Parcours bien vieillir en Hauts-de-France pour prévenir la dépendance

tempof@rme

Un nouveau programme pour bien vieillir en Hauts-de-France, qui combine l'intelligence de la donnée et le suivi humain, dans le but d'accroître l'espérance de vie sans incapacité

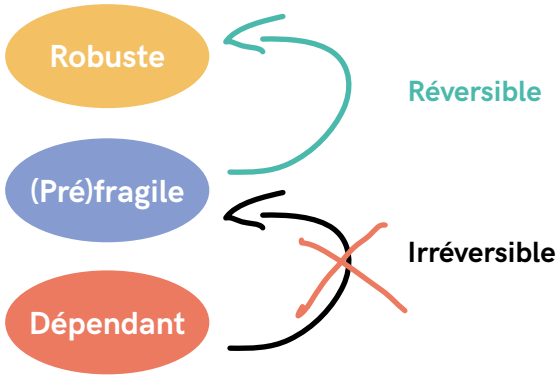
Le CHU de Lille, le CHU Amiens-Picardie, l'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO) et l'entreprise Kelindi se sont mobilisés dans le cadre de l'appel à projet initié par la Carsat Hauts-de-France et dédié à la question du bien vieillir.

Ensemble, ils ont créé tempoforme®, un programme inédit de prévention santé qui repère, évalue et accompagne très tôt la (pré)fragilité des personnes avançant en âge en Hauts-de-France.

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour bien vieillir, tempoforme® se donne pour mission d'améliorer l'espérance de vie en bonne santé en proposant au citoyen, quel que soit son âge, son profil et son rythme de vie, un programme de prévention santé composé d'une application digitale, d'une plateforme web et d'un lieu physique. tempoforme®, ce sont aussi des outils mis à disposition des professionnels de soins premiers (médecins généralistes, pharmacien.ne.s, kinésithérapeutes, infirmiers.ères libéraux.les…) et des acteurs des réseaux de proximité (collectivités, institutions, associations, opérateurs privés…) telles qu'une formation universitaire, un webinaire et la création d'un réseau d'ambassadeurs sensibilisés à repérer et orienter la (pré)fragilité de leurs patients ou usagers.

L'appel à projets « Prévenir et repérer la fragilité chez les séniors des Hauts-de-France » de la Carsat Hauts-de-France, a donné lieu à la création de « Pr'Agi'Lab », le programme coordonné de la Carsat Hauts-de-France autour de la pré-fragilité des séniors, qui réunit les 13 lauréats retenus. Une enveloppe budgétaire de 800 000 € a été allouée au projet tempoforme®.

J'ai 55 ans, je fais mon choix de vieillissement



Réponse de

tempoforme

- Repérage de la (pré)fragilité et fragilité des retraités des Hauts-de-France
- Expérimentation et labellisation de parcours de prévention pour les seniors

« L'un des grands enjeux pour demain est de sortir du tout curatif. Alors, comment intervenir le plus en amont possible ? C'est une question cruciale que se pose la Carsat Hauts-de-France, en sa qualité d'organisme de Sécurité Sociale et ayant une obligation d'action pour le maintien à domicile des profils Gir 5 et 6. tempoforme®, par la pluralité de ses acteurs, nous a paru un projet d'envergure pour répondre à ce défi ».

Frédéric Miquel, Directeur de Cabinet de la Carsat Hauts-de-France.

En France, une personne retraitée passe les trois quarts de sa retraite sans être en bonne santé.

tempoforme® apporte l'une des réponses aux grands défis démographiques, économiques et sociétaux auxquels est confronté le système de santé français. Les derniers comptes élaborés par le Ministère des Solidarités et de la Santé révèlent que les dépenses de santé des Français sont passées de 4 % du PIB en 1960 à plus de 11,5 % en 2016. Une hausse qui s'explique par de nombreux constats, dont celui qu'une personne retraitée passe en moyenne les trois quarts de sa retraite sans être en bonne santé, contre un quart en bonne santé. Cette proportion engendre un coût lié aux soins. Repérer la (pré)fragilité au plus tôt permet d'allonger la durée de vie sans incapacité, c'est-à-dire en bonne santé, et donc de réduire les frais engendrés par les soins curatifs.

