

## **Sommet international sur la longévité : l’IHU HealthAge et 55 experts appellent à faire de la France un leader en Europe sur la longévité en bonne sante**

**À l’occasion du Sommet sur la Longévité, organisé à l’Académie nationale de médecine, sous le haut patronage du Président de la République, l’IHU HealthAge de Toulouse dévoile aujourd’hui un rapport consacré à la longévité en bonne santé.**

**Fruit des contributions de 55 experts nationaux et internationaux, académiques, médicaux, institutionnels et industriels, ce rapport propose une feuille de route concrète pour transformer les avancées scientifiques sur le vieillissement en politiques publiques et en actions de prévention à grande échelle.**

**Près d’un tiers de notre vie se déroulera après 60 ans. Face à cette transition démographique majeure, le rapport souligne l’urgence d’agir précocement pour préserver la capacité fonctionnelle des individus et prévenir les maladies liées à l’âge.**

### **Une révolution scientifique déjà en cours**

Les avancées récentes en gérosceince -discipline qui étudie les mécanismes biologiques du vieillissement afin de prévenir les pathologies associées- ouvrent la voie à une médecine prédictive, préventive, personnalisée et participative.

Comme le rappelle une étude publiée dans *Nature Aging* par le Pr John Beard (Columbia University), les personnes âgées de 70 ans aujourd’hui présentent une capacité intrinsèque comparable à celle des personnes de 60 ans il y a trente ans. Cette évolution démontre qu’il est possible de vieillir mieux et plus longtemps, grâce à des stratégies de prévention adaptées.

Le rapport met en évidence un point clé : le déclin fonctionnel débute souvent 10 à 20 ans avant l’apparition clinique des maladies chroniques. C’est durant cette période silencieuse que les interventions de prévention peuvent avoir le plus d’impact.

## **ICOPE : une solution concrète déjà déployée par l'IHU HealthAge en lien avec l'OMS**

Le rapport insiste sur le rôle prépondérant du programme ICOPE (Integrated Care for Older People) de l'OMS, développé et déployé en France par l'IHU HealthAge de Toulouse.

Grâce à l'application numérique ICOPE Monitor, plus de 130 000 personnes bénéficient déjà d'un suivi régulier de leur capacité intrinsèque, à travers six dimensions essentielles : mobilité, mémoire, vision, audition, vitalité et santé psychique.

Cette approche permet d'identifier précocement la perte de capacité intrinsèque et de mettre en place des actions personnalisées pour préserver l'autonomie et la qualité de vie.

### **Cinq priorités pour faire de la longévité en bonne santé une réalité**

Les experts réunis dans le cadre du rapport convergent autour de cinq priorités majeures :

- inscrire la prévention tout au long de la vie, avec un bilan de longévité systématique à partir de 50 ans ;
- accélérer le déploiement national du programme ICOPE au-delà du système de santé ;
- intégrer la gérosceince et la prévention du vieillissement dans la formation des professionnels de santé ;
- renforcer les investissements dans la recherche sur les biomarqueurs et les essais cliniques en gérosceince ;
- lutter contre l'âgisme et garantir un accès équitable à la prévention.

**« La longévité en bonne santé n'est plus un privilège. C'est un objectif collectif fondé sur la science et désormais accessible à travers des actions concrètes de prévention. »**



Pr Bruno Vellas, président Fondateur de l'IHU HealthAge

### **Synthèse des recommandations en fin de document** **Rapport complet joint à cet envoi.**

#### ***A propos de l'IHU HealthAge***

*Le consortium toulousain HealthAge, labellisé Institut Hospitalo-Universitaire en 2023 est le seul IHU en France exclusivement dédié à la longévité en bonne santé.*

*Face aux enjeux majeurs que représente le vieillissement de la population, HealthAge déploie un continuum de recherche translationnelle. Il s'agit d'améliorer la compréhension des phénomènes du vieillissement et des pathologies associées, d'imaginer des solutions pour une meilleure prise en charge à grande échelle et un accompagnement vers le bien-vieillir.*

*Porté par le CHU de Toulouse, l'Inserm et l'Université de Toulouse, HealthAge capitalise sur plus de 20 ans d'expérience et d'excellence au sein du Gérontopôle du CHU de Toulouse et s'appuie sur un réseau de partenaires et de compétences locales et internationales.*

