

## “Tu comprendras quand tu seras vieux!”

Extraits du petit manuel anti-préjugés grand âge à l’usage de tous de **Véronique Cayado**, disponible en librairie et sur toutes les plateformes e-commerce.

Extrait 1 pp.63-65

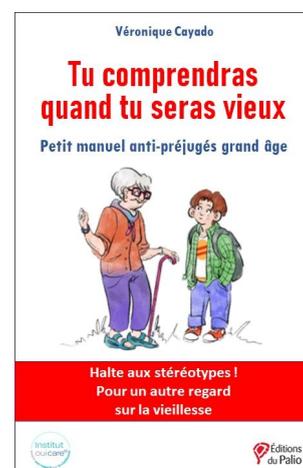
### **Le soupçon d’incapacité, une fois posé, va déteindre sur tout le reste**

Il y a des signes de fragilité qui ne trompent pas, un frigo plus vide qu’à l’accoutumé avec des produits périmés, un intérieur moins bien entretenu, des factures qui s’entassent dans le secrétaire. Tous ces changements sont des signes tangibles qui éveillent à juste titre la vigilance des proches. Mais des signes ne sont pas des causes. Or, le coupable est déjà tout trouvé, pas besoin de chercher bien loin : la vieillesse et le grand âge. C’est le début de la fin qui commence !

Et si ce lien était exagéré ? Et si notre jugement avait été biaisé par ce qu’on appelle le biais de « corrélation illusoire » à cause de la prégnance du stéréotype « vieillesse = dégénérescence » ? Après tout, rien ne dit que la personne ne soit pas gagnée par un état de tristesse qui la rend amorphe et apathique. Et si elle présentait en fait un trouble dépressif ? Et si le fait de sentir qu’elle ne peut plus vivre tout à fait comme avant avait encouragé chez elle un désir de lâcher prise ? Et si elle avait un début de DMLA<sup>1</sup> qui rendrait son quotidien plus complexe ?

Admettons que l’on soit passé un peu trop vite des signes aux causes. La petite graine qui vient de germer va infuser la manière de percevoir tous les faits et gestes de son proche âgé. D’un signe particulier de fragilité, on en vient, par corrélation illusoire, à le tenir pour fragile dans tous les domaines de la vie. Cette petite graine finit par générer des doutes sur ses capacités dans des activités parfois très éloignées de celle où s’est manifesté le signe de départ.

Ce changement de point de vue se diffuse dans la manière de communiquer avec son proche. Un nouveau regard est désormais porté sur lui, qui remet en cause sa place dans son environnement social et peut être ressenti comme une forme de déclassement. La manière de vivre ces transformations dans l’écosystème familial est très différente d’une



<sup>1</sup> La DMLA ou dégénérescence maculaire liée à l’âge est une maladie chronique de l’œil où la vision centrale est peu à peu affectée, entraînant une cécité limitée au centre du champ de vision.

personne à l'autre et évolue aussi au fil du temps. Certains s'y résignent dès le début, acceptant ce changement qui, pour eux, s'inscrit dans le cours naturel de la vie. N'oublions pas que les stéréotypes âgistes, les plus âgés les ont eux aussi intériorisés depuis leur plus jeune âge ! Leur adhésion à cette vision déficitaire de la vieillesse impacte donc forcément leur manière de s'en défendre.

Mon propos ici n'est pas ici de nier la survenue d'une fragilité ou de contester que le vieillissement prolongé entraîne un risque accru de dépendance. Le vieillissement biologique entraîne inévitablement des pathologies liées au dysfonctionnement de nos tissus et de nos organes, puisque c'est de cela qu'on meurt (hors mort accidentelle ou provoquée). Je veux simplement attirer l'attention sur tous les « à-côtés » du processus de vieillissement. À côté donc des phénomènes biologiques (hormonaux, métaboliques, organiques...), il y a aussi des phénomènes psycho-sociaux qui interagissent avec les premiers pour construire l'expérience individuelle de vieillissement, pouvant accélérer des effets biologiques, voire les déclencher !

\*\*\*

Contactez-nous pour recevoir le livre complet.

**Contacts presse :**

**Groupe Oui Care**

Marina Rezé : 07 63 75 10 59 / [marina.reze@ouicare.com](mailto:marina.reze@ouicare.com)

Hugo Pichot : 06 99 14 90 80 / [hugo.pichot@ouicare.com](mailto:hugo.pichot@ouicare.com)