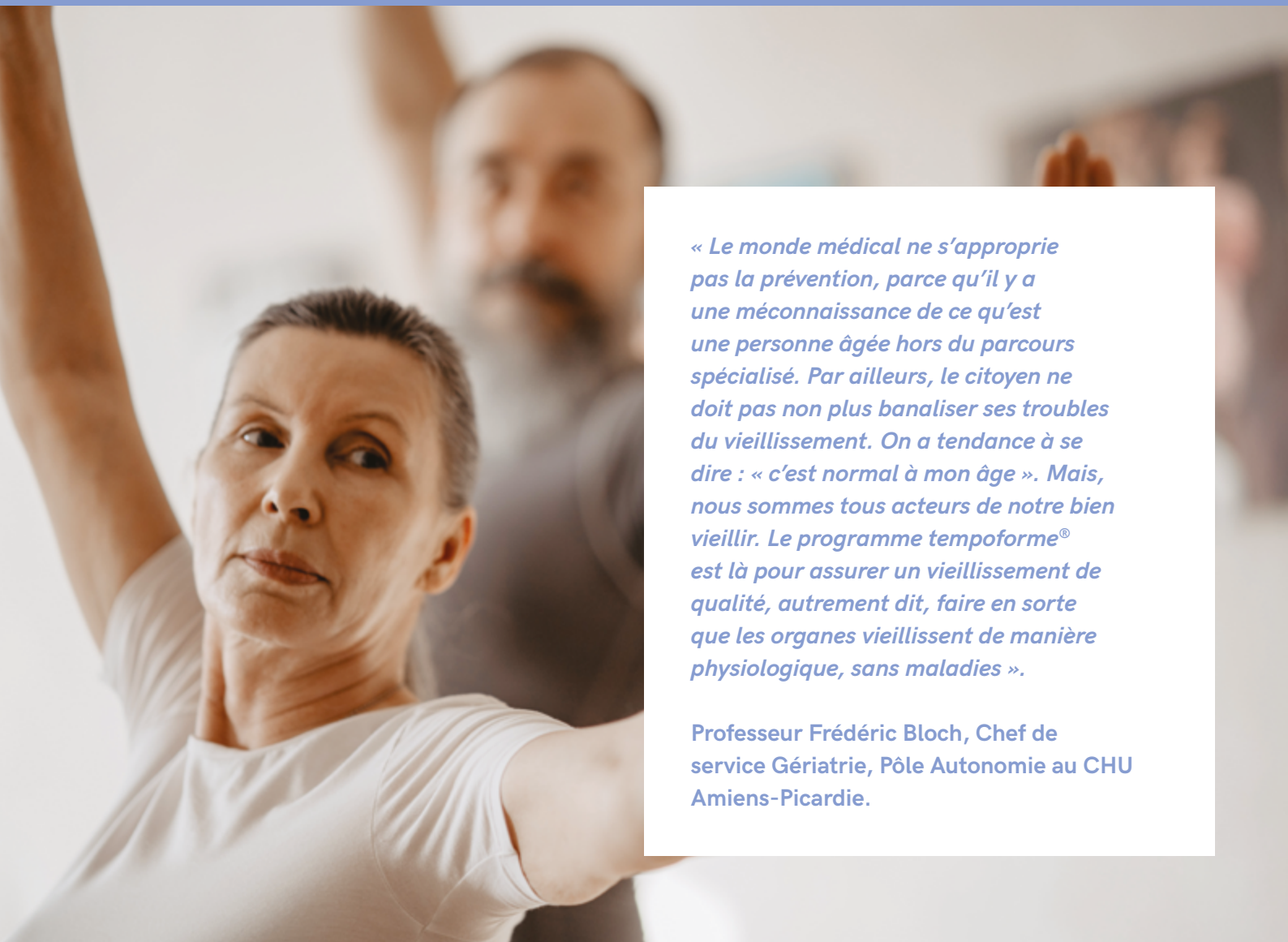
L'espérance de vie en France est de 86 ans pour une femme, et 80 ans pour un homme. L'espérance de vie sans incapacité est quasiment de 65 ans tout genre confondu. C'est dans les Hauts-de-France que l'espérance de vie constatée est la plus basse : 76,6 ans pour les hommes et 83,1 ans pour les femmes. Cette situation s'explique par une population qui se sédentarise davantage, donc plus sujette aux problèmes d'obésité et de diabète, par les taux de cancers liés au tabac et/ou à l'alcool…
Et à l'échelle des Hauts-de-France plus particulièrement, le niveau socio-culturel plus bas que la moyenne nationale, ainsi qu'une éducation en santé plus faible, des comportements à risques cités précédemment plus marqués et un manque de motivation au dépistage participent à expliquer cet écart avec la moyenne nationale.

