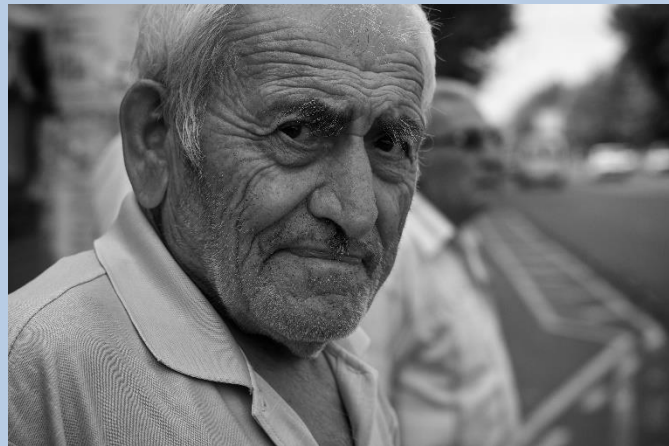




Thierry Lebruman *Psychanalyste*

Tél. 06.62.11.21.61. mail : lebruman.thierry@gmail.com



Les vieux

Signes de vieillissement

Qu'est-ce que le vieillissement ?

C'est un processus continu et progressif d'altération naturelle qui commence dès la naissance : on ne devient pas vieux ou âgé, on en est à un stade donné de notre vieillissement.

Pour essayer de comprendre cette « dynamique », nous pouvons distinguer par exemple, trois âges :

- l'âge chronologique au fil duquel la probabilité de développer des problèmes de santé augmente avec l'âge (ce qui retient l'attention de tous les juristes et des institutions financières...) ;
- l'âge biologique se rapporte aux changements corporels liés habituellement au vieillissement c'est-à-dire à l'accumulation d'un vaste éventail de dommages moléculaires et cellulaires au fil du temps qui entraînent une dégradation progressive de nos capacités physiques et mentales, une majoration du risque des maladies et aboutit au décès ;
- l'âge psychologique, basé sur nos réactions et nos sensations. Il apparaît que le travail, les responsabilités, la prise de décisions augmentent nos aptitudes à demeurer psychologiquement plus jeunes

Il existe aussi un type de vieillissement optimal (ou réussi), qui se caractérise par des fonctionnalités physiques, mentales et sociales élevées (activités sportives ou de loisir, maintien de son indépendance, attitudes positives face aux changements, adaptabilité...)



Thierry Lebruman *Psychanalyste*

Tél. 06.62.11.21.61. mail : lebruman.thierry@gmail.com

Transformations liées au vieillissement

Modifications physiques

La physiologie et les forces physiques déclinent, les rides apparaissent, les cheveux blanchissent et/ou tombent (ce qui peut arriver à partir de 30 ans), taches de vieillesse (« taches brunes » production excessive de mélanine pour se protéger des UV), tassements de vertèbres, cambrure du dos, ongles cassants, perte de poids, atrophie et relâchement musculaire bras, jambes, fesses sarcopénie...

Les potentialités du corps diminuent, l'arthrite (inflammation d'une articulation causée par un dysfonctionnement du système immunitaire), l'arthrose (maladie articulaire liée à la dégénérescence du cartilage), les rhumatismes nous gênent de plus en plus, les déficits auditifs, les cataractes (opacification du cristallin de l'oeil).

De même, les performances de la mémoire sont affectées (possiblement par une carence en certaines protéines), la dépression ou la démence (trouble de la mémoire, du raisonnement, du comportement, de la personnalité, de la motivation et parfois de l'humeur (ressentis plus durables des émotions négatives) liée à l'isolement.

Enfin, la vieillesse voit advenir également ce que l'on nomme les syndromes gériatriques, tels que la fragilité, l'incontinence urinaire, les chutes, les états confusionnels, parfois les escarres (lésion cutanée liée à la mauvaise circulation sanguine coïncidant avec un point de compression durant trop longtemps).