



SYNTHÈSE DES DONNÉES PROBANTES

**CONFIRMENT QUE LES TECHNOLOGIES PERMETTENT D'ATTÉNUER
L'ISOLEMENT SOCIAL DES AÎNÉS CANADIENS**

OCTOBRE 2018

Par: Jenna Roddick – la coordonnatrice de la Recherche et de l'Application des connaissances

QUESTIONS?

Le Centre national d'innovation POPRAVIT AGE-WELL Inc. sera heureux de recevoir vos observations au sujet de ce rapport et souhaite savoir comment mieux répondre à vos besoins en information. Si vous avez des questions concernant le travail du Centre POPRAVIT, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

COURRIEL: info@appta.ca

AVERTISSEMENT

Ce document est fondé sur l'information disponible en date de sa publication, sauf indication contraire. Aucune information contenue dans ce document ne doit être interprétée comme un conseil juridique, comptable ou autre conseil professionnel.

Les auteurs ont fait tout leur possible pour veiller à ce que l'information contenue dans ce document soit correcte et à jour; cependant, ces renseignements n'ont pas pour objectif de remplacer l'information plus récente communiquée par le biais de ressources gouvernementales ou rattachées à un programme précis. Les auteurs ne font aucune représentation et ne donnent aucune garantie, expresse ou implicite, concernant l'information contenue dans ce document, et déclinent toute responsabilité vis-à-vis de toute perte ou de tout dommage découlant directement ou indirectement, soit de l'utilisation des renseignements apparaissant dans cette publication ou dans toute publication élaborée par un tiers faisant référence ou étant liée à cette publication, soit de toute mesure prise à partir de ces renseignements.

RÉFÉRENCE

Centre national d'innovation AGE-WELL POPRAVIT. 2019. Confirment que les technologies permettent d'atténuer l'isolement social des aînés canadiens. Fredericton : Centre national d'innovation AGE-WELL POPRAVIT Inc.

Synthèse des données probantes

Confirment que les technologies permettent d'atténuer l'isolement social des aînés canadiens

Qu'est-ce que l'isolement social et pourquoi constitue-t-elle un défi pour les personnes âgées?

Enjeux:

- L'isolement social a des répercussions négatives sur la santé et le bien-être global d'une personne
- Le Canada est déjà en retard au chapitre de l'adoption des innovations et des solutions fondées sur les technologies susceptibles de profiter aux personnes âgées et aux aidants.

L'isolement social n'est pas le genre de concept qui se prête facilement à une définition convenue; il est, cependant, communément accepté que l'isolement social se manifeste, notamment, par une communication rare et de piètre qualité avec les autresⁱ ainsi que par la perte de sa place au sein de ses groupesⁱⁱ. L'isolement social constitue un risque sérieux pour la santé, et touche environ 20 % des personnes âgéesⁱⁱⁱ. On a d'ailleurs découvert qu'elle constitue un facteur de risque aussi important que le tabagisme, l'obésité ou le manque d'activité physique^{iv}. Les aînés risquent de souffrir d'isolement

social en raison des périodes de transition inhérentes au parcours d'une vie, de problèmes psychologiques et émotionnels et de facteurs de nature sociale, démographique, environnementale et sanitaire. Certains groupes d'aînés risquent plus d'être victimes d'isolement social, par exemple, ceux qui souffrent de problèmes de santé physique et mentale, ceux dont le revenu est faible, ceux qui remplissent le rôle d'aidant, ceux qui font partie des immigrants ou des nouveaux arrivants au Canada, les aînés autochtones ainsi que les aînés homosexuels, lesbiens, bisexuels ou transgenres^v.

Selon la Fédération internationale du vieillissement, le principal nouveau problème auquel sont confrontés les aînés du Canada consiste à demeurer actifs et engagés sur le plan social^{vi}. C'est pourquoi il est nécessaire de trouver des solutions novatrices afin d'améliorer la qualité de vie ainsi que l'inclusion sociale et économique des personnes âgées. La présente synthèse des données probantes est fondée sur un examen de la portée, dans laquelle on pose la question suivante : *Est-ce que les technologies peuvent servir à atténuer l'isolement social des personnes âgées?*

Méthodes :

On a effectué un examen de la portée pour déterminer les technologies qui ont été testées et utilisées pour atténuer l'isolement social ou la solitude des personnes âgées. En juillet 2018, nous avons, à l'aide de termes clés, fait des recherches dans les bases de données CINAHL, PsychINFO et Scopus pour trouver des études primaires publiées entre 2008 et aujourd'hui. Deux examinateurs (LG et JR) ont évalué l'admissibilité des articles.