« Il n'existe pas d'échelle ou de score qui détermine le moment où une personne devient fragile. Par ailleurs, la fragilité reste encore insuffisamment maîtrisée. Tout l'enjeu est donc de permettre à chacun de s'auto-repèrer en proposant une acculturation au changement. tempoforme® est une démarche unique en France qui œuvre pour le vieillissement en bonne santé ».

Eric Boulanger, Praticien Hospitalier, CHU de Lille.

Prévenir la (pré)fragilité le plus tôt possible

Le programme tempoforme® s'adresse à tous, le plus tôt possible. Il cible en priorité une population âgée de 55 à 70 ans environ, qui bien souvent ne se sent pas encore concernée par la notion de fragilité et de vieillissement, mais qui, par son avancée en âge, son mode de vie et son niveau socio-culturel, est susceptible, à court ou moyen terme, de perdre en capacités (physiques, cognitives, neuro-sensorielles, ...), en mobilité, voire en autonomie pour certaines activités du quotidien.

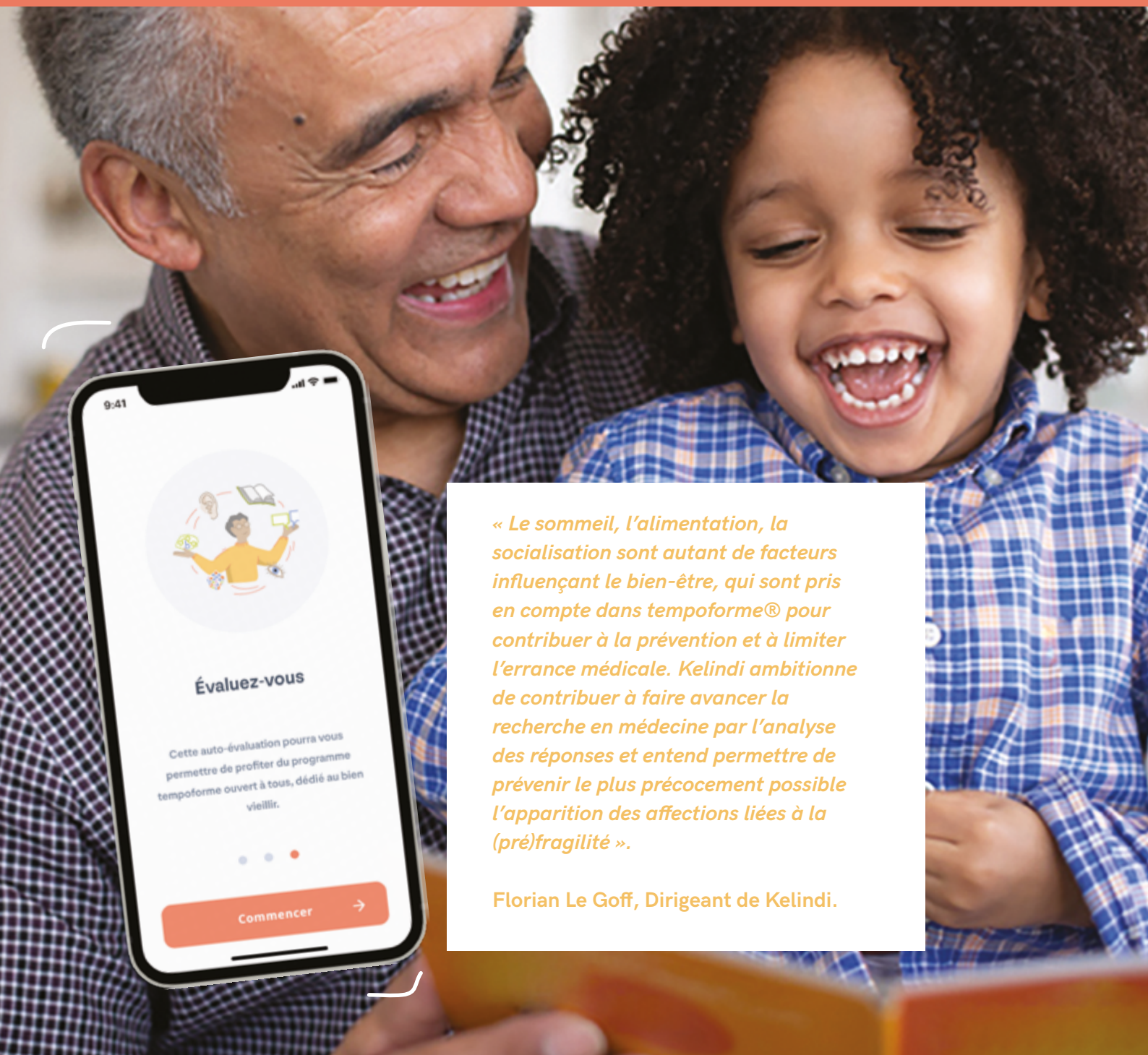


« Le monde médical ne s'approprie pas la prévention, parce qu'il y a une méconnaissance de ce qu'est une personne âgée hors du parcours spécialisé. Par ailleurs, le citoyen ne doit pas non plus banaliser ses troubles du vieillissement. On a tendance à se dire : « c'est normal à mon âge ». Mais, nous sommes tous acteurs de notre bien vieillir. Le programme tempoforme® est là pour assurer un vieillissement de qualité, autrement dit, faire en sorte que les organes vieillissent de manière physiologique, sans maladies ».

Professeur Frédéric Bloch, Chef de service Gériatrie, Pôle Autonomie au CHU Amiens-Picardie.

Une approche innovante de la (pré)fragilité

L'atout de tempoforme® réside en la composition de son consortium et de sa synergie pour déployer une offre complémentaire basée sur l'expertise de chacun des 4 acteurs. Ainsi, le CHU de Lille et le CHU Amiens-Picardie apportent leurs compétences médicales et scientifiques pour accompagner et suivre la (pré)fragilité, Kelindi amène son savoir-faire technologique et de gestion des données pour détecter, et l'IRFO met à disposition son expertise en matière de prévention santé et de sensibilisation des publics sur la nécessité de devenir très tôt acteur de sa santé.



