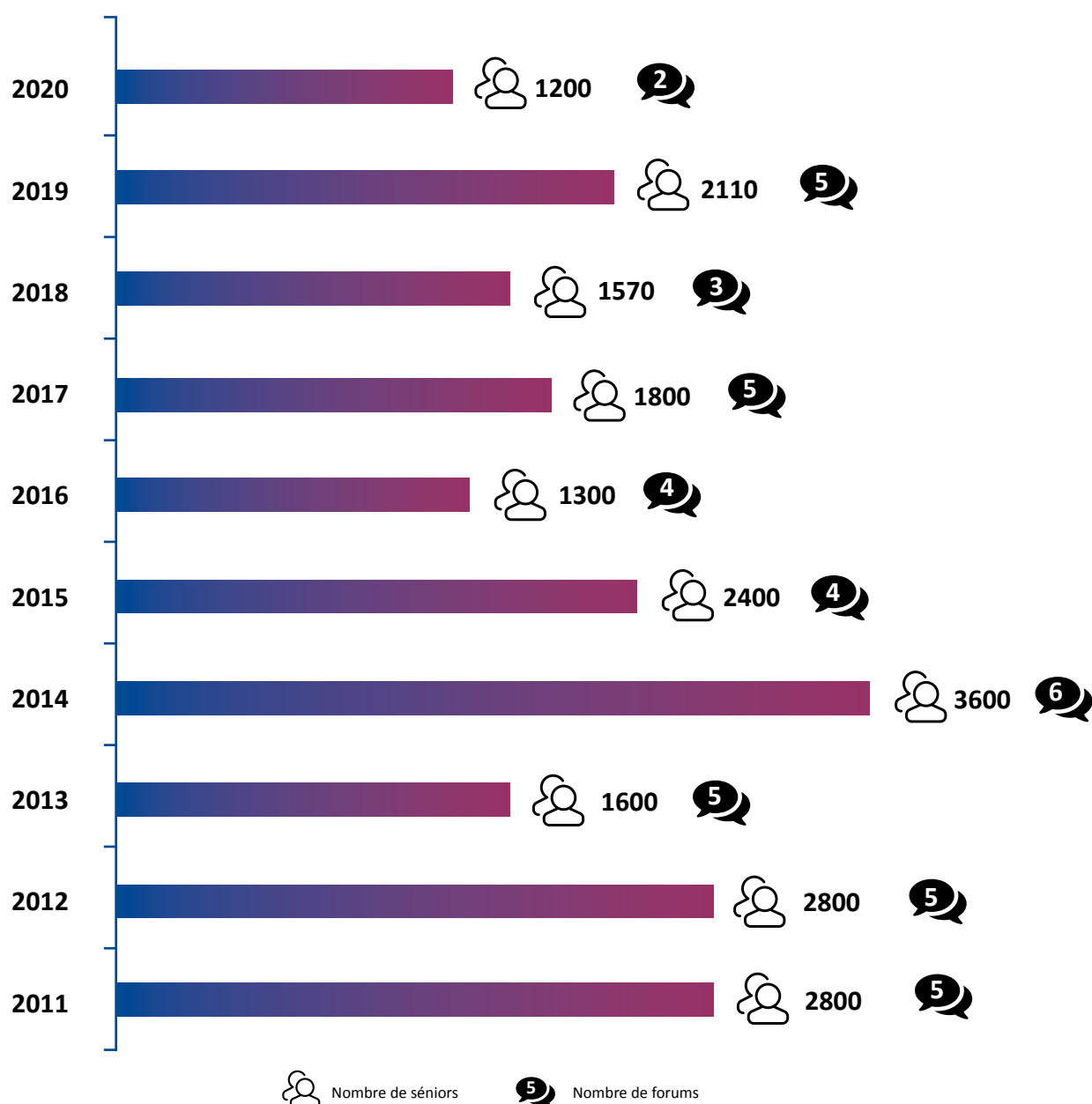


« La solitude, l'isolement et la vie relationnelle des seniors », quelles évolutions entre 2011 et 2020



Durant la période 2011 à 2020, l'Institut des Hauts-de-Seine a organisé 44 forums et a reçu près de 21 000 personnes âgées.