Quelles technologies se sont révélées efficaces pour atténuer l'isolement social?

Dans le cadre de 28 études primaires admissibles, on s'est servi de diverses technologies comme moyens de communication et d'engagement social pour les aînés. On a utilisé des questionnaires, des sondages, des entrevues en profondeur et des groupes de discussion pour déterminer l'effet de pratiques et de programmes novateurs. Les résultats de ces travaux de recherche ont ainsi permis de constater qu'il était possible de réduire le sentiment d'isolement et/ou de solitude grâce à des vidéos, à des programmes sur ordinateur ou sur tablette informatique, aux services téléphoniques et aux technologies d'assistance. Ces conclusions montrent bien que l'innovation ne consiste pas seulement à créer de nouvelles technologies, mais aussi à changer la façon dont les

gens s'en servent. Dans l'ensemble, les programmes incluant des technologies ont permis aux personnes âgées d'accroître leurs relations sociales, de se donner des objectifs, de vivre de nouvelles expériences et de bénéficier d'une compagnie et de ressources précieuses, qui les ont incitées à demeurer dans leur collectivité.

De plus, des études portant sur les aînés qui avaient adopté les technologies ont produit des résultats positifs lorsqu'une formation adéquate avait été préalablement dispensée^{vii}. Plus particulièrement, on a constaté que les personnes âgées trouvent les programmes téléphoniques pratiques pour tisser des relations sociales, à condition qu'elles puissent choisir le soutien qu'elles reçoivent dans le cadre du programme^{viii}. Les personnes âgées ont, du reste, pu utiliser ces services sans trop de problèmes, car tous les participants avaient un téléphone^{ix} (Newall et Menec, 2015).

Quels sont les obstacles à l'adoption de solutions fondées sur la technologie?

Les personnes les plus exposées à l'isolement social sont celles qui sont confrontées à des problèmes d'accès, tels qu'un accès minime à l'Internet, qui souffrent de pauvreté (i.e., elles ne sont pas en mesure de payer pour l'Internet, pour les services téléphoniques et les technologies), qui ne peuvent pas obtenir la formation initiale dispensée aux aînés pour les aider à adopter les technologies en raison d'un manque de personnel et qui sont dans l'impossibilité d'utiliser les technologies à cause de problèmes de santé mentale. Voilà des éléments concrets qui justifient l'octroi d'un soutien à l'offre de programmes fondés sur la technologie dans les régions qui en ont le plus besoin. Dans la section suivante, nous présentons brièvement quelques options susceptibles d'aider les personnes âgées à surmonter leur isolement social.

Recommandations

Nous pensons que ces conclusions aideront à éclairer une exploration plus approfondie des approches visant à remédier à l'isolement social par des changements de la politique gouvernementale et une coordination systématique entre les secteurs. Nous avons trouvé trois options pour faciliter l'adoption de solutions fondées sur la technologie susceptibles d'aider les personnes âgées et les aidants à réduire l'isolement social et la solitude. Ces options peuvent être mises en œuvre séparément ou simultanément; il est également possible d'élaborer une nouvelle option à partir de composantes de chaque option :

