

29.09.2024 - 14:00 Uhr

Un tiers des seniors de 85 ans et plus souffrent de solitude



Zurich (ots) -

En Suisse, quelque 90 000 personnes de 85 ans et plus sont touchées par la solitude. Or, dans cette tranche d'âge, la solitude a de graves conséquences sur la santé et réduit considérablement l'espérance de vie. Dans la lutte contre ce phénomène, il est toutefois difficile d'atteindre les personnes très âgées.

En Suisse, quelque 37% des personnes de 85 ans et plus souffrent de solitude, soit environ 90 000 seniors. C'est ce que révèle l'Observatoire vieillesse de Pro Senectute Suisse. L'enquête montre que les personnes très âgées sont nettement plus touchées par la solitude que les jeunes seniors. Chez les 65-74 ans, la proportion est d'environ 24%, tandis qu'elle est légèrement supérieure à 25% chez les 75-84 ans. " Les personnes très âgées doivent plus souvent faire face au décès de leurs proches. Leur réseau social se rétrécit. Elles sont également davantage confrontées à des problèmes de santé et à la réduction de leur mobilité ", explique Alexander Widmer, membre de la direction de Pro Senectute Suisse.

Risque pour la santé

Les personnes se sentant seules souffrent d'un déficit de relations personnelles. Elles manquent de lien social. " La solitude ne doit toutefois pas être confondue avec le fait d'être seul : être seul n'est pas nécessairement source de souffrance ", précise Alexander Widmer. En revanche, la solitude constitue un risque pour la santé : les personnes âgées se sentant seules ont non seulement une espérance de vie plus courte, mais souffrent aussi plus souvent d'hypertension et de dépression. Elles bougent moins, sont plus stressées et plus souvent atteintes de démence. La solitude renforce aussi les souffrances existantes.

Appel à la société

Les jeunes seniors sont mobiles, peuvent assister à des cours et des manifestations, et sont à même d'entretenir et développer des contacts sociaux en dehors de chez eux. Les personnes très âgées sont davantage limitées dans leur mobilité : " La difficulté, dans notre engagement contre la solitude, est d'approcher les personnes concernées ", fait remarquer Alexander Widmer. Il est difficile pour elles d'en parler et de demander de l'aide. Alexander Widmer encourage non seulement les personnes concernées à s'adresser à Pro Senectute ou à d'autres services spécialisés, mais aussi l'entourage familial, les personnes de référence et les voisins.

S'engager contre la solitude

Pro Senectute mise sur des offres facilement accessibles, comme l'aide au quotidien et les services de visite, pour soutenir les seniors à leur domicile. Pour ce faire, la fondation dépend aussi du soutien de bénévoles. L'engagement de ces derniers contribue aussi à prévenir leur propre solitude. Les organisations locales de Pro Senectute ont cependant de plus en plus de mal à trouver des bénévoles : " Souvent, les jeunes seniors ne souhaitent pas s'engager régulièrement ni à long terme ", explique Alexander Widmer, qui ajoute : " Nous invitons les personnes intéressées à se manifester, afin qu'elles puissent faire une différence - dans leur vie et dans la vie des seniors. "

Contact:

Pro Senectute Suisse, Peter Burri-Follath, responsable Communication
Téléphone : 044 283 89 43, e-mail : medien@prosenectute.ch

Medieninhalte



Photo de la campagne de la collecte d'automne 2024 de Pro Senectute / Texte complémentaire par ots et sur www.presseportal.ch/fr/nr/100002565 / L'utilisation de cette image à des fins éditoriales est autorisée et gratuite, pourvu que toutes les conditions d'utilisation soient respectées. La publication doit inclure le crédit de l'image.

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100002565/100923651> abgerufen werden.