

## Vie amoureuse et sexuelle des personnes âgées, un tabou qui persiste

**Enquête** Les amours et la sexualité des personnes âgées font partie des derniers tabous. La société et les institutions portent encore un regard empreint de jugement et d'incompréhension sur leurs désirs. Pourtant, un senior sur deux a des relations intimes et 91 % d'entre eux en sont satisfaits.

Esther Serrajordia, le 22/04/2024 à 15:02

réservé aux abonnés

Lecture en 8 min



Nés à sept jours d'intervalle, Michelle et Roger fêteront leurs 78 ans et leurs trois ans de vie en couple en novembre prochain. « Nous nous sommes connus à l'âge de 18 ans. À l'époque, nous ne pouvions continuer notre relation car nos familles ne s'entendaient pas. Il a fait sa vie, j'ai fait la mienne, et puis on s'est retrouvés par hasard presque soixante ans plus tard », raconte Michelle. Depuis, la septuagénaire vit « une vie de rêve » : *Jamais je n'aurais pu espérer une histoire comme celle-là. Les papillons dans le ventre, c'est merveilleux. On se dit tous les jours quelle chance on a de s'avoir, de discuter ensemble, de voyager...* »

**À lire aussi** Quand la musique adoucit la vie des nourrissons et des seniors

Comme Michelle et Roger, les seniors sont nombreux à déclarer avoir une vie amoureuse épanouie, loin des clichés sur ces « couples de grands-parents » qui resteraient ensemble sans se poser de questions. D'après un [rapport de l'association des petits frères des Pauvres](#) (1) publié en 2022, 94 % des plus de 60 ans affirment être amoureux de leur conjoint et 91 % des personnes en couple éprouvent du désir pour leur partenaire. Les trois éléments considérés comme essentiels pour un couple sont la complicité, le rire et les confidences, même si les relations intimes et les gestes de tendresse gardent leur importance. Ainsi, 70 % des 60-64 ans ont une vie sexuelle active. Ils sont 32 % dans la tranche des 80-84 ans et 8 % au-delà de 85 ans.

### L'amour et les sexualité, « des alliés formidables pour une meilleure qualité de vie »

« Il est important que le désir dure jusqu'à la fin : la pulsion de vie ne s'éteint pas avec le grand âge », commente Véronique Lefebvre des Noëttes, gériatopsychiatre au centre hospitalier Émile-Roux (Val-de-Marne), autrice et philosophe. « Les personnes qui ont toujours eu une sexualité plan-plan la garderont ; même chose pour une sexualité très active. » Chez les seniors, cette dimension est d'autant plus importante qu'elle participe à rester en forme. « L'amour et la sexualité sont des alliés formidables pour une meilleure qualité de vie », poursuit la spécialiste. *Pour la santé psychique, d'abord, mais aussi physique : cela prévient les cancers de la prostate, les cancers du sein, les maladies cardiovasculaires...* « Je me sens rajeunir, c'est impressionnant, confirme Michelle. Mes enfants sont d'ailleurs beaucoup plus détendus à mon sujet depuis que je ne suis plus seule, ça les sécurise. » Vivre à deux permet effectivement d'être autonome plus longtemps.

**À lire aussi** Grand âge : « À 100 ans, vieillir chez moi, au milieu de tous mes souvenirs »

Directrice depuis cinq ans de la maison de retraite spécialisée Jacques-Bonvoisin à Dieppe (Seine-Maritime), Marie-Odile Vincent en a été témoin. « Deux résidents arrivés à l'Ehpad séparément sont tombés amoureux. Ils ont organisé leur mariage dans notre établissement : c'était une cérémonie très chouette, la fête battait son plein. Et puis ils se sont rendu compte qu'à deux, ils se sentaient en capacité de vivre de façon complètement indépendante à domicile, et ont décidé de partir. Leurs enfants étaient ravis. »

La pression des enfants peut pourtant être un frein à la rencontre, comme l'affirment 35 % des personnes âgées qui sont parents. Car derrière toutes ces belles histoires, le tabou social persiste. « Avec Roger, nous n'avons pas de gestes affectueux l'un pour l'autre devant nos enfants, ou même en public, reconnaît Michelle. On garde les petits câlins et les bisous pour les moments où nous sommes tous les deux. On se dit qu'ils seraient gênés de nous voir nous comporter comme ça. »

### « Les parents sont sacralisés »

« Les parents sont sacralisés : pour beaucoup d'enfants, les imaginer avoir des relations sexuelles est impensable, d'autant plus lorsqu'ils deviennent vieux », analyse Véronique Lefebvre des Noëttes. Ainsi, « l'intervention des enfants est souvent négative, on essaye de leur expliquer et de remédier à cela », observe Anne-Marie Lezy, gériatre et cheffe de service honoraire à l'AP-HP.

Afin d'anticiper les réactions d'enfants de résidents, Marie-Odile Vincent prend des pincettes. « Une fois, j'ai appelé la fille d'une résidente pour la prévenir que sa maman avait commencé une relation, qu'elle allait bien et qu'elle en était très épanouie. Elle a été choquée et préfère ne pas voir sa mère en présence de son compagnon. Elle nous prévient toujours avant son arrivée pour éviter ce genre de situation. »

**À lire aussi** En Ehpad, la délicate gestion des relations intimes entre résidents

Comme l'Ehpad de Dieppe, de nombreux établissements accordent un soin particulier à la vie affective et sexuelle des résidents. Certains vont renseigner les habitudes de vie à deux, accompagner la personne si elle souhaite entrer avec son compagnon ou sa compagne, mettre une petite pancarte « ne pas déranger » sur les portes pour respecter au maximum l'intimité.

