

Que nous apprend l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement concernant la santé et le bien-être de la population vieillissante au Canada?

Voici une sélection des principaux points saillants du *Rapport de l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV) sur la santé et le vieillissement au Canada : résultats de la collecte de données (2010-2015)*

à l'aide de données recueillies auprès de plus de 50 000 Canadiens âgés de 45 à 85 ans.



Santé

- Près de **90 %** des Canadiens âgés de 45 à 85 ans ont jugé que leur état de santé général était bon, très bon ou excellent.

- Les données de l'ÉLCV aident à comprendre les enjeux comme l'autoévaluation de la santé physique et psychologique, les maladies musculosquelettiques, les affections respiratoires, les maladies cardiovasculaires, le diabète, les troubles neurologiques, les troubles psychiatriques, les affections gastro-intestinales, la néphropathie, l'hyperthyroïdie, le cancer et la vision.



Soins donnés et reçus

- Parmi les participants à l'ÉLCV, **38 %** ont déclaré donner des soins à d'autres personnes, alors que 8 % d'entre eux ont déclaré bénéficier de soins; 6 % des participants ont dit donner des soins et en bénéficier.

- Les taux de soins donnés sont les plus élevés (49 %) chez les personnes âgées de 55 à 64 ans.



Solitude, isolement social et engagement social

- Dans l'ÉLCV, un plus grand nombre de femmes que d'hommes de tous âges ont déclaré se sentir seules au moins une partie du temps.

- Les personnes qui ont déclaré se sentir seules au moins une partie du temps affichent un niveau de satisfaction de vivre moins élevé que celles qui disent rarement ou ne jamais se sentir seules.

- Il existe une corrélation positive entre la solitude autodéclarée et les symptômes dépressifs.



Fonctions physiques, incapacité et chutes

- Près de **5 %** des Canadiens âgés de 45 à 85 ans déclarent avoir fait une chute au cours des 12 derniers mois. Les femmes ont plus souvent été victimes d'une chute que les hommes.

- Le pourcentage de Canadiens utilisant au moins un appareil fonctionnel d'aide à la mobilité (cane, fauteuil roulant, scooter électrique ou déambulateur) était d'environ **10 %** au total, les cannes étant les appareils les plus fréquemment utilisés (8 %).



Santé psychologique et bien-être

- **95 %** des Canadiens âgés de 45 à 85 ans jugent que leur état de santé général était excellent, très bon ou bon.

- **Seuls 5 %** ont indiqué que leur santé mentale générale était passable ou mauvaise; cette proportion diminuait avec l'âge.

- Les plus jeunes participants à l'ÉLCV (âgés de 45 à 54 ans) ont signalé les préoccupations les plus importantes par rapport à leur santé mentale.

- Les femmes avaient tendance à signaler plus de symptômes dépressifs et une détresse psychologique plus importante que les hommes.



Le vieillissement chez les personnes lesbiennes, les gaies et les bisexuelles

- **2 %** des participants à l'ÉLCV se sont auto-identifiés comme étant des personnes lesbiennes, gaies ou bisexuelles (LGB). Les participants LGB avaient tendance à déclarer avoir une bonne santé générale et mentale, ainsi qu'à déclarer vieillir en excellente ou en très bonne santé.

- Les participants LGB étaient plus susceptibles de se sentir seuls au moins une partie du temps.

- Les participants LGB sont des participants actifs dans leur collectivité, mais près de la moitié des participants LGB ont déclaré souhaiter participer à un plus grand nombre d'activités sociales, récréatives et de groupe.



Mode de vie et comportement

- **Seuls 25 %** des Canadiens âgés de 45 à 85 ans ont déclaré respecter la fréquence recommandée d'activités aérobies et physiques de résistance.

- Les facteurs de risques nutritionnels les plus couramment cités sont les suivants : sauter des repas, manger seul et perdre du poids.

- Les données montrent que la santé physique et mentale pourrait exacerber les maladies chroniques en menant à l'adoption d'habitudes de vie inappropriées (p. ex. habitudes alimentaires, habitudes de sommeil, exercice, consommation d'alcool et activités sociales).



Retraite

- Dans l'ÉLCV, **environ 25 %** de l'ensemble des retraités ont cité la santé comme facteur dans leur décision de prendre leur retraite.

- Parmi les retraités, **20 %** des femmes et **30 %** des hommes ont déclaré être retournés au travail pendant un certain temps, en réintégrant le marché du travail principalement à temps partiel.



Mobilité dans les transports

- L'utilisation d'un véhicule motorisé est le mode de transport le plus courant parmi les Canadiens plus âgés, peu importe leur âge, leur sexe, l'endroit où ils vivent, leur état de santé et leur état fonctionnel.

- Les services de transport adaptés et accessibles sont rarement nommés comme moyens de transport, même parmi les personnes qui n'ont pas une bonne santé et qui sont limitées dans leurs activités de la vie quotidienne.



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada



Emploi et
Développement social Canada

Employment and
Social Development Canada

Le financement de l'ÉLCV a été octroyé par le gouvernement du Canada par l'entremise des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) et de la Fondation canadienne pour l'innovation (FCI).

L'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) et Emploi et Développement social Canada (EDSC) ont financé et appuyé le *Rapport de l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV) sur la santé et le vieillissement au Canada : résultats de la collecte de données (2010-2015)*.