

Agir tôt, c'est gagner du temps

La foire aux questions des professionnels - Fiche 1

-  **ICOPE c'est quoi ?** Un programme de **prévention** créé par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Son objectif est de **repérer** d'éventuelles difficultés sur les **6 fonctions principales du corps** : *mobilité, mémoire, nutrition, humeur, vue, audition*, pour continuer à aller bien et si besoin, corriger les petites anomalies !
-  **A qui s'adresse le programme ICOPE ?** A toute personne **de + 60 ans**
-  **Pourquoi participer à ICOPE ?** ICOPE permet de **sensibiliser** la population aux questions du vieillissement et du maintien de l'autonomie. Il permet aussi de **repérer rapidement** des altérations de fonctions chez une personne.
-  **Pourquoi évaluer ces fonctions ?** Parce que ce sont celles qui permettent à la personne de **rester autonome** dans ses pratiques quotidiennes. Ce sont aussi celles sur lesquelles **nous pouvons agir !**
La fragilité est réversible.
En prendre soin, c'est aussi agir sur les maladies de la personne âgée, la polymédication, le risque de chutes...
-  **Pourquoi faire un test à des personnes qui vont bien ?** ICOPE **ne recherche pas des maladies !** L'objectif est de **repérer tôt** des difficultés **pour agir tôt**, avec des méthodes simples, et qui améliorent le quotidien : conseils, actions de prévention, adaptation des comportements et de l'environnement.
-  **La personne a un bon suivi médical, pourquoi rajouter ICOPE ?** ICOPE est **complémentaire** à un suivi médical habituel. Il explore des domaines souvent peu abordés en consultation. Le senior peut faire la première étape seul et de manière régulière.
-  **Pourquoi faire ICOPE alors que nous manquons de médecin traitant et de spécialistes ?** Nous ne pouvons pas créer des professionnels de santé supplémentaires, mais la prévention **permet de limiter le recours aux soins** en maintenant l'autonomie. De nombreuses ressources locales - ateliers, associations, activités - sont disponibles pour accompagner les personnes.
-  **Quel type de professionnel peut participer ?** En pratique, **tout professionnel travaillant auprès d'un public de plus de 60 ans** peut être acteur dans le Programme ICOPE : information et communication auprès des usagers, accompagnement d'un senior pour réaliser un STEP 1 (test de repérage).