❓ QUIZ ICOPE

Pour les débutants (et ceux qui font semblant de ne pas l'être)

À destination des coordinateurs de parcours du DAC

Consigne : pas de triche sur internet.
(On sait que vous avez déjà l'onglet ICOPE ouvert ❓)

10 questions · Format QCM · Pas de point négatif · Mais quand même, honte sur vous si < 5/10 😅

❓ Qu'est-ce que ICOPE signifie exactement (sans Google, on vous voit) ?

A Outil de Coordination Pour l'Évaluation des personnes âgées

B Integrated Care for Older People – programme OMS de détection des déclins fonctionnels

C Initiative de Contrôle des Ordonnances Pour les Êtres vieillissants

D Intrépide Coordinatrice OPErant en milieu gériatrique

✓ Réponse – Question 1/10

❓ Qu'est-ce que ICOPE signifie exactement (sans Google, on vous voit) ?

A	Outil de Coordination Pour l'Évaluation des personnes âgées
✓	**Integrated Care for Older People – programme OMS de détection des déclins fonctionnels**
C	Initiative de Contrôle des Ordonnances Pour les Êtres vieillissants
D	Intrépide Coordinatrice OPErant en milieu gériatrique

💡 Le saviez-vous ?

ICOPE (Integrated Care for Older People) est un programme de l'OMS visant à dépister les déclins des capacités intrinsèques chez les personnes âgées, afin d'intervenir précocement et de maintenir l'autonomie. Et non, la réponse D n'était pas officielle… mais ça manque dans le référentiel !

🔢 Combien de domaines de capacités intrinsèques sont évalués dans la première étape du dépistage ICOPE ?

A 3 domaines – cognitif, moteur, nutritionnel

B 8 domaines – en ajoutant la dépression et la fragilité sociale

C 6 domaines – cognitif, mobilité, nutritionnel, vision, audition, thymie

D 9 domaines – ICOPE évalue absolument tout sauf le sens de l'humour

✓ Réponse – Question 2/10

🔢 Combien de domaines de capacités intrinsèques sont évalués dans la première étape du dépistage ICOPE ?

A 3 domaines – cognitif, moteur, nutritionnel

B 6 domaines – en ajoutant la dépression et la fragilité sociale

✓ **6 domaines – cognitif, mobilité, nutritionnel, vision, audition, thymie**

D 9 domaines – ICOPE évalue absolument tout sauf le sens de l'humour

Le saviez-vous ?

L'étape 1 du dépistage ICOPE couvre 6 capacités intrinsèques : cognitives, mobilités, nutritionnelles, visuelles, auditives, thymie incluses dans la version OMS.

🔢 Combien de facteurs clés ont été rajoutés à la première étape du dépistage ICOPE ?

A 3 facteurs : Soins sociaux et aides, aides aux aidant, incontinence urinaire

B 1 facteur : celui de la poste

C Aucun il y était déjà

D 2 facteurs : transport et climat

✓ Réponse – Question 2bis/10

🔢 Combien de facteurs clés ont été rajoutés à la première étape du dépistage ICOPE ?

✓ **3 facteurs : Soins sociaux et aides, aides aux aidants, incontinence urinaire**

B 1 facteur : celui de la poste

C Aucun il y était déjà

D 2 facteurs : transport et climat

Le saviez-vous ?

L'étape 1 du dépistage ICOPE évalue 3 facteurs clés pouvant avoir des répercussions sur les capacités intrinsèques cognitives, locomotrices, nutritionnelles, visuelles et auditives et thymie.

À quelle étape de l'ICOPE réalise-t-on une évaluation approfondie centrée sur la personne ?

A Étape 1 – le dépistage initial

B Étape 2 – l'évaluation approfondie en cas de déclin détecté

C Étape 3 – le suivi personnalisé et la réévaluation

D Étape 0 – avant même de rencontrer le patient, avec une boule de cristal

✓ Réponse – Question 3/10

À quelle étape de l'ICOPE réalise-t-on une évaluation approfondie centrée sur la personne ?

A Étape 1 – le dépistage initial

✓ **Étape 2 – l'évaluation approfondie en cas de déclin détecté**

C Étape 3 – le suivi personnalisé et la réévaluation

D Étape 0 – avant même de rencontrer le patient, avec une boule de cristal

Le saviez-vous ?

L'étape 2 d'ICOPE consiste en une évaluation approfondie réalisée lorsqu'un déclin est détecté à l'étape 1. Elle implique une évaluation multidimensionnelle centrée sur la personne, avec des objectifs de soins personnalisés. L'étape 0 à la boule de cristal reste malheureusement facultative.

