

Ce magazine est conçu  
par l'équipe de recherche CEpiA et ses partenaires

# Décodâges

#1

Octobre 2024

Santé et vieillissement :  
décodons la science ensemble

A photograph of a woman in a red top and black jacket walking a black and white dog in a grassy field. The dog is running towards the camera with its mouth open. The background is a blurred green field.

## Les animaux, des compagnons dans l'avancée en âge

Édito P. 2

La parole à... P. 3

Regards croisés P. 10

À vous de jouer P. 9 et 12

## 3, 2, 1 DécodAGEs immédiat !

DécodAGEs est un magazine semestriel de diffusion des connaissances scientifiques liées à la santé et au vieillissement. Nous vous proposons de décrypter ensemble des informations scientifiques sous la forme de retours d'expériences, de discussions ou encore de relecture d'articles publiés.

Nous le concevons à partir de contributions de chercheuses et chercheurs, de personnes âgées, leurs proches, et des professionnels de santé et du secteur social. Si vous souhaitez participer à un prochain numéro, n'hésitez pas à nous contacter : [magazinedecodages@gmail.com](mailto:magazinedecodages@gmail.com) !

**Bonne lecture !  
Le comité éditorial**

### Qui sommes-nous ?

L'équipe CEpiA, pour *Clinical Epidemiology and Ageing*, est une équipe de recherche qui appartient l'Institut Mondor de Recherche Biomédicale (IMRB) sous la tutelle de l'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (Inserm) et de l'Université Paris-Est Créteil (UPEC), réunissant des épidémiologistes, sociologues, médecins cliniciens autour de la thématique du vieillissement à l'hôpital et en ville.

Sites internet :  
<https://www.cepia.team/>  
<https://imrb.inserm.fr/>

# La parole à...

## Les animaux en établissements médico-sociaux, c'est possible!

**Séverine Masson Champy est la directrice du pôle soins et solidarité de l'Association Médico-Sociale Anne Morgan, à Soissons, dans les Hauts de France. Elle nous fait part de son expérience en tant que gestionnaire d'établissement au sujet de l'accueil d'animaux de compagnie ou de médiation auprès des séniors.**

Nous sommes tous convaincus des bienfaits de la présence des animaux sur les personnes âgées au sein des établissements médico-sociaux. Ils agissent sur de multiples dimensions. L'animal va d'abord favoriser les interactions sociales avec les autres résidents, les professionnels, les proches ou tout autre visiteur.

Ensuite, sur le plan psychique, il apporte un sentiment de bien-être immédiat par son affection, sa présence bienveillante et réconfortante, réduisant ainsi l'anxiété et le risque de dépression.

Enfin, sur le plan physique et cognitif, l'animal va permettre de maintenir une activité au travers de balades, de jeux ou d'exercices stimulant la motricité fine.

Face à tous ces constats, la présence des animaux dans les établissements médico-sociaux est une évidence. Plusieurs options s'offrent aux structures. Quelle que soit l'approche privilégiée, il semble incontournable d'aborder ce projet dans une démarche clairement définie et responsable pour le bien-être de l'animal et la bonne réussite du projet en y associant les résidents, les représentants du conseil de la vie sociale ainsi que les équipes soignantes et encadrantes.

Dans le cadre de mes précédentes fonctions de Responsable de Résidences Autonomie et de notre projet d'établissement, nous avons fait le choix de développer la présence des animaux sous deux formes. La première est d'accueillir les animaux de compagnie des résidents ou futurs résidents. Cette disposition permet de



### L'info du jour : la loi

Il pourra être autorisé pour une personne résidant au sein d'un Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) de vivre avec son animal de compagnie dans le cadre de la Loi "Bien Vieillir" (n° 2024-317) du 8 avril 2024, à condition d'"assurer les besoins" des animaux et dans le respect "des conditions d'hygiène et de sécurité".



Source :

maintenir un équilibre émotionnel et de favoriser l'adhésion de la personne dans son nouveau projet de vie, sans perte de repères. Sur le plan collectif, nous avons fait le choix d'accueillir, chaque semaine, un éducateur spécialisé en médiation animale, avec des animaux formés à cette démarche.

Et c'est parti pour 1h30 de câlins, de jeux et de tendresse ! Ces ateliers sont plébiscités et très attendus par les résidents ainsi que des équipes, mais pas seulement.