« Le sommeil, l'alimentation, la socialisation sont autant de facteurs influençant le bien-être, qui sont pris en compte dans tempoforme® pour contribuer à la prévention et à limiter l'errance médicale. Kelindi ambitionne de contribuer à faire avancer la recherche en médecine par l'analyse des réponses et entend permettre de prévenir le plus précocement possible l'apparition des affections liées à la (pré)fragilité ».

Florian Le Goff, Dirigeant de Kelindi.

tempoforme® est doté de 5 outils :

Une application gratuite, ludique, facile et rapide, compatible iOS et Android :

Elle propose un dispositif d'auto-évaluation de la (pré)fragilité pour soi-même ou pour un proche. Elle permet de repérer très tôt la moindre diminution des capacités, en analysant 7 domaines : les capacités physiques de la personne, sa vitalité, sa perception de la vie, son raisonnement, sa mémoire, sa vie sociale et son capital sensoriel. Elle permet ensuite d'orienter vers le médecin généraliste ou la prise en charge spécialisée par l'espace tempoforme®. La donnée récupérée est non nominative. Elle est analysée par les chercheurs, pour mieux comprendre les enjeux du vieillissement dans la région.

Une plateforme web :

Elle permet au grand public de s'auto-évaluer via une réplique de l'application, et aux professionnels des champs sanitaire et social de s'inscrire aux sessions de formation ou d'information. Un « centre de ressources et d'orientation » propose des informations sur la (pré)fragilité, des indicateurs de suivi, des conseils pratiques, tant pour le grand public que pour les professionnels.

Une formation universitaire diplômante (AUEC), intitulée « Bien vieillir : repérer la fragilité pour promouvoir sa réversibilité » :

Une formation de 11h (dont 8h en e-learning) est dispensé par la Faculté des Sciences de la Santé et du Sport de l'Université de Lille, en collaboration avec le CHU de Lille. L'objectif est de former des professionnels et des étudiants du champ sanitaire et social à la (pré)fragilité, transmettre les connaissances en la matière, donner des clés de repérage, donner envie de repérer la (pré)fragilité pour la prendre charge ou l'orienter, sortir la fragilité du domaine de la gériatrie, du CHU et de la médecine.

Un réseau d'ambassadeurs :

Des sessions d'informations sont proposées aux acteurs des réseaux de proximité (collectivités, institutions, associations, opérateurs privés tels que CCAS, Centres sociaux, Maisons sport santé, Bailleurs sociaux, Carsat Hauts-de-France,...) afin que les professionnels de ces réseaux puissent relayer la campagne auprès de leurs publics.

