

À L'INTÉRIEUR
Notre
nouvelle chaîne
YouTube

Les AA et les personnes âgées

Beaucoup entendent une épidémie imminente d'alcoolisme chez les personnes âgées aux États-Unis. Un article paru en septembre 2017 dans le *New York Times* faisait état d'une étude réalisée par des épidémiologistes du National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). En examinant 40 000 adultes de tous âges en 2002 et 2003, puis à nouveau une décennie plus tard, l'étude a révélé que la proportion d'adultes âgés qui abusent de l'alcool (« troubles liés à la consommation d'alcool ») a presque doublé, pour atteindre plus de 3% des personnes âgées. 21% de la population américaine aura plus de 65 ans d'ici 2030. Cela signifie, potentiellement, que plus de deux millions d'alcooliques âgés se joindront à la population vieillissante en 12 ans.

« La trajectoire dans le temps est remarquable », a déclaré un psychiatre de l'étude de la NIAAA dans l'interview du *Times*. « Il faut en parler, il se passe quelque chose. »

UN PROBLÈME DIFFICILE

Le problème de l'alcoolisme chez les personnes âgées est particulièrement contrariant pour ceux dont la profession est la prise en charge des personnes âgées — gériatres et thérapeutes, ainsi que pour les cadres, le personnel général et le personnel médical des résidences pour personnes âgées, des établissements de soins qualifiés, des refuges pour sans-abri et des centres de réadaptation. L'alcoolisme se présente souvent très différemment chez les personnes âgées, selon Susy Elder Murphy,

propriétaire d'une entreprise de professionnels des soins qui agissent comme consultants auprès des personnes âgées et de leur famille, les aidant à s'installer à domicile ou à déménager dans des résidences pour personnes âgées.

« Beaucoup de retraités qui ont été des buveurs sociaux toute leur vie perdent un conjoint et commencent à boire davantage », dit-elle. « S'ils sont déprimés, cela aggrave leur dépression. Cela peut avoir de mauvaises interactions avec les médicaments. Ils courent plus de risques de tomber. Leur métabolisme change et ils ne peuvent plus boire comme avant. Mais ils ne vont pas admettre qu'ils ont un problème. Après tout, ils ne l'ont jamais fait. Ils peuvent généralement avoir l'air bien pendant 15 minutes de face à face avec leur médecin, puis ils rentrent chez eux et boivent à nouveau. »

Selon Murphy, parmi d'autres problèmes : il y a des personnes âgées qui ne se souviennent tout simplement pas qu'ils ont bu un verre de vin, donc ils en prennent un autre, et un autre, et un autre. « J'ai bu un verre de vin, » diront-ils. « Pourquoi devrais-je consulter pour alcoolisme? » Parfois, les familles sont sensibles au problème d'un parent âgé qui boit trop; mais, tout aussi souvent, elles ne peuvent tout simplement pas croire que leur mère, leur père ou leurs grands-parents peuvent avoir développé un problème d'alcool à un âge avancé. L'alcool est aussi généralement disponible dans les résidences pour personnes âgées (mais généralement pas dans des établissements de soins infirmiers qualifiés où l'autorisation d'un médecin est nécessaire), de sorte que les gens continueront à boire dans ces conditions.

À LA RECHERCHE D'ALCOOLIQUES ÂGÉS

Les AA s'efforcent depuis longtemps d'atteindre les alcooliques âgés, y compris ceux qui sont des buveurs à problèmes depuis toujours, ceux qui développent la maladie plus tard dans la vie, et les alcooliques abstinentes qui peuvent se

sentir isolés parce que l'âge ou la maladie les empêche d'assister aux réunions. Cela englobe tout, depuis la formation de comités de coopération avec la communauté des aînés (C.C.C.A.) jusqu'aux Comités d'Accessibilité qui soutiennent la tenue de réunions dans les centres pour personnes âgées et les maisons de santé, en passant par le transport vers des réunions à l'extérieur, etc.

Parmi les efforts actuels, mentionnons une initiative visant à rendre les publications des AA plus accessibles aux personnes âgées qui peuvent avoir une déficience visuelle. La brochure « Les AA pour l'alcoolique plus âgé — Il n'est jamais trop tard » a été révisée selon les dernières normes de l'industrie pour ce qui était autrefois appelé « gros caractères », mais qui est maintenant généralement connu sous le nom de matériel de lecture « basse vision ».

