



ASSEMBLÉE NATIONALE

12ème législature

santé

Question écrite n° 118217

Texte de la question

M. Jean-Marc Roubaud appelle l'attention de M. le ministre délégué à la sécurité sociale, aux personnes âgées, aux personnes handicapées et à la famille sur les effets bénéfiques des exercices mentaux sur les personnes âgées. Selon une étude, les exercices mentaux auraient un effet bénéfique à long terme sur l'activité des personnes âgées et ce même s'ils sont entamés tard dans la vie. Une expérience conduite entre 1998 et 2004 a fait participer près de 3000 personnes âgées entre soixante-cinq ans et quatre-vingt-quinze ans. Les volontaires étaient divisés en plusieurs groupes à qui il a été demandé de résoudre des problèmes, de mémoriser des listes de mots ou d'identifier rapidement des informations sur un écran d'ordinateur. Un quatrième groupe dit « de contrôle » n'a pas reçu d'entraînement mental. Les personnes qui ont mené ces exercices ont ensuite indiqué, que même cinq ans après l'expérience, ils en ressentaient encore les bénéfices ayant moins de difficultés à mener des tâches quotidiennes, allant de la mémorisation d'un numéro de téléphone à un facile calcul mental. En conséquence, il demande si dans le cadre des actions pour les personnes âgées il envisage de prendre des mesures afin de communiquer ces effets bénéfiques d'exercices mentaux.

Données clés

Auteur : [M. Jean-Marc Roubaud](#)

Circonscription : Gard (3^e circonscription) - Union pour un Mouvement Populaire

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 118217

Rubrique : Personnes âgées

Ministère interrogé : sécurité sociale, personnes âgées, personnes handicapées et famille

Ministère attributaire : santé, jeunesse et sports

Date(s) clé(s)

Question publiée le : 13 février 2007, page 1508