

Stress et vieillissement : l'ambivalence d'un rapport incompatible pourtant inévitable face à la mort programmée et au sentiment d'abandon

Dr Barthélemy TANO

5 avril 2024

Trouble psychosomatique, le stress est un facteur dynamisant le vieillissement des cellules chez l'animal, la catégorie des êtres humains nous intéressant dans cette analyse.

Dans l'analyse, en effet, on relève à partir des symptômes du stress les éléments caractérisant le profil somatique du « vieux » dans un discours qui se veut explicatif ou constructif.

Au quotidien, on observe que certaines situations plongent tout individu, tantôt dans une joie qu'il décrirait comme un bonheur, transitoire ou permanent, tantôt dans une anxiété telle qu'il court le risque d'un trouble beaucoup plus ancré ou agissant sur le soma. Cette dernière situation survient à l'individu qui fait face à un obstacle quasi insurmontable ou à un manque partiel ou total de solutions devant un problème qui se pose à lui.

Face à la mort, par exemple, l'idée de cessation définitive de la vie semble être un processus programmé, à travers le stress, agissant sur l'activité normale des organes comme le cœur, l'estomac, les glandes à différent niveau organique, limitant la quantité de glucose nécessaire au bon fonctionnement du métabolisme. On fait face, indubitablement, à la virulence de la nature dans la programmation dégénérescente des cellules, voire des muscles du « sujet » vieillissant.

On ne parle pas là du bébé qui meurt - les cellules encore fraîches -, mais de cette programmation qui détermine les étapes de développement de l'enfant à l'âge adulte jusqu'au vieillissement, la dernière étape, celle qui est caractérisée par une apparence singulière ou un profil somatique atypique, quasi dissocié, si on ne le traite d'asocial, d'une part, dans certains milieux, en Occident ; d'autre part, socialement expérimenté, dans d'autres milieux comme en Afrique.

Cependant, dissocié ou expérimenté, l'être vieillissant face au sentiment d'abandon définitif de ses biens, de sa famille, de sa vie, tout court, fait le lit d'une réaction en chaîne, à la fois, psychologique et physique, allant des troubles du sommeil aux troubles digestifs en passant par les troubles alimentaires. Une situation qui conduit à une baisse progressive des mécanismes de défense métaboliques ou du système immunitaire. Ce qui l'expose à la contraction rapide de bactéries et virus nocifs. Le cas du coronavirus ou COVID 19, par exemple.

Au fond, le sentiment d'impuissance, de l'adulte d'un certain âge, socialement comblé ou non, ouvre sur une crise régulière de mise en cause de l'existence cohabitant, en parallèle, avec une autre crise que j'appelle le syndrome du « non-retour. »

Le sentiment d'impuissance, donc, est la vache nourricière du stress, n'épargnant aucune catégorie d'âge, l'enfant, doué de conscience¹, faisant face à une maladie incurable ou difficile, étant aussi susceptible d'avoir la même réaction psychosomatique que l'adulte dans les mêmes conditions.

¹ Sept à dix-sept ans.