

# La notion de fragilité

Dr Pierre Haond  
Les Charpennes, Lyon  
séminaire FPC  
Les Jeudis de l'Europe  
11 & 12 avril 2008

# La fragilité

la notion de fragilité est la pierre angulaire  
de la gériatrie moderne

# l'homéostasie fonctionnelle

c'est la capacité d'un individu de récupérer totalement d'une maladie sans aucune perte fonctionnelle

# définition de la santé

c'est une balance précaire entre la capacité de maintenir la fonction et la santé et les multiples déficiences qui vont menacer cet équilibre tout au long de notre vie

# la fragilité physique

❖ les facteurs sont :

❖ l'âge

❖ l'accumulation de comorbidités

❖ une malnutrition

❖ une non-utilisation des possibilités physiques de nos muscles

❖ une diminution de nos réserves fonctionnelles

# évolution

- ✦ tout ceci se passe de façon simple, masquée, silencieuse, méconnue
- ✦ à un moment donné un **stress** quelconque va mettre au grand jour toute cette accumulation de diminution de réserve et de problème de récupération.
- ✦ Là se déclenche le cycle de fragilité

# le cycle de fragilité

❖ c'est l'incapacité liée à l'âge de répondre adéquatement à un stress

❖ la récupération n'est plus totale, elle est lente et toujours incomplète

# le cycle de la fragilité

## ❖ trois éléments clés

- ❖ le problème nutritionnel

- ❖ une dysrégulation neuro-endocrinienne

  - ❖ diminution des hormones de croissance

  - ❖ et des stéroïdes

- ❖ une dysfonction immunologique

  - ❖ augmentation des cytokines cataboliques

# la diminution des réserves

- ◆ diminution des réserves totales
- ◆ les réserves sont allouées pour réparer, se maintenir, pour continuer à vivre.
- ◆ il reste alors peu de réserves disponibles pour gérer le stress

# définition

la fragilité serait une vulnérabilité liée à l'âge résultant de la diminution des réserves physiologiques et de l'impossibilité de répondre à tout événement stressant

# deux phases

♦ une cachée : phase de fragilisation qui se déroule tout au long notre vie, processus endogène, occulte, lent, insidieux

♦ une visible : phase de fragilité révélée brutalement par un **stress**

# symptômes

- ◆ perte de poids,
- ◆ faiblesse musculaire,
- ◆ fatigue,
- ◆ anorexie,
- ◆ inactivité.

# Signes

- ❖ mauvais état général,
- ❖ dénutrition,
- ❖ sarcopénie,
- ❖ ostéopénie,
- ❖ marche lente,
- ❖ trouble de l'équilibre

# Les 7 I

iatrogénie

immobilisation

immunité

inappétence

incontinence

instabilité

isolement

# conséquences

- ◆ chutes à répétition
- ◆ multiples traumatismes
- ◆ déclin fonctionnel progressif
- ◆ hospitalisation itérative
- ◆ infection nosocomiale
- ◆ dépendance accrue
- ◆ institutionnalisation
- ◆ augmentation des coûts de santé et de la consommation
- ◆ la mort

# cascades

- ◆ fragilisation : processus dynamique
- ◆ fragilité : état statique toujours évolutif
- ◆ déclin fonctionnel.

# Est-il possible de retarder cette fragilité ?

peu efficace au stade patent et des complications

il s'agit de différencier le sujet en voie de fragilisation parmi une cohorte de personnes du même âge

# comment prévenir : 6 points

- ◆ l'équilibre nutritionnel
- ◆ l'exercice physique : individualisé, quotidien
- ◆ suivi attentif de nos capacités fonctionnelles
- ◆ réduction des facteurs de risques et prévention de certaines maladies
- ◆ anticipation des événements stressants : une intervention programmée est toujours plus favorable qu'une urgence
- ◆ une reprise rapide d'activité après tout stress

# les autres fragilité

mentale,  
affective,  
sensorielle

# qu'est-ce que la fragilité

❖ un syndrome lié à l'âge résultant d'une diminution des réserves fonctionnelles et incapacité de répondre à un stress

❖ il y a deux étapes

- ❖ fragilisation : occulte, dynamique
- ❖ fragilité : état déclaré

donc

Il nous faut identifier ces personnes en voie de fragilisation et pratiquer une évaluation gériatrique globale

Ainsi nous diminuerons les coûts de santé et la consommation de soins