Contexte

En 2019, l'espérance de vie à la naissance s'établit à 85,6 ans pour les femmes et 79,7 ans pour les hommes, selon l'Insee. Les plus de 60 ans représentent aujourd'hui plus de 20 % de la population, les plus de 75 ans représentent 9,3 %.

En 2050, les 60 ans ou plus représenteraient 22,3 millions, soit 32% de la population. Les plus de 75 ans représenteraient 12,1 millions, soit 16,4 % de la population.

Cette génération de personnes, surtout pour les plus âgées, est confrontée à de nouvelles problématiques : solitude, perte d'autonomie, difficultés à se maintenir à son domicile...

C'est pourquoi l'Institut des Hauts-de-Seine avait décidé, dès 2011, de conduire des études consacrées à la solitude et l'isolement des personnes âgées de plus de 60 ans, en interrogeant les personnes âgées qui venaient visiter le forum Giga Senior grâce à des entretiens qualitatifs en face-à-face. Ce programme se prononçait dans les années suivantes en regrettant ne pas faire référence à une définition claire de l'isolement social.



Objectifs

Mieux comprendre l'isolement et la solitude des personnes âgées :

- Contribuer à sa prévention en apportant des éléments objectifs aux décideurs sur les attentes et les besoins des personnes âgées ;
- Adapter si nécessaire les actions conduites par l'Institut des Hauts-de-Seine dans ce domaine.

Mise en œuvre de l'étude

Les personnes sont interrogées en entretien individuel sur les forums Giga Senior qui sont venus dans leur ville. L'étude porte sur 25 communes : Asnières-sur-Seine, Bagneux, Bois-Colombes, Boulogne-Billancourt, Bourg-la-Reine, Châtenay-Malabry, Châtillon, Chaville, Clamart, Clichy, Colombes, Courbevoie, Fontenay-aux-Roses, Garches, Gennevilliers, Le Plessis-Robinson, Levallois-Perret, Meudon, Montrouge, Rueil-Malmaison, Puteaux, Sèvres, Suresnes, Vanves et Villeneuve-la-Garenne entre 2011 et 2020.

L'échantillon de notre étude concerne 2078 personnes âgées parmi l'ensemble des visiteurs des forums :

- 81% sont des femmes et 19% sont des hommes ;
- 35% de l'échantillon sont dans la tranche d'âge 65 ans-74 ans ;
- 40% sont âgées de plus de 75 ans.

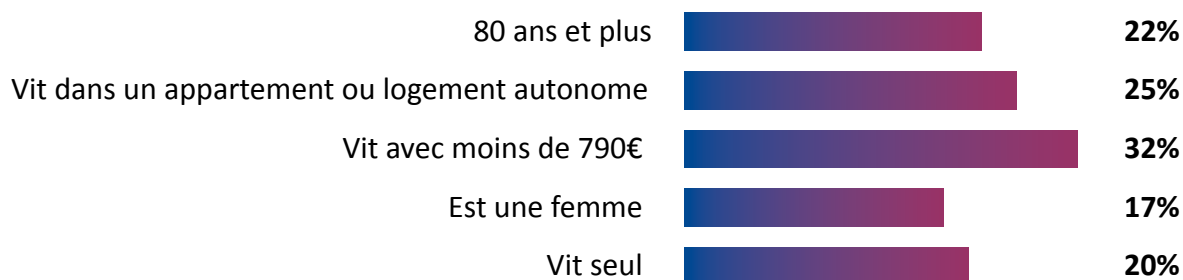
Résultats

L'isolement relationnel et social

- 79% des personnes vivent seules (célibataires, séparés, veufs, divorcés) ;
- 21% vivent en couple ;
- Près de 79% des personnes déclarent avoir des enfants ;
- Une personne âgée sur cinq (21%) habite loin de ses enfants.

