

- Apparence (s'en préoccupe moins)
- Perte de l'estime de soi
- Repli sur soi / isolement / apathie
- Envie / participation aux activités / investissement social (diminution)
- Difficultés à maintenir les liens familiaux et sociaux