



Quand faut-il abandonner le volant ?

La conduite automobile requiert des compétences bien plus fines et plus étendues qu'on pourrait le penser de prime abord. Le nombre des réflexes, des automatismes, des réactions, des décisions qu'elle met en jeu est tout bonnement ahurissant. C'est notre **attention** qu'elle sollicite d'abord, mais une attention démultipliée, capable de détecter les activités périphériques – un enfant qui s'apprête à traverser la route, un chien ou un chat surgissant d'une haie, une voiture derrière nous qui nous serre de trop près –, d'estimer les distances et d'y adapter notre vitesse ; bref, en un mot, une attention multi-tâche de tous les instants. La conduite nous impose sans cesse des **jugements** et des **décisions** : les manœuvres à planifier, les réactions à anticiper, les imprévus auxquels il faut s'attendre. Elle exige une bonne **capacité visuo-spatiale** : l'acuité du regard qui distingue de loin les panneaux de circulation, les obstacles qui peuvent surgir ; le sens de l'orientation qui permet de ne pas s'égarer dans des voies de présélection complexes, des giratoires labyrinthiques, des parkings délicats... Enfin, la conduite nécessite une bonne **mémoire mentale et motrice** : le bon conducteur mémorise le réseau des rues, les voies à sens unique, ou interdites, les stops, les feux, les signalisations ; sa mémoire motrice a enregistré tous les gestes de la conduite : maniement du volant, changement de vitesse, marche arrière, etc. La coordination de l'attention et des gestes doit être parfaite. On le voit, conduire une automobile fait appel simultanément à un grand nombre de nos compétences cérébrales et physiques ; chaque fois que nous prenons le volant, nous nous lançons une sorte de défi !

L'avancée en âge va progressivement entraîner une réduction de certaines de nos capacités mentales et physiques, et parmi celles-ci il y en aura qui sont déterminantes pour la conduite automobile. Viendra alors inéluctablement le moment où il sera nécessaire de se poser la question : « Quant faudra-t-il que j'abandonne le volant ? »

Afin d'y voir plus clair, tentons d'évoquer les diminutions de ces capacités en fonction de leurs effets sur l'aptitude à conduire.

*

1. Des problèmes de conduite. C'est souvent le conducteur lui-même qui reconnaît son appréhension avant de prendre le volant ; il admet qu'il est rassuré s'il a à côté de lui quelqu'un pour le « copiloter », il redoute les parkings, les marches arrière, les réactions des autres conducteurs... Il s'est retrouvé plusieurs fois dans des situations de conduite dangereuse, il a déjà eu quelques accrochages sur les parkings, sa voiture

s'est retrouvée avec des dommages inexplicables, des contraventions sont arrivées par la poste, qu'il ne sait pas expliquer. Ces observations du copilote, comme les aveux du conducteur lui-même, sont à prendre en considération.

2. Des difficultés dans la maîtrise de la vie quotidienne. Les proches constatent que leur parent a de la peine à marcher, qu'il lui arrive de perdre l'équilibre. Les activités de la vie quotidienne lui deviennent difficiles : il a renoncé à s'occuper des achats, à effectuer les paiements, à faire le ménage ou la cuisine ; il évite les transports en commun, a abandonné des activités de loisir ou des relations sociales. Ce sont les premiers signes d'un affaiblissement des capacités mentales et physiques, celles-là mêmes qui sont requises pour conduire.

3. Des problèmes de vision et d'audition. La personne constate une baisse de son acuité visuelle, une réduction du champ visuel, une diminution de la sensibilité aux contrastes de couleur ; elle ne veut plus conduire la nuit, est éblouie par les phares des autres voitures. Elle souffre de problèmes d'audition, n'entend plus les autres automobilistes, les klaxons. Toutes ces compétences sont essentielles pour la conduite automobile ; lorsqu'elles commencent à s'affaiblir, il est important d'y prêter attention.

4. Des maladies cardiovasculaires, neuromusculaires et autres. La personne souffre d'arythmie, d'hypotension, d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie ; elle connaît des étourdissements, des syncopes, des malaises. Elle constate qu'elle est moins rapide dans ses mouvements, que ceux-ci sont moins aisés ; elle souffre d'arthrose, surtout dans les cervicales. Ses capacités de réactions et ses réflexes perdent de leur vivacité ; capacités importantes au volant.

5. Des traitements médicamenteux. La consommation de médicaments est surtout redoutable pour les effets secondaires que ceux-ci provoquent : ralentissement des réactions, baisse de l'attention... Il faut également prendre en considération la surmédicalisation des personnes âgées, un des fléaux de notre époque (quand il y a plus de quatre médicaments différents par jour). Un certain nombre de médicaments sont particulièrement dommageables pour la conduite automobile : les psychotropes (calmants, somnifères, antidépresseurs), les antidouleurs (opiacés), les hypotenseurs (contre une tension basse), les médicaments contre l'arythmie cardiaque (bêtabloquants), les anti-diabétiques (insuline), les remèdes contre la grippe (néo-citran...), les traitements de la vue (collyre, pommade ophthalmique), les traitements des allergies, les stimulants (les coupe-faim).

6. Des comportements addictifs. Naturellement, toutes les dépendances à des substances toxiques – alcool, drogue, auto-médicalisation – sont en contradiction avec la conduite automobile.

7. Des maladies qui affectent les capacités mentales. Un certain nombre de maladies liées au fonctionnement du cerveau ont des effets catastrophiques sur l'aptitude à la conduite automobile : la maladie d'Alzheimer et les autres formes de démence, dès le stade modérément avancé, la dépression, la maladie de Parkinson, un état confusionnel...

On le voit, avec l'âge, nous devrions tous être attentifs à ces affections qui réduisent les compétences mentales et physiques indispensables à la conduite automobile. Il me semble que l'argument le plus péremptoire pour justifier notre décision de renoncer à la conduite, c'est que, chaque fois que nous nous mettons au volant de notre voiture, c'est non seulement nous-même que nous exposons au danger, mais aussi les autres automobilistes et les piétons ; sans parler de notre proche sur le siège passager.

Juin 2021

*Marianna Gawrysiak
Gérontopsychologue
avant-age.ch*