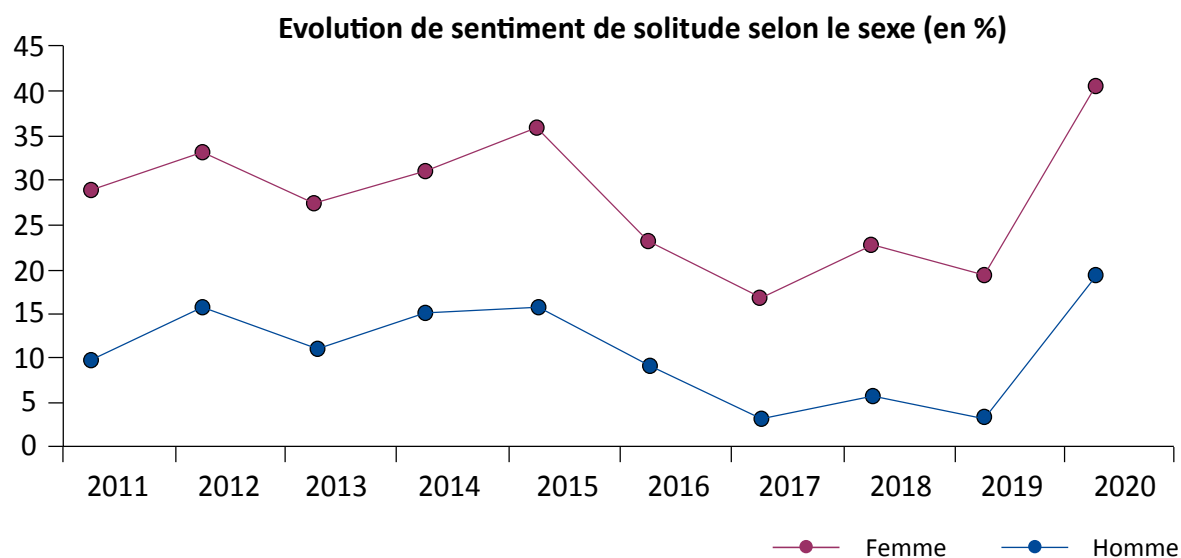
Un sentiment de solitude qui touchent particulièrement certains profils

Une solitude qui touche plus particulièrement les femmes, les 75 ans et plus, les personnes vivant seules, et aux revenus les plus modestes.



Sentiment de solitude des seniors : les femmes sont les plus touchées

Le sentiment de solitude diffère significativement selon le sexe, 10% des hommes contre 17% des femmes.



Cette différence selon le sexe, s'observe depuis 2011 et dans la grande majorité des villes du département.

Le sentiment de solitude éprouvé est plus important de façon significative chez les personnes vivant seules que chez celles qui vivent en couple : 20% des célibataires et 17% des personnes séparées/veuves/divorcées n'éprouvent jamais le sentiment de solitude contre 5% des personnes en couples.

Le sentiment de solitude augmente très souvent avec l'âge, 11% chez les 65-69 ans, 18% chez les 70-74 ans à 22% chez les 80 ans et plus.

Le sentiment de solitude **des seniors concerne deux fois plus de femmes (17%) que d'hommes (8%)** dans la tranche d'âge 75-79 ans.



L'éloignement des enfants, entraînant souvent un véritable éclatement de la famille, provoque aussi très souvent un sentiment d'isolement pour les seniors.

21% des seniors habitent loin de leurs enfants contre 13% des seniors qui habitent à proximité.

La précarité économique accroît également le risque d'isolement des seniors

Le sentiment de solitude est plus important chez les personnes (32%) dont le revenu est < 790 €.

Selon le revenu mensuel du ménage (en %)



Le sentiment de solitude est plus important chez les personnes (32%) dont le revenu est < 790 €. Une personne âgée vivant avec moins de 1 000€ par mois à deux fois plus de risques d'éprouver un sentiment d'isolement qu'un senior vivant avec 2 500€ et plus par mois.