L'animal est aussi un formidable vecteur pour l'organisation d'activités intergénérationnelles !

La présence des animaux dans les établissements médico-sociaux est une évidence

## Décodons une méthode de recherche

Il existe de nombreuses méthodes de recherche au sein de la recherche en santé. L'une d'entre elles consiste à analyser tous les articles publiés sur un sujet de façon exhaustive : c'est ce qu'on appelle une revue systématique. Les chercheurs définissent une question de recherche, puis entrent des mots clés dans des bases de données sur internet spécialisées dans les revues scientifiques. Deux (ou plus) chercheurs lisent chacun de leur côté tous les titres des articles et leurs résumés, pour ne conserver que ceux qui concernent vraiment leur sujet.

Les deux chercheurs comparent alors les articles conservés pour vérifier qu'ils ont les mêmes, et discutent en cas de différence pour prendre une décision sur l'inclusion ou non des articles concernés. Ils lisent alors l'intégralité des articles sélectionnés chacun de leur côté, et de nouveau, sélectionnent ceux qui répondent à leur question de recherche, comparent leur liste respective, et discutent des éventuelles différences pour aboutir à une liste finale d'articles à inclure dans l'étude.

Les deux chercheurs étudient alors en détails les articles qu'ils ont conservés, afin d'analyser ce que les études ont pu apporter comme éléments pour répondre à leur question de recherche. Ceci permet d'analyser de façon exhaustive l'ensemble des articles scientifiques publiés sur un sujet donné, afin d'en faire une analyse transversale pour répondre à une question de recherche posée. La revue systématique est considérée comme une méthode de recherche robuste. C'est une des principales des méthodes utilisées pour rédiger les recommandations de pratique clinique qui guident les professionnels de santé dans la prise en charge des patients.

Cynthia Engels

## L'animal à l'hôpital, un auxiliaire de soins

Isabelle Fromantin est chercheuse, infirmière et responsable de l'Unité de recherche plaies et cicatrisation de l'Institut Curie à Paris. Elle nous parle de son travail avec Snoopy, un setter anglais de 2 ans, dans le cadre du projet de recherche M-Kdog, sur le bénéfice de la présence d'un chien auxiliaire de soins à l'hôpital.

Si la médiation canine existe déjà dans divers établissements, Snoopy, le setter anglais acquis par l'institut Curie, est le premier chien auxiliaire de soins à être employé par un établissement de santé à temps plein. Sur le plan scientifique, malgré l'intérêt croissant en France pour la médiation animale, peu d'études ont mesuré les retombées de la présence d'un chien dans un établissement de santé.

L'étude M-Kdog vise à évaluer le bénéfice de la présence d'un chien auxiliaire de soins dans un centre hospitalier accueillant des personnes atteintes de cancer. Elle permettra d'identifier ses effets sur l'organisation des soins de « care » dispensés par les équipes soignantes en oncologie, et notamment, sur la qualité de vie au travail des équipes et le bien être des malades.

Dans cette étude, nous dit Isabelle Fromantin, nous faisons l'hypothèse que ce chien agira comme un travailleur du « care » aux côtés des équipes, et que sa présence opérera un changement dans la division sociale des tâches du travail de « care », c'est-à-

dire la répartition de « qui fait quoi pour soigner les malades ? », en assumant ou en partageant certaines dimensions de ce travail.

Snoopy travaille dans l'équipe depuis le mois de décembre 2022. Les retours des soignantes et des soignants sont déjà enthousiastes : sa présence suscite de nombreuses interactions à la fois entre les malades et le chien, mais aussi les malades et l'équipe soignante présente avec le chien ; de plus, Snoopy est vu comme un auxiliaire de soins, et non un simple animal de compagnie, qui participe à la relation de soins. Nous attendons avec impatience les résultats de l'étude fin 2024 : ils nous permettront de vérifier, qualifier et quantifier de façon scientifique si ces bénéfices pour les malades et pour les équipes se confirment et si des chiens comme Snoopy peuvent être recommandés à d'autres hôpitaux.

Nous faisons l'hypothèse que ce chien agira comme un travailleur du « care » aux côtés des équipes.



