

PRESENTATION

Si l'on en croit l'Organisation mondiale de la santé, il faudrait, pour que nous puissions bien vieillir, que les pays, les régions et les organisations nationales et internationales adoptent des politiques et des programmes tendant à assurer la santé, l'autonomie, la sécurité et la place dans la société des personnes âgées. Ce qui signifie que les mesures qui visent à aider nos aînés à rester en forme et actifs du point de vue tant économique que social sont une nécessité et non pas un luxe.

Le vieillissement de la population génère l'accroissement des dépenses prévues aux budgets en matière de santé et de politiques sociales, à tel point que l'on estime qu'entre 2000 et 2050, les frais inhérents à l'assistance sanitaire et sociale des personnes âgées progressera de 48 % dans les pays industrialisés.

Cette évolution s'accompagne d'une modification des conditions de vie et des types de maladies. Nous savons aujourd'hui prévenir l'apparition de certaines d'entre elles et contrer le déclin des fonctions, mais nous n'accordons pas encore suffisamment d'attention au maintien de l'autonomie et à l'amélioration de la qualité de la vie des personnes âgées, et notamment des malades chroniques, des infirmes ou des invalides.

Vieillir sans pour autant devenir vieux : voilà un principe que chacun d'entre nous doit faire sien, de même que son corollaire, pousser les autres à suivre cette même voie. Chacun à son échelle, nous devons aider les personnes actives à conserver le plus longtemps possible leur sérénité et leur bien-être physique et mental. Nombreux sont les facteurs qui participent de cette démarche : un environnement à échelle humaine peut faire toute la différence entre dépendance et indépendance ; une bonne information quant à l'importance de l'alimentation peut améliorer la santé mentale, réduire le risque de maladies chroniques et retarder le déclin fonctionnel. En deux mots, il convient de promouvoir la santé, de conseiller les personnes âgées quant aux activités qu'elles devraient pratiquer et, par dessus tout, de faire en sorte qu'elles ne soient pas marginalisées.

Le grand défi de ce siècle est la construction d'une société capable d'accueillir ses aînés et de voir en eux une partie intégrante de son avenir, les partenaires fondamentaux d'un monde de demain sans barrières d'âges. Ce n'est pas seulement un défi médical, c'est un défi lancé à cette civilisation qui se veut moderne et civile. Je tiens à rappeler à ce propos une phrase de Kofi Annan, le secrétaire général des Nations Unies : « Année après année, les arbres deviennent plus forts et les fleuves plus larges. De même, les être humains acquièrent avec l'âge une profondeur incommensurable, une expérience et une sagesse étendues. Voilà pourquoi les personnes âgées ne devraient pas seulement être respectées et honorées : la société devait tirer profit de cette ressource inestimable qu'elles constituent ».

Parler du vieillissement dans un livret n'est certes pas chose facile : pour comprendre ce sujet et en capter toutes les facettes, il est indispensable d'adopter une approche intégrée, que ne facilite guère l'habituel cloisonnement du savoir et des méthodes. Cette publication a nécessairement pâti de cet état de choses, puisqu'il était difficile d'aborder chaque sujet de manière complète. Nous avons décidé de ne pas baisser les bras devant la difficulté et de traiter bon nombre des aspects de la santé et de la vie des personnes âgées. Nous sommes allés voir ce qui se passait dans les autres régions et au cœur de la nôtre, afin d'établir des comparaisons et de découvrir les différences.

Nous avons tenté de mieux comprendre et de mieux expliquer, et puis, surtout, nous avons voulu jeter les bases d'un dialogue, afin que nous puissions tous ensemble décider de ce qu'il conviendrait de faire pour valoriser au mieux cette délicate phase de l'existence.

Après les indispensables tableaux et statistiques, nous avons eu envie de jeter un regard en arrière, sur « la vie d'antan », pour voir comment se soignaient nos grands-parents et comment ils considéraient la santé et la maladie. Et puis, il nous semblait aussi bon de rappeler, en toute humilité, que la médecine d'aujourd'hui repose parfois sur des remèdes d'hier et que les principes fondamentaux des remèdes de nos grand-mères ont parfois été remis à l'honneur tout récemment : il suffit pour cela de voir combien de personnes en Vallée d'Aoste se tournent désormais vers les médecines naturelles ou alternatives.

Dans l'histoire de la médecine comme dans celle de l'homme, le passé se mêle au présent ; mais ni l'une ni l'autre n'ont d'avenir que dans la mesure où elles commencent par respecter ce passé.

En vous invitant tous à prendre connaissance du contenu de ce livret, je souhaite à chacune et chacun d'entre vous, et notamment aux personnes âgées, de longues années de bien-être et de sérénité.