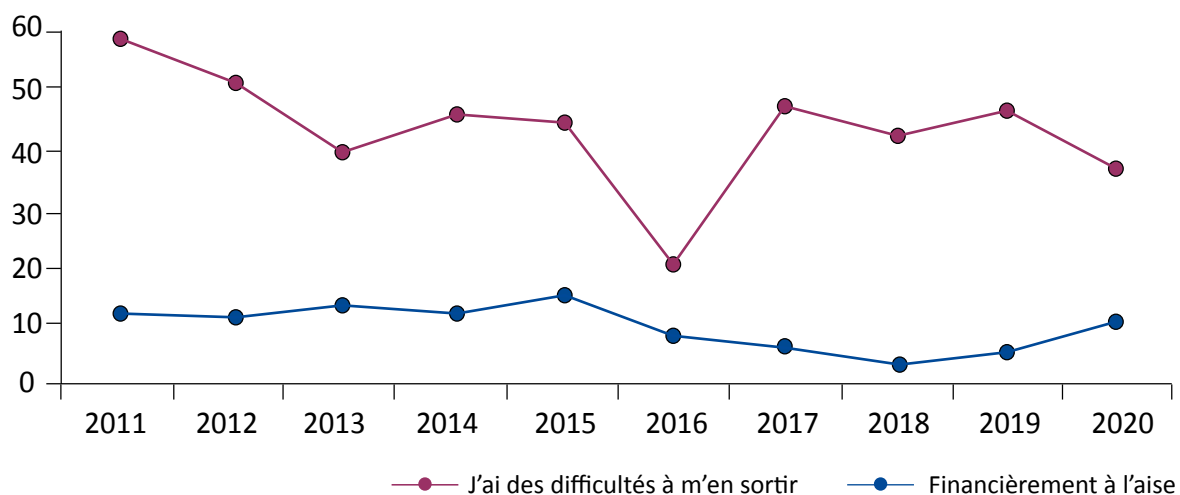


Selon l'état des ressources financières (en %)



Près de 64% des personnes âgées interrogées ont des difficultés financières.

Sentiment de solitude selon les difficultés financières (en %)



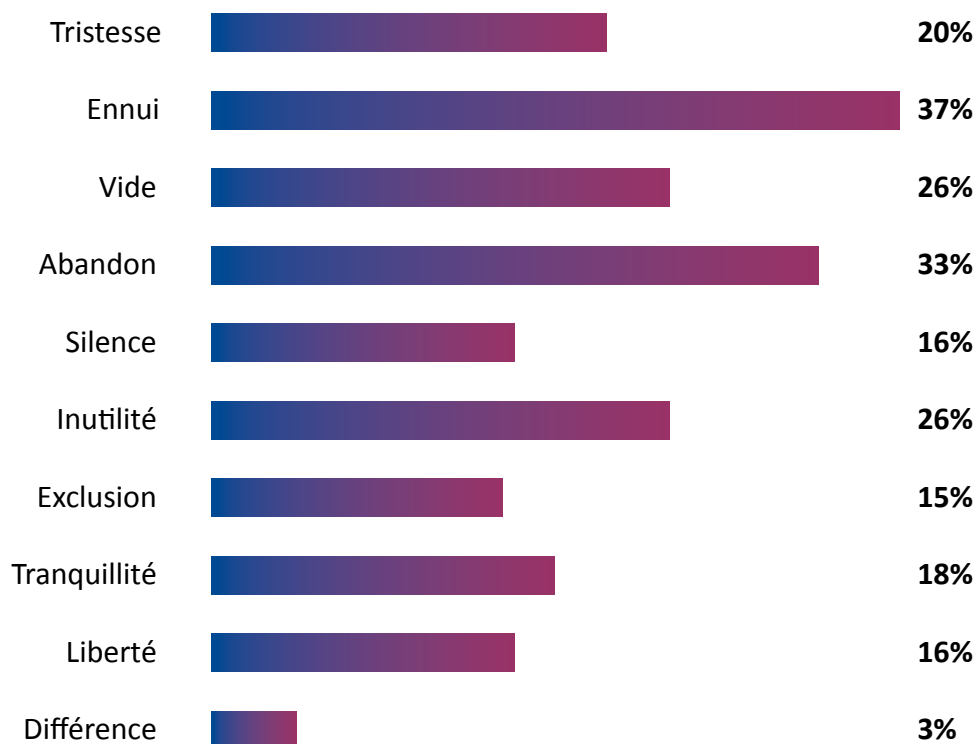
Le sentiment de solitude augmente aussi fortement avec les difficultés financières. Selon le graphique, la légère baisse de la courbe des seniors en difficultés financières en 2016 est liée à la participation des communes dont le revenu moyen par habitant est élevé (en 2016, les communes participantes sont Le Plessis Robinson, Puteaux, Vanves et Bagneux).