*Décodons la recherche :  
Avoir un chien réduit-il  
les troubles psychologiques?*

Une équipe de chercheurs composée de médecins généralistes, ergothérapeute, psychiatre, épidémiologiste et infirmière, ont mené une étude systématique visant à analyser si le fait d'avoir un chien permettait de réduire les troubles psychologiques chez les personnes âgées vivant à domicile. Seuls six articles répondant à cette interrogation ont été trouvés au sein de la littérature scientifique. La revue systématique n'a pas permis d'établir de lien entre le fait d'avoir un chien et la diminution des syndromes dépressifs. Toutefois, un contact régulier avec un chien semblerait conduire à moins de symptômes d'anxiété. Aucune étude ne s'intéressait spécifiquement à l'impact de la présence d'un chien sur la qualité et quantité de sommeil.

Cette revue systématique met en avant le besoin d'études scientifiques robustes sur le sujet, pour déterminer les éventuelles retombées de la présence d'un chien auprès de personnes âgées vivant dans leur milieu de vie habituel, mais aussi les éventuelles caractéristiques pouvant influencer ces résultats, comme la race du chien, la nature du lieu de vie, ou encore le type de relation avec l'animal.

Pour découvrir l'article complet, publié par des membres de l'équipe CEpiA :

Clémence Maurice, Cynthia Engels,  
Florence Canoui-Poitrine, Cédric Lemogne,  
Isabelle Fromantin, Eric Poitrine



## Garder son animal de compagnie, un défi à l'épreuve de l'avancée en âge

Marie-France et Daniel sont mariés depuis plus de 60 ans. Ils ont accepté de répondre aux questions de DécodAGEs sur la vie avec Palmyre, leur labrador beige, qui profite de l'interview pour s'allonger sur le canapé, au milieu des coussins - ce qui est formellement interdit, précise sa maîtresse en souriant.



Marie-France et Daniel ont toujours eu des chiens. Palmyre est arrivé tardivement dans leur vie, après avoir été blessé à la jambe lorsqu'il travaillait comme chien de médiation. Ils l'ont accueilli à l'âge adulte, alors « il est parfois un peu difficile sur le plan de l'obéissance. Il est un peu voleur », nous dit Daniel. « Mais c'est toujours pour nous apporter un petit cadeau, pour nous faire plaisir », ajoute Marie-France, « il est très attentionné. Il protège ses vieux maîtres. » En ce moment, elle le dresse à l'aider à monter les escaliers.



C'est merveilleux quand on peut garder son animal.

« Le chien est le meilleur ami de l'Homme », poursuit-elle, « mais l'Homme est son meilleur ami aussi. Tant que la relation persiste, c'est positif. Les chiens, les chats, les perruches, les poissons, les lapins, etc., sont des aides importantes à l'activité des personnes âgées. Mais pour les personnes très âgées c'est différent, parce qu'à partir d'un certain âge, on ne peut plus s'en occuper. On ne peut plus changer la litière, on ne peut plus sortir trois fois par jour. Certaines personnes très âgées sont obligées de se séparer de leur chien. Et c'est souvent un déchirement. »

Daniel ajoute : « Nous, on a de la chance de vivre dans une maison avec un jardin. On a eu des problèmes de dos ces derniers temps ; il a été difficile de sortir se promener tous les jours, mais il a le jardin. Il peut sortir quand il veut. Pour les personnes qui vivent en Ephad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes), c'est plus compliqué, mais c'est possible. »





Daniel, qui a longtemps travaillé en Ehad en tant que gériatre, précise : « C'est possible à condition qu'il y ait un accord de la direction, du personnel et des autres résidents, et que le propriétaire puisse s'en occuper ou déléguer ce qu'il ne peut pas faire à l'équipe. » Marie-France nuance : « Je connais une aide-soignante qui travaille dans un Ehad. Elle me dit que c'est super mais ça lui fait du travail quand il faut nettoyer après eux, quand les propriétaires ne peuvent pas le faire. C'est pas évident. Mais c'est vrai que c'est merveilleux quand on ne perd pas son animal,

déjà qu'on est enfermé quand on est en Ehad. »