Dans le dépistage ICOPE, le test de levers de chaise permet d'évaluer quelle capacité ?

A La capacité cognitive – marcher 4 mètres sans trébucher prouve qu'on se souvient de son chemin

B La capacité sociale – le test se réalise en duo pour favoriser le lien

C La capacité nutritionnelle – si la personne est trop fatiguée pour marcher, elle est dénutrie

D La capacité locomotrice –Simple, rapide et peu coûteux

✓ Réponse – Question 4/10

Dans le dépistage ICOPE, le test de levers de chaise permet d'évaluer quelle capacité ?

A	La capacité cognitive – marcher 4 mètres sans trébucher prouve qu'on se souvient de son chemin
B	La capacité sociale – le test se réalise en duo pour favoriser le lien
C	La capacité nutritionnelle – si la personne est trop fatiguée pour marcher, elle est dénutrie
✓	**La capacité locomotrice – Simple, rapide et peu coûteux**

Le saviez-vous ?

Le test de lever de chaise est un indicateur clé de la capacité locomotrice. Se lever d'une chaise 5 fois de suite, le plus vite possible, les bras croisés sur la poitrine. Normal si 5 levers de chaises réalisés en moins de 14 secondes (ou 16 secondes si plus de 80 ans) Pas de bonne réponse à la réponse D, désolé.

? Quel outil de dépistage cognitif est recommandé dans ICOPE Étape 1 ?

A Le MMSE – 30 questions, idéal pour occuper le patient 20 minutes

B Le MoCA – gold standard international des neuropsychologues

C Le rappel différé de 3 mots

D Demander au patient s'il sait encore qui est le Président – très discriminant

✓ Réponse – Question 5/10

Quel outil de dépistage cognitif est recommandé dans ICOPE Étape 1 ?

A Le MMSE – 30 questions, idéal pour occuper le patient 20 minutes

B Le MoCA – gold standard international des neuropsychologues

✓ **Le rappel différé de 3 mots**

D Demander au patient s'il sait encore qui est le Président – très discriminant

Le saviez-vous ?

L'étape 1 d'ICOPE utilise un test de mémoire simplifié (3 mots à mémoriser et restituer) combiné parfois au test de l'horloge. L'objectif est la rapidité du dépistage. Le MMSE et le MoCA sont trop longs pour un dépistage de premier niveau. Et la réponse D… dépend de la notoriété présidentielle du moment.

⍰ Qui est en charge de coordonner le plan de soins ICOPE dans le cadre du DAC ?

A Le médecin traitant, seul maître à bord, les autres n'ont qu'à suivre

B L'infirmière de coordination, en lien avec une équipe pluriprofessionnelle

C La famille, qui connaît mieux le patient que n'importe quel professionnel

D Un algorithme – c'est 2025, on automatise tout

✓ Réponse – Question 6/10

Qui est en charge de coordonner le plan de soins ICOPE dans le cadre du DAC ?

A	Le médecin traitant, seul maître à bord, les autres n'ont qu'à suivre
✓	**L'infirmière de coordination, en lien avec une équipe pluriprofessionnelle**
C	La famille, qui connaît mieux le patient que n'importe quel professionnel
D	Un algorithme – c'est 2025, on automatise tout

Le saviez-vous ?

Au DAC 92 Nord, l'infirmière de coordination ICOPE joue un rôle central dans la mise en œuvre et le suivi du plan de soins ICOPE. Elle assure la coordination entre les professionnels de santé, les services sociaux et la personne elle-même (et sa famille). Sans coordination, point de salut – même pour les algorithmes.

💪 Dans ICOPE, qu'est-ce que la « capacité intrinsèque » d'une personne ?

A L'ensemble des capacités physiques et mentales dont dispose l'individu

B Sa capacité à payer ses soins sans aide de la CAF

C Son aptitude à remplir les formulaires MDPH sans aide extérieure

D Sa résistance aux infections nosocomiales

✓ Réponse – Question 7/10

Dans ICOPE, qu'est-ce que la « capacité intrinsèque » d'une personne ?

✓ **L'ensemble des capacités physiques et mentales dont dispose l'individu**

B Sa capacité à payer ses soins sans aide de la CAF

C Son aptitude à remplir les formulaires MDPH sans aide extérieure

D Sa résistance aux infections nosocomiales

Le saviez-vous ?