« Au cours des trois à cinq dernières années, les formats 'gros caractères' ont été mis à jour. », dit David R., directeur du Service des Publications d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc. « Dix-huit points, beaucoup d'espace blanc, papier épais, alignement à droite irrégulier — tout pour une meilleure lisibilité et un accès facile. »

La brochure présente les histoires de huit membres différents qui sont venus chez les AA tard dans la vie, comme J.H. « Je savais que je ne voulais pas continuer à vivre une vie contrôlée par l'alcool, qui m'emmenait là où je ne voulais pas aller. J'étais rarement vraiment heureuse — rarement vraiment quoi que ce soit. » Sa vie a tout de suite pris un tournant favorable lorsqu'elle s'est réveillée un matin et a dit à son mari qu'elle avait besoin d'aide. « Je viens de fêter 14 ans d'abstinence! Diffi-

cile à croire; il fut un temps où je ne pouvais pas passer une journée sans alcool. Quand je suis entrée chez les AA, j'avais 61 ans et je ne pensais pas à ce que je ferais dans 14 ans. J'étais sûre que la meilleure partie de ma vie était terminée. Je n'aurais jamais pu imaginer à quel point ma vie deviendrait formidable! »

D.O. s'est joint aux AA à l'âge de 66 ans. « Il n'est jamais trop tard pour profiter de la sobriété. Fini les envies et la préoccupation pour 'le prochain verre'. Je me sens et je parais beaucoup mieux. Mon pas est plus léger, mon esprit est plus clair. La dépression et la morosité ont disparu.

Je me sens beaucoup plus en paix avec moi-même et, surtout, avec les autres. »

« J'ai 70 ans. À mon âge, je le saurais si j'étais alcoolique. »

PRISE DE CONTACT AVEC LES PROFESSIONNELS DES SOINS AUX AÎNÉS

En plus de rendre les documents des AA plus facilement accessibles — des enregistrements audio des publications des AA comme *Alcooliques anonymes* (« Le Gros Livre ») et *Les Douze Étapes et Douze Traditions* sont en écoute gratuite sur aa.org — les comités de Collaboration des AA avec les milieux professionnels (CMP) s'efforcent d'entrer en contact avec des professionnels en résidence pour personnes âgées ou en maisons de santé.

Teddy W., abstinente depuis 12 ans, est le président de la CMP de la région de San Francisco. Il considère que tendre la main aux alcooliques âgés est une extension de son travail de service. En sa qualité de président de la CMP, il a récemment assisté à la conférence *Aging in America* à San Francisco, où il a constaté qu'il y avait « beaucoup d'intérêt de la part des professionnels des différents soins aux personnes âgées. Travailleurs sociaux,

gestionnaires, directeurs, ils voulaient que nous venions parler des AA à leur personnel.»

En parlant aux membres du personnel dans un cadre professionnel, l'objectif principal de Teddy est de les encourager à rechercher les signes d'alcoolisme. « Lorsque certains alcooliques atteignent un certain âge, ils sont très habiles à cacher leur consommation d'alcool et à paraître en contrôle. Si un professionnel voit des signes d'alcoolisme, il peut appeler les AA. » À cette fin, Teddy laisse toujours derrière lui des cartes portant le numéro de l'intergroupe/bureau central local, ce qui peut aider à organiser une réunion dans un établissement.

Dorrine M. est une alcoolique avec 28 ans d'abstinence qui vit à New York. Elle a décidé de s'impliquer auprès des personnes âgées lorsqu'un membre de son groupe d'attache — « une personne âgée calme, recluse, solitaire et vivant seule » — a été retrouvée morte de causes naturelles dans son appartement. « J'étais sûre qu'il y avait beaucoup d'alcooliques comme elle — des personnes âgées, à mobilité réduite, dans des établissements sans réunions ni soutien. J'ai l'impression que nous croyons tous avoir quelque chose à offrir jusqu'à ce que nous atteignons cette ligne invisible de la vieillesse. Ensuite, les gens commencent lentement à s'éloigner de leur groupe d'attache, de leur vie familiale, parce qu'ils ne sont pas bien compris ou ne peuvent pas entendre correctement. Ils croient peut-être ne pas pouvoir s'identifier à des personnes plus jeunes. Quoi qu'il arrive, on dirait que les AA disparaissent après un certain âge. On ne les trouve pas régulièrement dans les maisons de santé et les communautés de retraités. »