Que pourrait-on faire pour que les personnes âgées puissent garder leurs animaux avec elles le plus longtemps possible, chez elle ou en Ehad ? Daniel et Marie-France ont plusieurs idées : « Il faudrait encourager les volontaires qui viennent s'occuper des animaux de personnes âgées dans les maisons de retraite. Et créer dans les villes et les villages une branche de la mairie dédiée aux animaux domestiques. Ou, dans les Ehad, avoir une personne de l'équipe qui s'occupe des animaux ; et pour les personnes qui vivent chez elles, élargir les missions des auxiliaires de vie au soins des animaux – mais il faut que ces personnes soient formées, parce que c'est quand même un travail, avec des spécificités, et surtout il faut aimer les animaux ! »

Meoïn Hagège

## *Décodons la recherche : des chiens pour détecter les crises d'épilepsie ?*

Les crises d'épilepsie prennent des formes variées d'un individu à l'autre et peuvent avoir des conséquences graves. Il n'existe à ce jour aucun moyen fiable de les détecter. En 2019, une équipe de chercheurs français a démontré que les chiens peuvent détecter l'odeur particulière d'une crise d'épilepsie. L'équipe a présenté à cinq chiens dressés pour reconnaître l'odeur de patients malades, des échantillons d'haleine et de transpiration prélevés à des patients épileptiques pendant une crise, hors crise et après une séance de sport. En moins de cinq minutes, tous les chiens ont reconnu l'odeur émise pendant une crise d'épilepsie et ont su faire la différence avec les autres échantillons, prélevés en dehors d'une crise mais sur les mêmes personnes. Ces chiens ont démontré qu'il existe bel et bien une odeur spécifique à la crise d'épilepsie et que sa détection précoce peut permettre d'anticiper les crises.

Amélie Catala, Marine Grandgeorge,  
Jean-Luc Schaff, Hugo Cousillas,  
Martine Hausberger & Jennifer Cattet



# À vous de jouer...

## Les sept différences

Sept erreurs se sont glissées dans cette photo de Snoopy, le chien médiateur de l'Institut Curie.

Arriverez-vous à les trouver ?



# Regards croisés

## Les animaux, une affaire de famille

Dans Regards Croisés, la parole est à deux personnes, sénior et junior. Dans un dialogue intergénérationnel, elles nous font part de leurs points de vue sur les animaux de compagnie dans l'avancée en âge. Dans ce numéro, Colombe, 11 ans, demande à sa grand-mère Annie, 80 ans, pourquoi elle n'a pas d'animal, alors qu'elle aime tant.



Pourquoi tu n'as pas d'animal ? Tu les aimes pourtant.

Quand j'étais petite j'ai eu comme toi des poissons rouges, et des perruches de toutes les couleurs, et un hamster et une poule naine qui venait manger sur la table de la cuisine. Mais surtout j'ai eu un chat qui s'appelait Midzi du nom du chat de mon livre de lecture. Il était adorable ! Il se laissait faire quand je l'habillais avec les vêtements de ma poupée et que je le promenais dans le landau. C'était aussi mon ami et je lui racontais mes malheurs et mes bonheurs. Un jour il n'est pas rentré à la maison... Nous l'avons trouvé une semaine plus tard encore vivant mais gravement blessé. Il ne bougeait plus et malgré tous nos soins le vétérinaire nous conseilla de lui laisser. Il lui ferait une piqûre pour qu'il arrête de souffrir. Bien sûr j'ai beaucoup pleuré, j'avais 13 ans et je pense encore à lui... J'ai décidé qu'il n'y aurait plus chez moi de chat qui me ferait pleurer !

Quand papa était petit il a demandé un chat.

Oui, il y eu Poussy Premier puis Poussy Second. Chatons d'appartement qui passaient leurs vacances à la campagne en Charente en toute liberté. Et puis ils y sont



restés chouchoutés par ton arrière-grand-mère.

Tant que je serai une mamie « voyageuse » je pense que je ne reprendrai pas d'animal mais lorsque je serai devenue une mamie « sédentaire » ma première décision sera certainement d'adopter un chat ou un chien ou les deux si je suis encore en forme. Il y a suffisamment d'espace dans la maison de Charente pour que chat et chien soient heureux.

Au départ de ton arrière-grand-mère à la maison de retraite, le chat est venu chaque jour miauler et dormir sur le seuil de la porte. Puis s'est installé chez les cousins à quelques maisons de là où il a été traité comme un roi. Ce qui a grandement tranquilisé ton arrière-grand-mère.