Le bénévolat, pour réduire l'isolement des seniors

Les personnes âgées qui participent à des activités associatives, de bénévolat ou au sein de la société peuvent apporter leur expérience et savoir-faire à autrui, évitant ainsi de se sentir inutiles (26%), s'ennuyer (37%) et de se replier sur elles-mêmes.

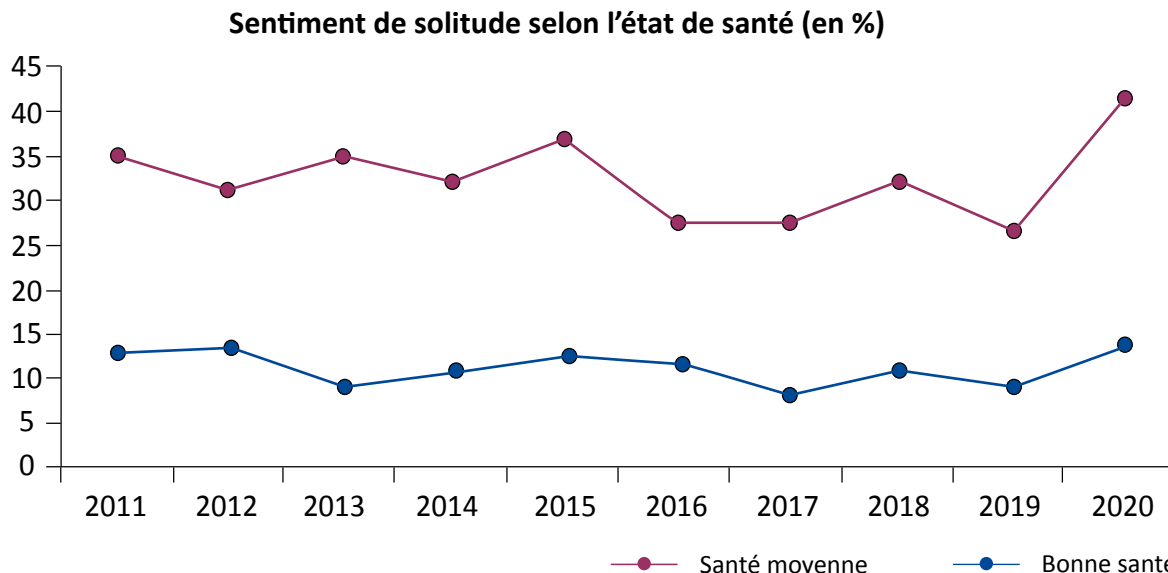
Les mots qui évoquent la solitude pour les seniors (en %)



L'isolement a des conséquences délétères sur la santé des seniors

La solitude accélère le déclin physique et cognitif chez les personnes âgées.

