

« Sept à dix ans de plus » : en Anjou, une médecin donne des clefs pour vivre bien et longtemps

Hélène Rivière, responsable du pôle gériatrie au CHU d'Angers (Maine-et-Loire), est intervenue dans la salle de convivialité du Béguinage Saint-Vincent de Mûrs-Érigné. Elle a donné des clefs pour vivre bien et longtemps.



Le docteur Hélène Rivière, responsable du pôle gériatrie au CHU d'Angers, face aux aînés du Béguinage Saint-Vincent. | OUEST-FRANCE

Lundi 23 juin 2025, la salle de convivialité du Béguinage Saint-Vincent de Mûrs-Érigné affichait complet pour accueillir Hélène Rivière, responsable du pôle gériatrie au CHU d'Angers. À l'invitation de Vivre en béguinage, elle vient présenter le programme Icope (Integrated care for older people). Développé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), ce programme prévient la perte d'autonomie chez les personnes âgées.

Loin d'un discours purement médical, le docteur Rivière partage une vision profondément humaine et engagée de la gériatrie : « **Le métier a changé. Nous ne sommes plus des pompiers.** » À ses yeux, il ne s'agit plus seulement de soigner des maladies installées mais d'agir avant leur apparition en repérant les fragilités dès les premiers signes.

Vers une gériatrie préventive et réversible

Parce qu'un des principes clés d'Icope repose sur la réversibilité, le médecin affirme qu'une personne fragile peut redevenir robuste : « **À condition de ne pas considérer le déclin des capacités fonctionnelles comme une fatalité liée à l'âge.** »

Cela suppose d'évaluer régulièrement les six fonctions essentielles qu'elle rappelle : mobilité, nutrition, cognition, vision, audition et humeur : « **En faisant ça, il devient possible d'intervenir précocement et de repousser, voire d'éviter l'entrée en dépendance.** » Elle prend en exemple les Béguinages : « **Des espaces où, disposant d'un réseau social solide, les personnes vivent en moyenne sept à dix ans de plus.** » Elle en déduit que c'est dû au cadre de vie collectif propice aux liens de proximité, à la solidarité quotidienne et au fait de veiller les uns sur les autres.