

RÉSUMÉ DE PRATIQUE

Approche intégrée de proximité pour les personnes âgées

-Un produit de courtage de connaissances-



CONSORTIUM INTERRÉGIONAL
SAVOIRS • SANTÉ • SERVICES SOCIAUX

REPÉRER TÔT LES FRAGILITÉS LIÉES AU VIEILLISSEMENT GRÂCE AU QUESTIONNAIRE PROACTIF – SEPTEMBRE 2026

Synthèse de la pratique captée

Le présent résumé de pratique s'inscrit dans le cadre de la mise en œuvre de l'Approche intégrée de proximité pour les personnes âgées (AIPPA), plus précisément de son volet « repérage ». La présentation est structurée de manière à décrire brièvement l'initiative, à présenter l'outil utilisé, le public cible, les personnes impliquées dans le repérage ainsi que la trajectoire de services dans laquelle l'initiative s'inscrit.

Faits saillants :

Le questionnaire PROACTIF permet de repérer des fragilités liées au vieillissement. La personne âgée peut le remplir seule, ou avec l'aide d'un proche, d'un bénévole ou d'un intervenant. Il aborde neuf domaines de l'autonomie fonctionnelle et sensibilise les personnes âgées aux risques de perte d'autonomie. Dans une perspective d'autodétermination, il offre une rétroaction qui oriente les personnes vers les ressources pour renforcer leurs facteurs de protection.

MISE EN CONTEXTE ET DESCRIPTION DE L'INITIATIVE

- Selon les écrits scientifiques, repérer tôt la fragilité chez les personnes âgées aide à mieux cerner leurs besoins et à offrir des interventions adaptées, qui peuvent prévenir la perte d'autonomie. Le défi demeure toutefois de repérer rapidement ces fragilités, souvent discrètes et progressives, ainsi que les facteurs de risque associés. Or, dans les services de santé, ce repérage est souvent relégué au second plan au profit des problèmes aigus.
- Dans ce contexte, développer un outil simple et utilisable dans différents milieux par une diversité d'acteurs représente un enjeu important.
- Dans cette perspective, l'équipe de recherche d'Anik Giguère, professeure au Département de médecine familiale et de médecine d'urgence de l'Université Laval, a conçu le questionnaire PROACTIF, qui permet de repérer les premiers signes de fragilité.

L'OUTIL DE RÉPÉRAGE ET SON PUBLIC CIBLE

- PROACTIF, est un questionnaire **d'autoévaluation** conçu afin de soutenir **les personnes de 65 ans et plus**, à l'exception de celles dont les capacités sont très limitées en raison d'une perte d'autonomie importante ou qui sont en fin de vie. Il permet de repérer précocement les risques de déclin fonctionnel dans 9 domaines de la santé (nutrition, mobilité et vigueur, dépression, cognition, communication, polymédication, isolement social et solitude, état de santé général, sommeil). Chacun des domaines peut être évalué indépendamment.
- Il se distingue parce qu'il a été conçu pour identifier les premiers signes de fragilité avant même que la perte d'autonomie soit importante.
- L'outil vise ainsi à :
 - Favoriser le repérage précoce de la fragilité;
 - Accroître la compréhension que les personnes âgées ont de leur état de santé et des éléments de fragilités (volets éducatifs et de sensibilisation);
 - Renforcer l'autonomie décisionnelle;
 - Soutenir la mise en place d'interventions préventives;
 - Préserver l'autonomie et la qualité de vie.

LES PERSONNES IMPLIQUÉES DANS LE REPÉRAGE

- Il s'agit d'un outil d'autoévaluation qui peut être rempli par la personne âgée elle-même, sans assistance, au moment et à l'endroit de son choix. Conçu dans un langage simple et accessible, il vise à faciliter son utilisation par tout le monde qui sont près des personnes âgées.

- Son caractère convivial permet également son utilisation par des personnes qui ne sont pas des professionnels de la santé, notamment des proches, des membres de la famille ou encore des intervenants issus de la communauté qui côtoient régulièrement des personnes âgées. Ainsi ses personnes pourraient accompagner pour faciliter la complétion.

LA TRAJECTOIRE DANS LAQUELLE L'INITIATIVE S'INSCRIT

Plusieurs scénarios d'implantation sont considérés. En voici quelques exemples :

- La personne âgée remplit le questionnaire dans la salle d'attente de son médecin ou de son infirmière. Les résultats sont ensuite repris par le professionnel de la santé lors du rendez-vous afin d'orienter l'échange et d'identifier les besoins prioritaires.
- Les personnes âgées vivant en résidence privée pour âgés (RPA), ainsi que leurs proches, utilisent le questionnaire pour soutenir l'identification de leurs besoins. Les résultats peuvent alors être pris en compte dans la planification et l'adaptation de l'offre de services, notamment au niveau occupationnel.
- Le questionnaire peut également servir d'outil de suivi périodique afin de détecter l'apparition de nouveaux facteurs de risque ou l'évolution de certaines dimensions de la santé et du bien-être.

EFFETS OBSERVÉS

Les résultats rapportés suggèrent également un potentiel éducatif intéressant de l'outil, qui pourrait contribuer à :

- Renforcer les connaissances des personnes âgées à l'égard des risques pour leur santé et de leur bien-être;
- Favoriser une meilleure reconnaissance des situations de fragilité vécues;
- Susciter une intention de modifier certains comportements afin d'améliorer ou de préserver leur état de santé.

POUR EN SAVOIR PLUS

PERSONNE-RESSOURCE

Anik Giguère
Professeure au département de médecine de famille et de médecine d'urgence de l'Université Laval et chercheuse au Centre de recherche en santé durable – VITAM ainsi qu'au Centre d'Excellence sur le Vieillissement de Québec (CEVQ).
anik.giguere@fmed.ulaval.ca

AUTRES RENSEIGNEMENTS

Mémoire de maîtrise en sciences cliniques et biomédicales à l'Université Laval de Justine Pagé *Validation du questionnaire Proactif : un outil d'auto-repérage pour permettre aux personnes âgées d'évaluer elles-mêmes leurs risques de déclin fonctionnel*

- <https://corpus.ulaval.ca/entities/publication/32033751-9b58-4a81-a367-e23ca240acb1>
- Programme d'éducation Vieillir en santé
- <https://www.vieillirensante.ulaval.ca>

VALIDATION DE LA SYNTHÈSE DE PRATIQUE

Anik Giguère	Professeure au département de médecine de famille et de médecine d'urgence de l'Université Laval et chercheuse au Centre de recherche en santé durable – VITAM ainsi qu'au Centre d'Excellence sur le Vieillissement de Québec (CEVQ).	1 ^{er} octobre 2026
--------------	--	------------------------------

Ce produit de courtage de connaissances a été réalisé grâce à la contribution de la Fondation Mirella et Lino Saputo



ANNEXE :

- Annexe 1 : Questionnaire d'autoévaluation Proactif : <https://www.vieillirensante.ulaval.ca/auto-evaluation/>