

## Qu'est-ce que la fragilité ?

La **fragilité** se caractérise par une diminution des réserves fonctionnelles liées à l'âge, rendant la vie quotidienne plus difficile et augmentant par conséquent les risques de problèmes de santé. Il s'agit d'un état intermédiaire entre la condition active et robuste d'une personne âgée et la situation de dépendance.

## Quels sont les risques potentiels ?

Les personnes fragiles sont sujettes à une vulnérabilité à différents facteurs déstabilisants avec des conséquences importantes sur leur santé, telles que des chutes et un risque plus élevé de maladies aiguës et pouvant aller jusqu'à un handicap fonctionnel, une perte d'autonomie et le placement en institution.

## Que faire pour y remédier ?

La fragilité est un processus dynamique pouvant être **évitable, retardé et parfois réversible** lorsque des interventions préventives ciblées sont appliquées. Une détection et un traitement précoces de la fragilité **augmentent** les chances de rester **actif** et **indépendant** plus longtemps.

### Contact:

#### Chypre

Marina Polycarpu  
[agecare@cytanet.com.cy](mailto:agecare@cytanet.com.cy)

#### France

Prof. Athanase Bénétos  
[secretariat.geriatric@chu-nancy.fr](mailto:secretariat.geriatric@chu-nancy.fr)  
Tél : (0033) 03.83.15.33.22


#### Grèce

Prof. Vasilis Megalooikonomou  
[vasilis@ceid.upatras.gr](mailto:vasilis@ceid.upatras.gr)



## Retarder la progression de la fragilité grâce aux nouvelles technologies

Intéressé? Suivez-nous sur:

 **Twitter:** @EUFrailSafe

 **Facebook:** /frailsafe

 [www.frailsafe-project.eu](http://www.frailsafe-project.eu)



Ce projet a reçu un financement de l'Union européenne dans le cadre du programme Horizon 2020 de recherche et d'innovation en vertu de l'accord de subvention n° 690140 - Durée du projet : janvier 2016 – décembre 2018

## Qu'est-ce que le projet FrailSafe ?

**FrailSafe** est un projet financé par l'Union européenne et composé d'experts en médecine et en technologies sociales et de l'information. Le but du projet est de mieux comprendre, de retarder et de prévenir les impacts de la fragilité chez les personnes âgées.

L'**utilisation de nouvelles technologies** devrait permettre de rassembler les données nécessaires à la détection précoce de la fragilité, et mettre sur pied des mesures préventives.

Exemples de technologies innovantes :

- Une **veste** intelligente pour recueillir des données cardio-respiratoires et de mouvements ;
- **Jeux virtuels et de réalité augmentée** conçus pour la stimulation cognitive et l'activation physique ;
- **Dynamomètre** pour mesurer et entraîner la force musculaire ;
- **Téléphone portable** avec GPS et podomètre pour mesurer l'activité physique ;
- **Dispositif PWA** pour mesurer la rigidité artérielle ;
- **Balises** pour détecter la mobilité et les comportements intérieurs ;
- **UMI (petits boîtiers électroniques)** pour l'analyse des mouvements inertes.



## Comment l'étude se passe-t-elle concrètement?

**Combattre la fragilité vous intéresse? Prenez part à cette étude novatrice!**

En prenant part à l'étude, vous bénéficierez d'une première évaluation de fragilité, et un échantillon de sang vous sera prélevé afin de mesurer la longueur de vos télomères, qui reflète votre âge biologique.

Ensuite, un membre du personnel vous informera sur l'utilisation des appareils technologiques que vous pourrez garder et utiliser pendant quelques jours chez vous.

L'évaluation clinique et l'utilisation de ces appareils seront répétées plusieurs fois, en fonction de votre groupe d'étude.

Tout au long de l'étude, les appareils évolueront et s'amélioreront grâce à vos questions, réactions et commentaires. Le rôle actif des volontaires est donc **crucial**. Avec votre aide, nous pourrions élaborer des outils pour lutter contre la fragilité plus efficacement!

## Quels sont les avantages pour les volontaires de FrailSafe?

En prenant part à l'étude, vous bénéficierez de:

- ✓ 2- 4 **évaluations cliniques complètes** visant à établir un profil de votre état de santé totalement personnalisé (par exemple : conditions médicales, évaluation de la démarche, de l'équilibre et de la mobilité, tests d'humeur et de mémoire, évaluation nutritionnelle, estimation du risque de fragilité)
- ✓ **Un plan d'intervention sur mesure** avec des recommandations individualisées
- ✓ **Un suivi régulier** par rendez-vous médicaux et appels téléphoniques
- ✓ **Informations** en cas de signes précoces de fragilité
- ✓ Contrôle et évaluation des nouveaux **produits médicaux et technologiques**
- ✓ **Contribution** à la recherche sur la prévention de la fragilité
- ✓ **Possibilité d'informer votre médecin traitant sur votre état de fragilité**

## Ma participation présente-t-elle un risque ou un inconvénient?

Il n'y a pas de risques connus. De plus, cette étude ne contient aucun test de dépistage. Votre participation est gratuite et vous pouvez vous retirer de l'étude quand vous le souhaitez sans justification.

On veillera particulièrement à ce que votre participation à l'étude s'adapte à vos besoins personnels et à votre vie quotidienne.