### Pour les soignants, un manque de formation

Mais la grande majorité des maisons de retraite laisse toutefois cet aspect de côté, interprétant toute manifestation sexuelle ou amoureuse comme un comportement déviant, indésirable, qu'il faut faire cesser. « *La surprise et la gêne sont des réactions caractéristiques des soignants : l'homme âgé qui exprime un désir est perçu comme un vieux dégueulasse, et la femme une folle, déplore la gériatopsychiatre Véronique Lefebvre des Noëttes. Il faut pourtant faire la distinction entre les troubles comportementaux avérés des conduites jugées taboues avec l'intolérance sociale qu'elles engendrent.* » La gériatre Anne-Marie Lezy confirme la persistance de ce tabou : « *Lorsque des personnes s'embrassent dans un couloir, j'entends souvent dire : "Ils ne peuvent pas faire ça ailleurs ? C'est dégoûtant" ! Même si ce moment est très tendre et joli.* »

À lire aussi Soulager la solitude, une attention à l'autre

Historiquement, les institutions ont pensé à la question de la sexualité « *sous la forme d'interdits, de dérives et de peur* », rappelle le professeur Grégoire Moutel, chef de service au CHU de Caen et directeur de l'Espace de réflexion éthique de Normandie, lors du colloque « Vie amoureuse, affective et sexuelle des personnes âgées » organisé par l'Afar (2).

« *Les personnels de santé sont formés à la question alimentaire, à faire des changes, à délivrer des médicaments, mais combien d'entre eux ont eu un cours pour accompagner un patient à avoir une sexualité libre et épanouissante ?*, poursuit-il. *Est-ce qu'avant de rentrer en établissement, les résidents sont interrogés sur leur désir et leur plaisir ? Non.* » Énoncée en 2021, la Charte éthique et accompagnement du grand âge rappelle pourtant l'importance de « *reconnaître le besoin, pour chaque personne, d'avoir une vie relationnelle, une vie sociale, une vie affective et intime* ».

### Une question de consentement

La réticence des Ehpad en la matière est sans doute liée au problème du consentement. « *C'est la première question à se poser lorsqu'il y a des relations sexuelles entre deux résidents*, précise Véronique Lefebvre des Noëttes. *Il faut aussi observer les signaux faibles : est-ce que la personne est calme, reposée, ou au contraire plus agitée, déprimée...* » Au sein de sa maison de retraite de Dieppe, Marie-Odile Vincent se montre très vigilante sur ce point. « *C'est la chose qu'on va immédiatement vérifier : si les deux personnes sont d'accord. À partir du moment où c'est validé, on cherche à les accompagner.* »

D'autres pays affichent une démarche beaucoup plus volontariste que la France. En Suisse, par exemple, l'assistance sexuelle s'exerce depuis plus de vingt ans dans les établissements d'accueil pour personnes âgées. Cette prestation ponctuelle est cadrée et rémunérée (en moyenne 150 € par heure).

À lire aussi « Vivre sans sexe, ça ne me dérangerait pas » : pourquoi les jeunes couples ne font plus l'amour

« *Nous avons réalisé à quel point la personne âgée et dépendante a besoin de se sentir exister, de ne pas se sentir trop seule sur le plan affectif, de toucher et de pouvoir toucher, d'exprimer ses sentiments, ses désirs intimes, des élans plus sensuels ou sexuels* », justifie Catherine Agthe, conceptrice et directrice de deux formations en assistance sexuelle installée en Suisse romande. En France, où la question s'est déjà posée pour les personnes handicapées, ce service officieux reste assimilé à de la prostitution.

### Peu d'études statistiques sur le sujet

**Les recherches d'ampleur réalisées sur cette thématique sont peu nombreuses.** En France, une étude de 2016 menée par Santé publique France et consacrée au genre et à la sexualité des personnes jusqu'à 75 ans indique seulement que 14,9 % de femmes âgées de 70 à 75 ans ne vivant pas en couple ont eu un rapport sexuel dans les douze derniers mois, contre 56,9 % des hommes.

À l'étranger, l'étude anglaise de la spécialiste en médecine sexuelle Stacy Tessler Lindau, réalisée en 2007 sur un échantillon de 3 000 personnes, révèle que 73 % des 57-64 ans, 53 % des 65-74 ans et 26 % des 75-85 ans déclarent avoir des activités sexuelles.

**En 2015, une étude d'ampleur réalisée auprès de 6 201 personnes par des chercheurs de l'université de Manchester** montrait que 54 % des hommes et 31 % des femmes de plus de 70 ans disaient être sexuellement actifs. Dans cette même tranche d'âge, 31 % des hommes et 20 % des femmes disaient échanger régulièrement des baisers et des caresses.

(1) Étude CSA Research réalisée pour le compte des petits frères des Pauvres auprès de 1 500 seniors de plus de 60 ans.

(2) Institut de formation continue au service des professionnels de santé.