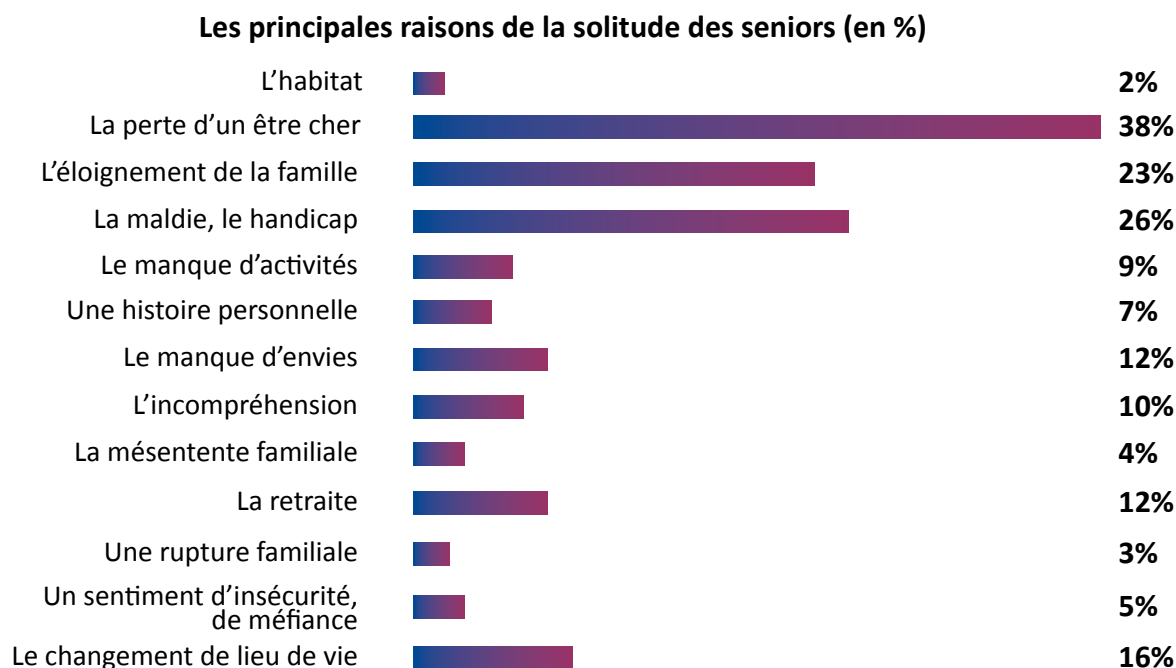
Dans cette enquête, il y a une relation significative entre le sentiment de solitude et l'état de santé déclaré, 67% des personnes en bonne santé n'éprouvent jamais de sentiment de solitude. En général, les personnes souffrant d'un problème de santé sont privées de vie relationnelle.



Le sentiment de solitude est fortement corrélé à l'état de santé des seniors. Chaque année depuis 2011, les résultats des enquêtes nous montrent que le sentiment de solitude et d'isolement est moindre chez les seniors en bonne santé.

La mort du conjoint « la perte d'un être cher » principale cause d'isolement des seniors

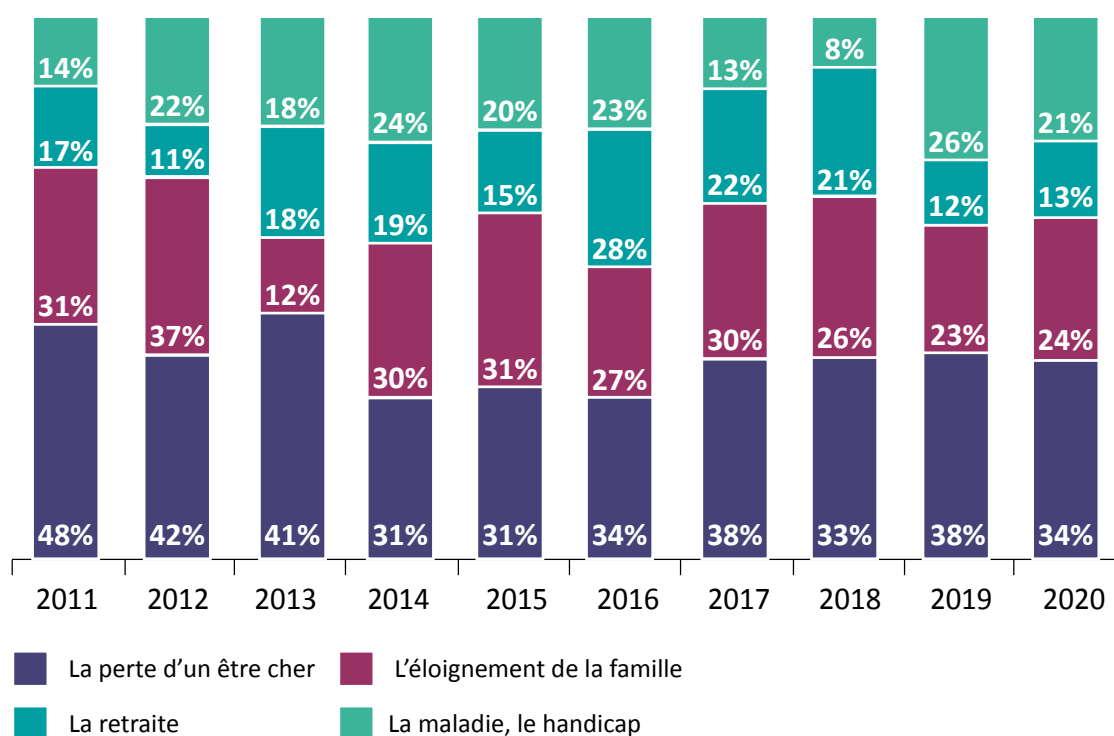
La perte du partenaire entraîne aussi une diminution des interactions sociales, souvent facilitées par le fait de vivre en couple.