Dans cette maison de retraite les animaux n'étaient pas autorisés mais souvent des associations y présentaient leurs animaux et leur travail au cours de rencontres avec les résidents. J'ai partagé plusieurs de ces séances. Chiens d'aveugles, poneys, chats, lapins ... Pas de spectacle, seulement des câlins et des dialogues avec les dresseurs et ou avec les animaux, évocations de souvenirs avec les voisins. Certains résidents manifestaient de la crainte mais au moment du départ la

plupart des personnes avaient du mal à lâcher l'animal. Les photos affichées le lendemain témoignaient de ce moment de douceur.

Si je pars en maison de retraite j'aimerais vraiment qu'elle accueille des animaux. Bien sûr cela suppose une gestion plus complexe de la vie en ce lieu. Comment concilier un mode de vie collectif avec les besoins des animaux ? Comment respecter les règles d'hygiène en cours dans ces lieux ? Pourtant d'après l'expérience que j'ai vécue, je crois que tout le monde y gagnerait. La personne âgée qui arrive dans cet univers est souvent désorientée. Même quand elle a accepté son entrée elle est souvent confrontée à une vie totalement nouvelle souvent infantilissante faite de renoncements successifs en tout genre. L'animal pourrait bien être le lien transitionnel qui lui permettrait de garder un petit reste de sa vie d'avant grâce à sa la gestion, soins, sorties... et donc aussi un petit reste d'autorité, et d'émotions positives, rappel de souvenirs, tout en favorisant aussi les échanges entre résidents... Il faudrait sans doute revoir bien des choses dans le fonctionnement de ces établissements pour arriver à généraliser ce qui n'est pour le moment qu'une expérimentation.

**Colombe Chatail et Annie Genty**

# Mots mêlés

Les mots à trouver sont indiqués sous la grille. Dans la grille, ils peuvent être disposés horizontalement, verticalement, en diagonale et écrits aussi bien à l'endroit qu'à l'envers. Une même lettre peut être utilisée dans plusieurs mots à la fois. Les lettres restantes correspondent à une famille de soignants qui peuvent travailler avec les animaux de médiation !

Le prochain numéro de **DécodÂGEs** paraîtra dans six mois et portera sur la **fragilité**

R	E	C	O	N	F	O	R	T	E	P	R	C
E	A	R	H	P	E	U	B	S	T	R	E	U
U	M	E	D	I	A	T	I	O	N	E	C	R
Q	O	S	A	N	E	R	E	I	A	L	H	I
I	T	I	G	T	O	N	N	N	S	A	E	E
F	R	D	E	E	C	I	E	S	V	T	R	R
I	I	E	E	R	V	A	T	M	I	I	C	O
T	C	N	R	A	S	E	R	C	E	O	H	D
N	I	T	A	C	X	U	E	J	E	N	E	A
E	T	A	C	T	I	V	I	T	E	F	D	R
I	E	I	C	I	R	E	T	T	E	S	F	B
C	Y	P	O	O	N	S	L	A	M	I	N	A
S	A	E	I	N	G	A	P	M	O	C	L	L

- ACTIVITE
- AFFECTION
- AGE
- ANIMAL
- BIEN-ETRE
- CARE
- CHIEN
- COMPAGNIE
- CURIE
- CVS
- INTERACTION
- JEUX
- LABRADOR
- MEDIATION
- MOTRICITE
- PEU
- RECHERCHE
- RECONFORT
- RELATION
- RESIDENT
- SANTE
- SCIENTIFIQUE
- SETTER
- SNOOPY
- SOINS
- VIE

Directeur de publication : Pr. Jean-Luc Dubois-Randé, président de l'Université-Paris-Est-Créteil

Rédactrices en cheffe : Meoïn Hagège & Charlotte Lafont

Comité de rédaction : Florence Canoui-Poitrine, Cynthia Engels, Etienne Audureau

Maquette : Ada Seferi

Avec le soutien de : Bien Vieillir IDF, de la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé de Melun-Val-de-Seine, du Fond d'investissement régional Equipe mobile de gériatrie de l'hôpital Henri Mondor et de l'Université Paris Est Créteil



Inserm



» Nous contacter par l'email et retrouver le magazine en ligne : [MagazineDecodages@gmail.com](mailto:MagazineDecodages@gmail.com)  
[www.cepia.team/decodages](http://www.cepia.team/decodages)