Un espace Bien Vieillir tempoforme®, situé à Lille, sur le campus du CHU :

Il prend en charge les personnes dont une (pré)fragilité aura été détectée et qui nécessite une prise en charge spécialisée du vieillissement. Il offre 3 niveaux d'accompagnement : une téléexpertise, une téléconsultation (via un numéro vert gratuit 0 800 72 88 44) avec un expert du vieillissement (uniquement sur prescription médicale, prise de rendez-vous sur Doctolib), un Bilan de Santé Bien Vieillir (réalisé en 2h, recommandation avec priorisation). A horizon 2 ans, l'ambition est de créer d'autres espaces tempoforme® dans d'autres villes de la région Haut-de-France.

« L'objectif de tempoforme® est de tendre à l'amélioration de l'avancée en âge sans incapacité. Et pour y parvenir, on s'appuie sur une synergie inédite de compétences d'acteurs du monde de la santé qui n'ont pas l'habitude de travailler de manière aussi collaborative. Deux CHU, une entreprise, une association d'intérêt général combinent leur savoir-faire pour proposer un parcours innovant qui rend le citoyen acteur de sa santé ».

Hervé Ovigneur, Directeur de l'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO).

Le programme tempoforme® est mis en œuvre par un consortium animé par l'objectif d'organiser la réversibilité de la fragilité dans les Hauts-de-France.

A propos du CHU de Lille
L'un des plus importants établissements publics de santé du Nord de l'Europe. Hôpital de référence, d'enseignement, d'innovation et de recherche, il offre des soins de proximité, mais aussi de référence et de recours grâce à un plateau médico technique de pointe et une expertise médicale spécialisée dans de nombreux domaines.

A propos de l'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO)
Expert fédérateur en prévention santé, cette association, reconnue d'intérêt général, agit pour encourager tous les Français, quel que soit leur âge, à adopter un mode de vie plus sain pour accéder à une meilleure qualité de vie, aujourd'hui et demain.

A propos du CHU Amiens-Picardie
Pôle d'excellence en santé, le centre hospitalo-universitaire Amiens-Picardie se déploie sur 4 missions: soin, recherche, enseignement et gestion de la démographie médicale. Il est l'un des deux CHU des Hauts-de-France et le premier employeur de Picardie.

A propos de Kelindi
Kelindi est un service de prévention prédictive personnalisée. Il permet aux adultes de mieux comprendre ce qui leur arrive, à eux et à leurs enfants. Sa mission est de faire en sorte que chaque individu vive une vie harmonieuse, en prenant au quotidien soin de sa santé et celles des ses enfants.

Le programme tempoforme reçoit le soutien financier de plusieurs partenaires institutionnels régionaux :

La Carsat Hauts-de-France a alloué une enveloppe de 800 000€ au dispositif tempoforme®, dans le cadre de son programme Pr'Agi'Lab.

A propos de la Carsat Hauts-de-France
La Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (Carsat) Hauts-de-France est un organisme de Sécurité sociale, en charge de 3 grandes missions : la préparation et le paiement de la retraite des salariés du régime général et des travailleurs indépendants, la prévention et la tarification des risques professionnels, l'aide et l'accompagnement des assurés en difficulté. Dans le cadre de sa mission d'accompagnement des retraités à chaque moment de leur vie, la Carsat Hauts-de-France développe une politique d'action sociale axée sur la prévention de la perte d'autonomie.

A propos de Pr'Agi'Lab
Pr'Agi'Lab est un programme coordonné de réflexion et d'innovation collectives autour de la pré-fragilité des séniors porté par la Carsat Hauts-de-France. Il rassemble 13 projets portés par des acteurs multidisciplinaires : CHU de Lille, Collège des Enseignants de Médecine Générale, Communauté Urbaine d'Arras, ENS Paris Saclay – Centre Borelli, GHICL, les Maisons de Santé Pluridisciplinaire de Kruysbellaert et Watten, Présage, Santélys, UFOLEP de la Somme et du Pas-de-Calais et enfin l'URPS Infirmiers Libéraux Hauts-de-France.

Partenaires relais :

tempoforme.fr

0 800 72 88 44 Service & appel gratuits

Application gratuite

Disponible sur Google Play

Disponible sur App Store

Contact presse : CHU de Lille : Audrey Stanek - 03.20.44.49.23 - audrey.stanek@chu-lille.fr
tempoforme : Benoît Renart - 06.84.12.46.54 - benoit.renart@moinsparmoins.fr