La solitude résultant d'un isolement affectif avec souvent la perte d'un être cher, « La mort de l'autre constitue de façon évidente un facteur engendrant le sentiment de solitude ».

Les principales raisons de la solitude selon l'année des forums (en %)



La perte d'un être cher (38%) est l'une des principales raisons de la solitude qu'on observe depuis l'année 2011.



LE PROFIL TYPE DU SENIOR ISOLÉ

- **79% des personnes vivent seules** (célibataires, séparés, veufs, divorcés) ;
- **Une personne âgée sur cinq (21%) habite loin de ses enfants.** L'éloignement des enfants, entraînant souvent un véritable éclatement de la famille ;
- Une solitude qui **touche plus particulièrement les femmes** ;
- **La précarité économique accroît le risque d'isolement** ;
- Le sentiment de solitude et d'isolement est **plus important chez les personnes (32%) dont le revenu est < 790 €** ;
- Pour **60% des seniors, le sentiment de solitude augmente fortement avec les difficultés financières** (faire ses courses au quotidien, payer son loyer, endettement...) ;
- **La solitude accélère le déclin physique et cognitif** chez les personnes âgées ;
- **La mort du conjoint « la perte d'un être cher » principale cause d'isolement des seniors.**

Conclusion

Selon l'étude BVA réalisée en 2018, **58% des français interrogés connaissent au moins une personne en situation de solitude**. Il est toutefois à noter que le sentiment de solitude lui-même n'est pas forcément visible ni exprimé par les personnes qui le vivent.

La solitude chez les seniors est un phénomène plus répandu qu'il n'y paraît. Les causes peuvent être nombreuses, mais ont toutes des conséquences très lourdes pour les personnes âgées.

En effet, **75% des personnes qui se sentent seules l'expriment très rarement** et 31% ne le font jamais. Le sentiment de solitude va généralement de pair avec d'autres sentiments qui lui sont rattachés et empêchent son expression : honte, peur, anxiété, baisse de l'estime de soi... Autant de facteurs favorisant un renfermement progressif, pouvant mener à l'isolement.

La précarité joue aussi un rôle prépondérant dans la situation de solitude que certains individus vivent. En effet, avec un revenu faible, ces seniors côtoient moins leurs commerçants et leurs voisins, ce qui les enferme dans la solitude.

Les personnes âgées doivent **rester actives** afin de maintenir leur santé physique et mentale. Les proches peuvent les emmener en promenade ou faire des courses. Les activités pour personnes âgées sont donc primordiales.

Dans notre étude, les principales raisons de l'isolement pour les personnes interrogées sur le forum senior, sont souvent la perte d'un être cher, l'éloignement des proches, la maladie.

La perte d'un être cher est l'une des principales raisons de l'isolement et de la solitude qu'on observe depuis quelques années dans l'ensemble de nos études.

Pour limiter l'isolement chez les seniors, l'Institut des Hauts-de-Seine a mis en place en 2020 une plateforme téléphonique avec des permanences animées par les coordinatrices. Ce sont les antennes Juveniors qui accompagnent tous les jours les personnes qui se sentent seules et qui ont besoin de parler à quelqu'un.