L'ASSESSORE
Roberto VICQUERY

PRESENTAZIONE

L'Organizzazione Mondiale della Sanità suggerisce che possiamo permetterci di invecchiare se i Paesi, le regioni e le organizzazioni nazionali ed internazionali emaneranno politiche e programmi volti ad assicurare la salute, l'indipendenza, la produttività e la sicurezza delle persone anziane. Ciò significa che le misure assunte per aiutare gli anziani a rimanere sani ed attivi, economicamente e socialmente, sono una necessità e non un lusso. L'invecchiamento della popolazione genera spese crescenti nei bilanci della sanità e delle politiche sociali e il costo medio stimato per l'assistenza sanitaria e sociale agli anziani aumenterà del 48% nei Paesi industrializzati tra il 2000 e il 2050.

Mentre i Paesi invecchiano le condizioni di vita si modificano e anche i modelli e le tipologie di malattie cambiano. Prevenire l'insorgere delle malattie e contrastare il declino funzionale oggi è possibile, ma è ancora scarsa l'attenzione che viene data al mantenimento dell'indipendenza, al miglioramento della qualità di vita degli anziani, specie di quelli colpiti da malattie croniche, da infermità o da invalidità.

Invecchiare, e far invecchiare, senza diventare vecchi è il principio morale che ciascuno di noi deve assumere. Ognuno per il proprio ruolo. E' un principio che si traduce nel mantenere le persone attive quanto più a lungo possibile in condizioni di serenità e benessere, fisico e mentale che, a loro volta, dipendono da numerosi fattori: un ambiente fisico a misura d'uomo - in particolare se anziano - che può fare la differenza tra indipendenza ed essere dipendente. Significa informare sull'importanza di una alimentazione sana che può migliorare la salute mentale e diminuire i rischi di malattie croniche, oltre a ritardare il declino funzionale. In breve, significa promuovere la salute, consigliare gli anziani sulle attività salutari da svolgere e fare soprattutto ogni sforzo possibile per scongiurare l'isolamento sociale.

La sfida del secolo appena iniziato è quella di realizzare una società capace di accogliere la popolazione invecchiata come parte integrante del proprio futuro e che veda negli anziani i partners fondamentali per il raggiungimento di una società futura per tutte le età.

Non si tratta solo di una sfida della medicina, si tratta piuttosto della sfida di una civiltà che si definisce moderna e civile. Desidero a questo riguardo ricordare una frase di Kofi Annan che dice: "Con il passare degli anni, gli alberi diventano più forti e i fiumi più larghi. Alla stessa maniera, con l'età, gli esseri umani conquistano un'incommensurabile profondità ed una vasta esperienza e saggezza. E' per questa ragione che le persone anziane non dovrebbero soltanto essere rispettate e riverite, ma dovrebbero essere impiegate per quella ricca risorsa per la società che essi rappresentano".

Trattare dell'invecchiamento in una pubblicazione non è compito semplice. L'invecchiamento è un tema che, per la sua decifrazione e comprensione, necessiterebbe di un approccio integrato, che il più delle volte contrasta con l'abituale separazione delle metodologie e dei saperi. Anche questa pubblicazione, quindi, ha necessariamente risentito delle difficoltà di creare per ogni tema considerato un approccio integrato delle conoscenze. Abbiamo tuttavia cercato di parlare di molti aspetti diversi legati alla salute e alla vita degli anziani: un poco confrontandoci con le altre regioni e un poco guardandoci al nostro interno, nelle nostre differenze territoriali. Abbiamo cercato di raccontare e di capire qualcosa di più, ma soprattutto abbiamo voluto creare uno spunto per potere parlare tutti insieme di come fare per valorizzare al meglio questa delicata e fondamentale età della vita.

Un ultimo cenno riguarda i racconti di un tempo, *la vie d'antan*: di come si curavano i nostri nonni, come guardavano allora alla salute e alla malattia. Lo abbiamo fatto per alleggerire, se possibile, la lettura di dati statistici e di tabelle, ma lo abbiamo anche fatto per avere sempre presente, con grande umiltà, che la medicina di oggi nasce talvolta dai rimedi di ieri e che alcuni rimedi di ieri hanno alla base dei principi rivalutati anche oggi - basti pensare al crescente ricorso in Valle d'Aosta alle medicine alternative e alle medicine naturali.

Il passato e il presente si intrecciano nella medicina come nella storia dell'uomo e un futuro rispettabile nasce sempre, in primo luogo, dal rispetto del passato, anche quando questo è stato ormai superato dal presente.

Invitando tutti, e in particolare le persone anziane, alla lettura, auguro in particolare a queste ultime una lunga vecchiaia in benessere e serenità.

L'ASSESSORE
Roberto VICQUERY