
DÉTECTION DE LA FRAGILITÉ DE LA PERSONNE ÂGÉE EN MILIEU THERMAL, L'EXEMPLE DU GRAND DAX

MICHEL BAQUÉ*, MAGUY BLANC**

1. Le contexte

a) Le Grand Dax thermal

Le Grand Dax est un territoire constitué de 2 stations thermales. 16 établissements thermaux, dont un hôpital thermal, accueillent chaque année près de 60 000 curistes. Ils développent des missions d'éducation à la santé en complétant leur offre de soins thermaux par des ateliers santé, des programmes d'éducation à la santé, des programmes d'éducation thérapeutique du patient pour le fibromyalgique ou l'arthrose.

Une des particularités du territoire tient à sa démographie : 21,4 % des 53 357 habitants du Grand Dax a plus de 65 ans contre 17,1 % en France.

Le territoire du Grand Dax est en quelque sorte la préfiguration de la France de 2030. En ce sens, il doit être vu comme un territoire d'expérimentation, d'autant plus qu'il possède les outils économiques pour initier des projets (cluster, pépinière, hôtel d'entreprises ...).

b) Silver économie et Aqui O Thermes

Le thermalisme est lié à une meilleure gestion du "mieux-vieillir" corrélée à une meilleure gestion des maladies chroniques. L'approche globale du séjour thermal permet à une population vieillissante de conserver une meilleure autonomie à moindre coût. La filière thermale est constituée principalement¹ par des PME ou ETI², ce qui lui confère une certaine réactivité. Elle est fédérée au sein d'un cluster, Aqui O Thermes, ce qui crée un dynamisme autour de la recherche et de l'innovation, permettant, sans nul doute, de mieux s'ancrer au sein de la silver économie.

Aqui O Thermes inscrit ses actions dans le volet "Bien-vivre, Bien-vieillir – Prévention santé" en lien avec la Silver Nouvelle – Aquitaine.

¹ À l'exception de l'hôpital thermal de Dax

² Entreprise de taille intermédiaire

* Président Arenadour, Dax

** Cluster Aqui O Thermes, Dax

Par ailleurs, le cluster a répondu à un appel à projet 2015 “Développer les actions de prévention par les établissements thermaux” lancé par l’ARS-Aquitaine. Le projet de repérage de la fragilité en milieu thermal a été retenu.

2. L’enjeu du repérage de la fragilité

a) Définition de la fragilité

La Société française de gériatrie et de gérontologie (Sfgg) a adopté en 2011 la définition suivante de la fragilité : “la fragilité est un syndrome clinique. Il reflète une diminution des capacités physiologiques de réserve qui altère les mécanismes d’adaptation au stress. Son expression clinique est modulée par les comorbidités et des facteurs psychologiques, sociaux, économiques et comportementaux. Le syndrome de fragilité est un marqueur de risque de mortalité et d’événements péjoratifs, notamment d’incapacités, de chutes, d’hospitalisation et d’entrée en institution. L’âge est un déterminant majeur de fragilité mais n’explique pas à lui seul ce syndrome”.

La population âgée dite “fragile” fait l’objet de toutes les attentions et a donné lieu à un *Livre Blanc*, à l’automne 2014, sur le thème “Repérage et maintien de l’autonomie des personnes âgées fragiles”.

• *Le coût du vieillissement*

Dans le contexte actuel de vieillissement de la population, la notion de fragilité soulève des défis économiques et sociétaux majeurs auxquels il devient urgent d’apporter des réponses concrètes.

• *Le repérage et la prise en charge de la fragilité : un enjeu majeur*

Comme l’indique la HAS, la prise en charge des déterminants de la fragilité peut réduire ou retarder ses conséquences. Ainsi, la fragilité s’inscrirait dans un processus dynamique, potentiellement réversible ! L’évaluation de la fragilité permet de cibler une population âgée à risque de dépendance. Cette population doit bénéficier d’actions préventives.

Il y a quatre raisons d’identifier les sujets âgés présentant une ou des fragilités :

- la prévalence de la fragilité est élevée après 65 ans : nos populations curistes en station à orientation rhumatologique ont une moyenne d’âge supérieure à 65 ans,
- la fragilité est souvent asymptomatique : il faut une action volontariste de dépistage pour la détecter,
- elle représente un facteur favorisant la perte d’autonomie,
- elle est potentiellement réversible.

b) Le soutien du gérontopole de Toulouse

Le gérontopole de Toulouse est très impliqué dans ce domaine et avance à grand pas. Il est intéressé par le potentiel des stations thermales et met ses compétences à la disposition de la médecine thermale.

3. L'expérience du Grand Dax

a) Le projet : Repérage de la personne âgée fragile en milieu thermal

- Les objectifs sont les suivants :
 - objectif principal : inscrire les stations thermales comme structures participant aux enjeux de santé publique.
 - objectif opérationnel : faciliter la tâche du médecin traitant et lui permettre de mettre en route une prise en charge de son patient, à son retour à domicile.
- Le principe du projet se résume ainsi :
 - repérer : par un questionnaire simple de 5 questions,
 - évaluer : par un diagnostic mené par l'infirmière thermale,
 - informer : le médecin thermal et le médecin traitant,
 - proposer : des ateliers adaptés dans l'établissement thermal.

b) Les actions en cours

- Recherche d'une solution numérique

Le cahier des charges est rédigé. L'outil devra permettre l'enregistrement d'un questionnaire de 5 items, validé par le gérontopole de Toulouse, qui permet une première détection de la fragilité. Pour les cas positifs, il alertera l'infirmière. L'outil devra alors pouvoir enregistrer les données du diagnostic.

Il informera par courrier électronique les médecins thermaux et traitants.

Il devra aussi générer des statistiques et assurer le stockage de données de santé.

Cet outil doit venir en appui des thermes car la mission de détection est particulièrement chronophage.

Un travail est en cours avec l'ARS Nouvelle-Aquitaine pour développer l'outil, étudier le financement et envisager la dissémination auprès d'autres stations thermales intéressées.

- Test de faisabilité de mise en place d'action de repérage de la fragilité

Le mois de novembre a été une période test pour vérifier la faisabilité du processus et adapter les outils existants : questionnaires et synthèse à envoyer au médecin traitant.

Les conclusions seront prises en compte être opérationnel pour la saison 2017

- Mise en place d'ateliers Bien-Vieillir

À la demande du Cneth, des ateliers spécifiques destinés aux personnes âgées curistes ont été construits pour être proposés dans les thermes. Il s'agit d'ateliers nutrition, stimulation cognitive et activités physiques adaptées (APA) : gymnastique souplesse, gymnastique méthode Pilates, équilibre, marche nordique.

4. Conclusion

Dès la saison thermale 2017, ce plan de repérage sera mis en place dans les établissements thermaux.

L'expérience sera ensuite étendue à l'ensemble de la population locale. Toutefois, les questions de recueil des données est toujours à l'étude.

L'une des pistes envisagées est d'associer ce repérage à un projet plus global autour d'un centre de la prévention, espace transversal, à la fois en ville et lié au milieu thermal, dédié au bien vivre et au bien vieillir.