

À l'aise avec le numérique

La recherche d'informations de santé en ligne progresse chez les seniors: selon la dernière étude ReDiH, près de quatre personnes sur cinq âgées de 60 ans et plus utilisent Internet à cette fin. En revanche, les échanges numériques entre pairs restent marginaux.

Texte: Yves Bachofner

Le vieillissement de la population et la numérisation transforment notre quotidien en profondeur. Dans le domaine de la promotion de la santé, ces évolutions ouvrent de nouvelles possibilités, mais comportent aussi des risques. En Suisse, près de 90 % des plus de 65 ans utilisent désormais Internet. Mais disposer d'un accès ne signifie pas forcément savoir s'en servir à des fins de prévention en matière de santé. Le projet «Regional Health Promotion in an Age-Friendly Digital World» (ReDiH) de la Haute école de travail social de la FHNW s'est penché sur les pratiques des personnes âgées en matière d'offres numériques de santé en Suisse. L'étude examine à la fois la recherche d'informations en ligne et les échanges entre pairs, ainsi que les conditions qui facilitent ou compliquent ces pratiques. Plus de 1300 personnes âgées de 60 ans et plus ont été interrogées sur l'ensemble du territoire.

La numérisation des informations sur la santé

Environ 77 % des personnes installées en Suisse recherchent déjà des informations sur la santé sur le Web. Cet usage est plus répandu chez celles qui disposent de bonnes



Les seniors ont aussi besoin de compétences numériques.

Photo: Shutterstock

compétences numériques et qui font confiance aux sources d'information en ligne; le niveau de compétence général en matière de santé n'a en revanche guère d'influence. Environ 14 % d'entre elles échangent aussi en ligne avec leurs pairs sur des questions de santé. Il s'agit principalement de personnes peu diplômées ou en quête de soutien. Là encore, la compétence numérique joue un rôle déterminant.

L'inclusion numérique au-delà de la retraite

Les outils numériques peuvent favoriser l'autonomie des personnes âgées et leur participation à la société. Mais pour que ces opportunités profitent à toutes et tous, il est nécessaire de renforcer les compétences numériques de façon ciblée et de disposer de sites Web consacrés à la santé adaptés aux seniors, transparents, clairs et fiables.

Il est essentiel que les personnes âgées puissent trouver facilement des informations, en évaluer la fiabilité et les utiliser de manière appropriée. Car être compétent sur le plan numérique, c'est aussi rester bien informé en matière de santé. ■



Pour en savoir plus
Site du projet: redih.ch
(en allemand)



Yves Bachofner
Collaborateur scientifique à la Haute école de travail social, Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse FHNW.
[✉ yves.bachofner@fhnw.ch](mailto:yves.bachofner@fhnw.ch)