Après avoir communiqué avec l'Inter-Group Association of A.A. de New York et offert ses services, Dorrine a été contactée par un centre de réadaptation physique à Brooklyn, où elle a rencontré l'administrateur en chef, une infirmière et un psychiatre. Il s'est avéré qu'ils avaient plusieurs patients qui, selon eux, avaient des problèmes d'alcoolisme et de toxi-

comanie, mais ces professionnels ne savaient pas vers qui se tourner. Leur plus grande préoccupation était la protection de la vie privée : comment pourraient-ils tenir des réunions des AA dans la résidence sans compromettre l'anonymat de leurs patients ?

Dorrine les a informés (eux un autre centre de réhabilitation qui a pris contact avec elle) qu'il y avait de nombreuses façons d'approcher les AA et d'en apprendre davantage sur le Mouvement — communiquer avec l'Intergroupe/Bureau central ou la CMP n'étant qu'un moyen parmi d'autres. « Nous avons fini par leur envoyer de la documentation par voie électronique », dit Dorrine. « Ils étaient ouverts à la distribution électronique, ouverts aux réunions en ligne, ouverts à donner aux résidents qui en font la demande la possibilité d'écouter les messages audio d'intérêt public des AA sur aa.org ».

AUTRES APPROCHES

En fait, Internet est, de plus en plus, un moyen pour les professionnels des soins aux aînés de diriger les personnes soupçonnées d'avoir des problèmes d'alcool vers les AA. À tout moment, l'Intergroupe en ligne des Alcooliques anonymes (OIAA) peut avoir plus de 100 groupes répertoriés, dans plusieurs langues. Ils représentent tous les types de réunions — courriel, clavardage, téléphone, audio, vidéo — et peuvent être parfaits pour les alcooliques âgés qui sont techniquement assez avisés pour y accéder. Homer M., avec plus de 22 ans d'abstinence, fait partie du comité d'aide de la Douzième Étape de l'OIAA (connu officieusement sous le nom de « Steppers »). Cela signifie qu'il répond directement par courriel à toute personne qui clique sur le bouton « Obtenir de l'aide » du site de l'OIAA ou des sites de réunion avec lesquels il est lié. « Nous pouvons recevoir 12 courriels par jour de personnes âgées, sur un total d'environ 4 000 courriels par année », dit Homer.

« Je fais des suggestions. S'ils ont des problèmes d'audition, par exemple, je peux suggérer un clavardage textuel, un groupe de discussion ou une réunion par courriel. S'ils ont des problèmes de vision, il y a des réunions audio ou téléphoniques. »

Homer ne reçoit environ que trois ou quatre courriels par mois provenant de professionnels (pas seulement des professionnels des soins aux aînés, mais de toutes sortes de professionnels qui travaillent avec les alcooliques). Il pense que si les AA sont en mesure d'atteindre les professionnels des soins aux aînés et de les sensibiliser à l'OIAA, ils peuvent à leur tour transmettre la facilité d'utilisation et l'immédiateté des réunions sur Internet aux patients âgés qu'ils soupçonnent d'avoir un problème d'alcool.

Une autre possibilité pour les alcooliques abstinents plus âgés qui ne peuvent pas quitter leur établissement pour des raisons de santé, est la participation au *Loners-Internationalists Meeting*, ou *LIM*. Il s'agit d'un bulletin bimensuel confidentiel (en anglais) contenant des extraits de lettres d'alcooliques abstinents du monde entier partageant leur expérience, leur force et leur espoir. Il est envoyé aux « solitaires » (membres des AA pour qui il n'y a pas de réunions à proximité) et aux « confinés » (membres des AA qui ne peuvent pas assister aux réunions parce qu'ils en sont physiquement incapables). Les membres des AA qui appartiennent à une catégorie de LIM peuvent communiquer avec le Loners Assignment, c/o General Service Office, P.O. Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163; ou par courriel: lim@aa.org.

