

Grand témoin

**INTERVIEW du P^R Bertrand FOUGÈRE,
médecin gériatre**



Bio express

Bertrand FOUGÈRE est médecin gériatre, chef du pôle vieillissement du CHU de Tours et professeur de gériatrie à la faculté de médecine de Tours. Il est également président fondateur du Gérontopôle Centre-Val de Loire. Par ailleurs, il copilote le « Grand défi – dispositifs médicaux numériques et bien-vieillir » lancé par le ministère de la Santé et participe à l'implémentation en France du programme ICOPE de l'OMS. Praticien, chercheur, enseignant son riche parcours le conduit à aborder la thématique du vieillissement dans toutes ses dimensions.

« Chacun doit être acteur de son vieillissement et s’y préparer »

Les personnes âgées de plus de 60 ans représenteront un tiers de la population française à l’horizon 2050, contre un quart à l’heure actuelle. Le vieillissement constitue un enjeu sociétal, et de santé publique, de premier plan.

Comment ce challenge s’impose-t-il aujourd’hui dans les débats publics ? Quels sont les leviers de prévention pouvant être activés afin de maintenir la qualité de vie – et l’autonomie – des personnes à mesure qu’elles avancent en âge ? Comment la santé bucco-dentaire peut-elle être aussi un maintien de l’autonomie de nos seniors ? Témoin lors de notre colloque de santé publique le 16 octobre dernier, le professeur Bertrand Fougère, chef du pôle vieillissement du CHU de Tours (37) et président du Gérontopôle Centre-Val de Loire, partage quelques clés d’analyse et d’action.

Pouvez-vous évoquer votre parcours en quelques mots et ce qui vous a amené vers la gériatrie ?

L’envie de faire médecine, et de prendre soin des autres, est ancrée en moi depuis l’enfance. Face aux choix d’orientation qui se présentaient lors des études, la volonté de ne pas m’enfermer dans une hyperspécialité m’a conduit vers la gériatrie. C’est un domaine nécessitant une approche transversale de la médecine et qui se singularise aussi par une certaine stimulation intellectuelle : un patient qui vient consulter pour une monopathologie en cache souvent d’autres. Plus généralement, le vieillissement de la population et le bien-vieillir sont des thématiques à 360°, impliquant des enjeux de progrès et d’adaptation multiples, et c’est ce qui motive mon activité au quotidien.

Comment la perception du vieillissement a-t-elle évolué en France et pourquoi ce sujet résonne-t-il avec force et urgence aujourd’hui ?

La personne de 60-70 ans de 2025 n’est pas la même que celle des années 1980. Nous vieillissons mieux, plus longtemps en bonne santé et sans incapacité. L’image du vieillissement reste en revanche inchangée, et la société fait encore et toujours la part belle au « jeunisme ». Il faut pourtant rappeler que les seniors font tourner le bénévolat, les familles ou encore l’industrie des loisirs et du tourisme. Ils ont un impact socio-économique positif, jouent un rôle clé en termes de transmission et doivent être valorisés pour cela.

Cela étant, le vieillissement et les situations de dépendance qui peuvent en découler – qui ont été créées, paradoxalement, par les progrès de la médecine – soulèvent des questions multiples qui n’ont pas été traitées jusqu’ici, ou à la marge. Il s’agit d’adapter la société à ce changement et de faire évoluer les mentalités. Cela commence, à titre individuel, par se demander comment l’on peut se préparer.



Comment agir pour favoriser la préservation de l'autonomie ou le maintien à domicile des personnes âgées ?

L'anticipation est le maître-mot. Les personnes doivent être actrices de leur vieillissement : de la même façon que l'on prépare ses obsèques, il faut préparer l'avancée en âge et anticiper une éventuelle perte d'autonomie afin de protéger ses proches et soi-même. Il faut ensuite s'inscrire dans une logique de maintien de l'autonomie, en agissant pour sa santé. C'est tout l'objet d'ICOPE, un programme de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) qui se fonde sur le suivi et l'entretien de six éléments essentiels au bien-vieillir – mémoire, nutrition, vision, audition, mobilité et moral.

Pouvez-vous détailler ce programme, dont vous participez à la mise en œuvre en France ?

Il mise à la fois sur la prévention et l'éducation à la santé. Les personnes téléchargent une application avec laquelle elles peuvent s'autotester régulièrement sur les six critères

cités précédemment et être orientées vers un professionnel de santé adapté en cas de besoin. Comme je le disais, l'enjeu est de rendre chacun acteur de sa propre santé. En France, le programme a été expérimenté au titre du dispositif Article 51 dans 13 territoires. En 2025, le ministère de la Santé a décidé de généraliser le programme et, depuis le 20 juillet, tout le monde peut télécharger l'application ICOPE et Moi.

Comment les chirurgiens-dentistes et les autres professionnels de santé peuvent-ils contribuer à la prévention de la dépendance ?

L'accès aux soins dentaires est une vraie problématique s'agissant des personnes âgées. Les chirurgiens-dentistes peuvent se mobiliser et le font déjà quand ils agissent pour la prévention et la promotion de l'hygiène bucco-dentaire auprès des patients dès le plus jeune âge. Encore une fois, l'enjeu est d'être dans une posture d'anticipation et non dans l'urgence. Ils peuvent aussi être moteurs en termes d'information et d'éducation, en encourageant par exemple leurs patients à utiliser l'appli ICOPE via une affiche dans le cabinet !