Selon l'OMS, la capacité intrinsèque représente l'ensemble des capacités physiques et mentales d'un individu. C'est une notion centrale d'ICOPE : l'objectif est de préserver, voire de restaurer ces capacités pour maintenir le « vieillissement en bonne santé ». (La réponse MDPH était tentante, on vous comprend.)

❓ Parmi les signes suivants, lequel peut indiquer un risque de déclin nutritionnel dans ICOPE Étape 1 ?

A Une IMC > 30 – les personnes en surpoids ne peuvent pas être dénutries

B Une perte de poids involontaire ≥ 3 kg en 3 mois

C Un refus catégorique de manger des légumes verts

D Une dépendance au café institutionnel

✓ Réponse – Question 8/10

Parmi les signes suivants, lequel peut indiquer un risque de déclin nutritionnel dans ICOPE Étape 1 ?

A	Une IMC > 30 – les personnes en surpoids ne peuvent pas être dénutries
✓	**Une perte de poids involontaire ≥ 3 kg en 3 mois**
C	Un refus catégorique de manger des légumes verts
D	Une dépendance au café institutionnel

Le saviez-vous ?

Le dépistage nutritionnel ICOPE s'appuie notamment sur la recherche d'une perte de poids involontaire : ≥ 3 kg en 3 mois est un seuil d'alerte. Un IMC bas est aussi un signal. La dépendance au café, bien que répandue, reste hors périmètre ICOPE.

📅 À quelle fréquence le suivi ICOPE est-il recommandé pour les personnes sans déclin détecté ?

A Tous les 6 mois – la santé n'attend pas

B À la demande, quand le patient se rappelle qu'il est suivi

C Tous les 3 ans, comme le contrôle technique automobile

D Tous les 12 mois – une fois par an, c'est déjà bien

✓ Réponse – Question 9/10

📅 À quelle fréquence le suivi ICOPE est-il recommandé pour les personnes sans déclin détecté ?

A Tous les 6 mois – la santé n'attend pas

B À la demande, quand le patient se rappelle qu'il est suivi

C Tous les 3 ans, comme le contrôle technique automobile

✓ **Tous les 12 mois – une fois par an, c'est déjà bien**

Le saviez-vous ?

Pour les personnes sans déclin détecté, le suivi longitudinal ICOPE est recommandé à un rythme annuel (tous les 12 mois). En cas de déclin, le rythme s'intensifie (tous les 6 mois). L'analogie avec le contrôle technique était pourtant séduisante.

Laquelle de ces affirmations sur l'application ICOPE Monitor est vraie ?

A C'est un jeu mobile pour seniors qui permet de tester sa mémoire en gardant des animaux virtuels

B Elle permet de saisir les données de dépistage ICOPE et de suivre l'évolution des patients dans le temps

C Elle est exclusivement réservée aux gériatres hospitaliers titulaires d'un DU

D Elle envoie automatiquement les résultats à la CNAM pour optimiser la T2A

✓ Réponse – Question 10/10

Laquelle de ces affirmations sur l'application ICOPE Monitor est vraie ?

A	C'est un jeu mobile pour seniors qui permet de tester sa mémoire en gardant des animaux virtuels
✓	**Elle permet de saisir les données de dépistage ICOPE et de suivre l'évolution des patients dans le temps**
C	Elle est exclusivement réservée aux gériatres hospitaliers titulaires d'un DU
D	Elle envoie automatiquement les résultats à la CNAM pour optimiser la T2A

Le saviez-vous ?

ICOPE Monitor est une application numérique (développée avec l'OMS et le CHU de Toulouse) permettant aux professionnels de réaliser le dépistage ICOPE, de saisir les données et d'assurer le suivi longitudinal des patients. Elle facilite la coordination et la traçabilité. Aucun animal virtuel à nourrir, désolé.

🏆 Et maintenant… comptez vos points !

🏆 9–10 / 10 — Félicitations !
ICOPE n'a plus de secrets pour vous. Avez-vous pensé à mettre ça sur LinkedIn ?

🙂 6–8 / 10 — Pas mal du tout !
Quelques révisions s'imposent, mais vous êtes clairement sur la bonne voie.

😅 3–5 / 10 — Courage…
La prochaine formation ICOPE vous tend les bras. Bonne nouvelle : elle est gratuite !

😱 0–2 / 10 — C'est… courageux d'être venu.
On ne vous dira rien à votre hiérarchie. Promis. (Formation urgente recommandée.)

Merci d'avoir joué ! 🎉 | Pour aller plus loin → icope-formation.com