« Mon/ma conjoint(e) n'étant plus de ce monde, je mérite un verre de temps en temps. »

UN BESOIN RÉEL

Tout comme les centres de réadaptation qui ont contacté Dorrine M., de nombreux centres d'aide aux personnes âgées et maisons de soins croient qu'ils ne peuvent pas communiquer avec les AA ou demander aux membres des AA d'organiser une réunion dans leurs établissements pour des raisons de protection de la vie privée. Greg M., qui est actif au sein de l'Intergroupe de San Francisco, est aussi un professionnel des soins aux aînés — jusqu'à tout récemment, il était directeur exécutif d'un programme de jour pour personnes âgées à faible revenu et sans abri, et il joue toujours un rôle professionnel dans cette communauté.

« Les membres des AA ont beaucoup de défis à relever pour avoir accès à tous les types d'établissements de soins aux aînés.

Ceci est en partie dû à la crainte de tout le monde de violations de la HIPAA (Health Insurance Portability and Accountability Act) ou de problèmes de confidentialité. Lorsqu'on gère un établissement de soins aux aînés, il faut être très prudent et s'assurer de tenir ses responsabilités envers ses patients/clients ».

Mais Greg croit aussi fermement qu'il y a un manque d'efforts concertés et concentrés de la part des comités de la CMP et de C.C.C.A. des AA. « Pour faire face à un groupe démographique spécifique comme les personnes âgées, il faut mettre en place un plan stratégique », dit-il. « C'est une campagne. Et cela demande de la recherche, du temps et des efforts. Vous devez établir des relations avec les gestionnaires des établissements que vous voulez approcher. Souvent, les centres non résidentiels pour personnes âgées sont les meilleurs endroits pour commencer. Et vous devez apporter des friandises, comme du café et des biscuits.

Les personnes âgées apprécient cela. »

Pour aider les alcooliques âgés, il faut donc que les AA s'adressent aux professionnels des soins aux aînés et que les professionnels des soins aux aînés soient prêts à entendre le message des AA pour leurs patients. Il y a de l'espoir. L'article du *New York Times* de septembre décrit une maison de santé qui incluait le traitement de l'alcool dans le cadre de la réadaptation post-hospitalière. « Soixante-neuf pour cent des personnes dépendantes de l'alcool n'ont déclaré aucune rechute un mois après leur congé, a déclaré la maison de santé l'année dernière; environ la moitié disent avoir poursuivi leur thérapie ou avoir assisté à des réunions des Alcooliques anonymes. »

Susy Elder Murphy, la professionnelle des soins aux aînés, croit que les Alcooliques anonymes peuvent aider les professionnels à aider ces buveurs plus âgés. Elle rejette les préoccupations de l'HIPAA — « une réunion des AA à laquelle les gens viennent volontairement n'est pas une violation de l'HIPAA » — et parle de deux femmes abstin

entes qu'elle connaît qui sont actuellement dans une maison de santé. Elles ont refusé de quitter leur foyer jusqu'à ce qu'on leur assure que les réunions des AA étaient à proximité. Non seulement ces réunions les aidaient à rester abstinentes, mais elles leur offraient un cadre social apprécié. Loin de penser que leur vie est terminée, les hommes et les femmes qui sont arrivés chez les AA dans leurs dernières années, expriment souvent le sentiment contraire — qu'il est temps de commencer à vivre.

« Tout ce que les AA peuvent faire pour aider les buveurs à problèmes, leurs aidants et leurs familles dans ces milieux, est formidable », dit Murphy. « Il y a un réel besoin qui ne fait que grandir. »

« Mon pas est plus léger, mon esprit est plus clair. »

À LA UNE Matériel AA sur YouTube



Une chaîne YouTube vient d'être lancée pour A.A. World Services, Inc. (A.A.W.S.) et le Bureau des Services généraux des AA (BSG). La nouvelle chaîne se trouve à l'adresse suivante : <https://www.youtube.com/c/AlcoholicsAnonymousWorldServicesInc>.

Elle fournit une plate-forme supplémentaire à partir de laquelle les vidéos produites par A.A.W.S. peuvent être facilement partagées avec un large public afin d'améliorer la transmission du message aux alcooliques, au grand public et à la communauté professionnelle. La chaîne a été lancée avec trois messages d'intérêt public engageants : « Les Portes », « Mon Univers » et « J'ai de l'Espoir » (disponibles en anglais, en français et en espagnol). D'autres contenus seront ajoutés au fur et à mesure qu'ils seront disponibles. Pour toute question ou commentaire concernant la chaîne YouTube de AAWS/BSG, veuillez contacter : commsservices@aa.org.