La solitude, un facteur d'aggravation de la maladie de Parkinson

La solitude au 3ème âge représente un problème social important dans une société qui privilégie la performance à tout âge, dans un contexte où d'aucuns en Occident vont jusqu'à parler de gérontophobie, au contraire de l'adage africain qui veut qu' « *un vieux qui meurt, c'est une bibliothèque qui brûle* ». Certaines personnes âgées se trouvent ainsi dans une situation que l'on peut qualifier de « *mort sociale* ».
Selon les statistiques de Statbel, qui interroge quelque 5 000 Belges âgés de 16 à 74 ans, dans le cadre du suivi trimestriel du bien-être personnel et les conditions de vie, 6,7% ont déclaré (fin 2024) se sentir seuls tout le temps ou la plupart du temps.
Ce sentiment de solitude est sans nul doute plus fréquent chez les personnes âgées souffrant de la maladie de Parkinson, particulièrement ceux et celles qui n'ont pas un conjoint aidant à leur côté. La solitude constitue de plus chez les parkinsoniens un facteur aggravant de leur maladie, comme le montre une nouvelle étude du Centre médical de la Rush University à Chicago, publiée dans la revue *npj Parkinson's Disease*, basée sur les réponses d'un peu plus de 3 000 individus (dont 75% de femmes) vivant chez eux à des questions concernant la solitude, l'isolement et la dépression. Les chercheurs, qui disposaient de plus de données post-mortem pour 846 patients, ont alors reposé chaque année ces mêmes questions pour évaluer l'évolution de ces sentiments, notamment par rapport à la gravité du parkinsonisme.
Les résultats de l'étude montrent que ce sentiment de solitude est plus accentué chez les patients souffrant d'une forme sévère du Parkinson et de déclin plus grave de la motricité, mais le degré de Le parkinsonisme ne prédisait pas le taux de changement du sentiment de solitude. Les chercheurs concluent de tout ceci qu'il existe des relations bidirectionnelles entre la solitude et le parkinsonisme, la solitude étant le prédicteur longitudinal le plus puissant.
C'est dire à quel point il faut éviter de s'isoler et que nous sommes des êtres de relation. Comme le dit M. Alain Mallart, président d'Action Parkinson ASBL, dans la vidéo : « *Ce n'est pas grave d'avoir Parkinson, c'est grave d'être seul* !»
C'est dans ce contexte qu'on soulignera l'importance du rôle de l'Association Action Parkinson, qui donne l'opportunité d'avoir des contacts, de bouger ensemble, d'aller boire un café à plusieurs, d'aller manger un bout…

Maurice Einhorn

Médecin retraité et journaliste