# SYNTHESE DES RECOMMANDATIONS

AXE 1 — Prévention tout au long du parcours de vie		
<b>Action 1</b>	<b>Créer un enseignement « Vivre et vieillir en bonne santé » dans les programmes scolaires</b>	Introduire dans les programmes de l'Éducation nationale, dès le primaire jusqu'au lycée, un module structuré sur les comportements favorables à une longévité en bonne santé: activité physique, nutrition, sommeil, lien social, prévention des addictions.
<b>Action 2</b>	<b>Instituer un « temps prévention » dans le monde professionnel</b>	Encourager les employeurs à proposer un temps dédié annuel à la prévention santé (bilan, accompagnement, ateliers), via des incitations fiscales ou réglementaires. Intégrer un volet « longévité en santé » dans les conventions collectives.
<b>Action 3</b>	<b>Proposer un bilan de longévité en bonne santé à partir de 50 ans</b>	Rendre accessible à toute personne de 50 ans et plus un bilan de longévité intégrant l'évaluation de la capacité intrinsèque (programme ICOPE), le dépistage des pathologies liées à l'âge et une couverture vaccinale optimale.
AXE 2 — Déploiement massif du programme ICOPE		
<b>Action 4</b>	<b>Mobiliser tous les points de contact avec la population</b>	Déployer ICOPE au-delà du système de santé: caisses de retraite (750 000 nouveaux retraités/an), officines, La Poste, services d'aide à domicile, résidences seniors, EHPAD, mutuelles, entreprises.
<b>Action 5</b>	<b>Systématiser ICOPE dans tous les établissements de santé</b>	Rendre obligatoire l'évaluation ICOPE pour toute personne de 60 ans et plus admise dans un établissement de santé ou médico-social, et intégrer les indicateurs de capacité intrinsèque dans les critères de qualité.
<b>Action 6</b>	<b>Accélérer le déploiement numérique via ICOPE Monitor</b>	Soutenir le développement et la diffusion nationale de l'outil ICOPE Monitor, avec l'appui de l'intelligence artificielle pour la stratification du risque et la personnalisation des plans de prévention.
AXE 3 — Adapter la formation des professionnels de santé		
<b>Action 7</b>	<b>Intégrer la gérosceience et la prévention dans les cursus médicaux et paramédicaux</b>	Réviser les maquettes de formation initiale pour y intégrer un socle commun sur le vieillissement en bonne santé, la capacité intrinsèque et la gérosceience. Créer des stages encadrés de médecine préventive pour les étudiants en santé.
<b>Action 8</b>	<b>Développer une formation continue sur la longévité en bonne santé</b>	Mettre en place des programmes de formation continue accessibles sous format numérique pour toucher l'ensemble des professionnels en exercice, y compris dans les territoires sous-dotés.
<b>Action 9</b>	<b>Introduire des indicateurs qualité incitatifs liés à la promotion de la longévité en bonne santé</b>	Conditionner une partie des financements des établissements de santé à la mise en œuvre effective d'actions de prévention (évaluation ICOPE, couverture vaccinale, lutte contre la iatrogénie).
AXE 4 — Investir dans la recherche en gérosceience		
<b>Action 10</b>	<b>Lancer un programme national prioritaire de recherche en gérosceience</b>	Inscrire la gérosceience comme priorité stratégique avec un financement dédié sur dix ans. Créer un consortium national réunissant académiques, cliniciens, industriels et régulateurs pour valider et soumettre aux autorités (EMA, HAS) un premier panel de biomarqueurs du vieillissement.
<b>Action 11</b>	<b>Adapter les cadres réglementaires d'évaluation à la spécificité de la gérosceience</b>	Engager avec la HAS et l'EMA une réflexion sur l'adaptation des méthodologies d'évaluation aux interventions de gérosceience, et développer des critères de jugement intermédiaires validés (capacité intrinsèque, biomarqueurs, âge biologique).
<b>Action 12</b>	<b>Développer les cliniques universitaires de la longévité</b>	Soutenir la création, dans chaque grande région universitaire, d'une clinique universitaire de la longévité en santé, sur le modèle initié par l'IHU HealthAge à Toulouse, combinant offre de soins préventifs et recherche en vie réelle.
AXE 5 — Changer l'image culturelle du vieillissement		
<b>Action 13</b>	<b>Lancer une grande campagne nationale contre l'âgisme</b>	Initier, sous le pilotage du Ministère de la Santé, une campagne nationale durable de lutte contre les stéréotypes liés à l'âge, promouvant une vision positive, réaliste et diversifiée du vieillissement.
<b>Action 14</b>	<b>Renforcer la lutte contre les inégalités territoriales et sociales — COP territoriales</b>	Définir des objectifs de réduction des écarts d'espérance de vie en bonne santé et créer des COP territoriales du vieillissement en bonne santé, rassemblant élus, collectivités, entreprises, associations, professionnels de santé et citoyens.
<b>Action 15</b>	<b>Mobiliser les nouveaux vecteurs de communication pour démocratiser la prévention</b>	Mobiliser influenceurs, réseaux sociaux, médias grand public et formats innovants (podcasts, vidéos, jeux éducatifs) pour que la culture de la prévention et de la longévité en bonne santé devienne une norme sociale partagée.