- 1) Accroître l'infrastructure, éliminer les obstacles financiers et offrir la formation technologique nécessaire aux aînés les plus à risque d'être confrontés à l'isolement social : les inégalités sociales et culturelles concernant l'accès aux nouvelles technologies de la santé ont créé un fossé numérique; il est donc important d'accroître l'infrastructure des régions rurales du Canada afin de permettre aux personnes âgées de ces collectivités d'utiliser des téléphones portables et d'avoir accès à l'Internet. De plus, il faudrait que des subventions soient plus aisément disponibles pour faciliter l'accès à ces technologies. Le programme Un Canada branché du gouvernement du Canada fait partie des initiatives prometteuses à cet égard. Finalement, il convient d'encourager les stratégies d'éducation et de formation visant à favoriser l'adoption des technologies pour que les aînés puissent acquérir la capacité de les utiliser efficacement.
- 2) Instaurer une collaboration entre les intervenants concernés pour co-créeer des solutions dans les secteurs des technologies, de la politique et des services : si de nouvelles technologies sont mises à la disposition d'aînés qui vont en bénéficier, les intervenants concernés (décideurs, collectivités, chercheurs et chefs de file) doivent unir leurs forces. À cet égard, le Programme Nouveaux horizons pour les aînés du gouvernement du Canada soutient les projets communautaires axés sur la participation sociale et dirigés ou inspirés par des aînés, comme, par exemple, le programme Friendly Caller récemment lancé en Alberta. D'autres provinces pourraient envisager de financer des programmes similaires.
- 3) Tirer parti des possibilités existantes : il faut tenir compte des solutions technologiques lors de la planification des politiques, des programmes et des services en mettant en place des programmes qui ont fait leurs preuves pour aider les personnes âgées isolées sur le plan social. En sus des exemples présentés dans la présente synthèse des données probantes, AGE-WELL est en mesure de fournir les dernières recherches menées au Canada et à

l'étranger pour que chaque niveau de gouvernement puisse prendre des décisions fondées sur des données probantes et établir des mécanismes afin d'évaluer des initiatives prometteuses.

Références

- ¹ Keefe, J., Andrew, M., Fancey, P., & Hall, M. (2006). *A profile of social isolation in Canada*. Retrieved from https://www.health.gov.bc.ca/library/publications/year/2006/keefe_social_isolation_final_report_may_2006.pdf
- ² Biordi, D.L., & Nicholson, N.R. (2009). Social isolation. In P.D. Larsen & I.M. Lubkin (Eds.), *Chronic Illness: Impact and Intervention* (7th ed.). Sudbury, MA: Jones & Bartlett.
- ³ Menec, V., & Newall, N. (2017). Definitions of Social Isolation: A Pilot Study Using CLSA. Retrieved from https://www.clsa-elcv.ca/sites/default/files/presentations/clsa_webinar_social_isolation_nov17.2_0.pdf
- ⁴ Menec, V. (2016). Loneliness and social isolation are important health risks in the elderly. McMaster Optimal Aging Portal [Blog Post]. Retrieved from <https://www.mcmasteroptimalaging.org/blog/detail/professionals-blog/2016/04/08/loneliness-and-social-isolation-are-important-health-risks-in-the-elderly?sid=d9fd7759-e209-4917-b590-60ecffa3ae94&hl=loneliness>
- ⁵ The National Seniors Council. (2014). *Report on the social isolation of seniors, 2013-2014*. Retrieved from https://www.canada.ca/content/dam/nsc-cna/documents/pdf/policy-and-program-development/publications-reports/2014/Report_on_the_Social_Isolation_of_Seniors.pdf
- ⁶ International Federation on Ageing. (2012). Current and emerging issues facing older Canadians. Retrieved from <https://www.ifa-fiv.org/wp-content/uploads/2012/12/current-and-emerging-issues-facing-older-canadians-final-report-30-march-2012.pdf>
- ⁷ Loi, S.M., & Nicola T. Lautenschlager, S.H., Huppert, D., Swan, J., & Mazur, A. (2016). Can a short internet training program improve social isolation and self-esteem in older adults with psychiatric conditions? *International Psychogeriatrics* 28, no. 10: 1737–40. Retrieved from <https://doi.org/10.1017/S1041610216001022>
- ⁸ Cattan, M., Kime, N., & Bagnall, A.M. (2011). The use of telephone befriending in low level support for socially isolated older people - an evaluation. *Health & Social Care in the*

Community 19, no. 2: 198–206. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/j.1365-2524.2010.00967.x>

⁹ Newall, N.E., & Menec, V.H. (2015). Targeting socially isolated older adults: A process evaluation of the Senior Centre Without Walls Social and Educational Program. *Journal of Applied Gerontology* 34, no. 8: 958–76. Retrieved from <https://doi.org/10.1177/0733464813510063>