

Bien vieillir : la science du mieux vivre

Un message de l'équipe de recherche de l'ÉLCV

Voici l'édition 2015 de *Bien vieillir*, le bulletin annuel destiné aux 51 352 participants de l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV). Pour près de 10 000 d'entre vous, ce sera la première fois que vous recevrez ce bulletin. Nous espérons que vous aurez du plaisir à vous renseigner sur les nombreuses réalisations de l'année qui se termine, comme les autres participants à l'ÉLCV.

La fin du recrutement de base et de la première collecte de données complète constitue certainement l'étape la plus marquante de l'année. L'ÉLCV a dépassé son objectif initial de 50 000 participants.

Nous tenons à vous remercier, tous et chacun, pour votre contribution à la réussite de l'ÉLCV et nous espérons pouvoir maintenir notre relation avec vous pendant les 20 années que durera l'étude. Lors d'une visite au Centre

national de coordination de Hamilton (Ontario), le 29 juin dernier, le gouvernement du Canada a reconnu officiellement la généreuse contribution des participants et le travail de l'équipe de l'ÉLCV dans l'ensemble du pays. La ministre du Travail, Kellie Leitch (à gauche dans la photo de gauche), au nom de la ministre de la Santé Rona Ambrose, ainsi que le député de la région de Hamilton, M. David Sweet, ont participé à cet événement avec les responsables de l'ÉLCV, des représentants de l'Université McMaster, ainsi que quelques-uns de nos participants, afin de faire connaître l'appréciation et le soutien du gouvernement envers les nombreuses personnes participant à l'ÉLCV.

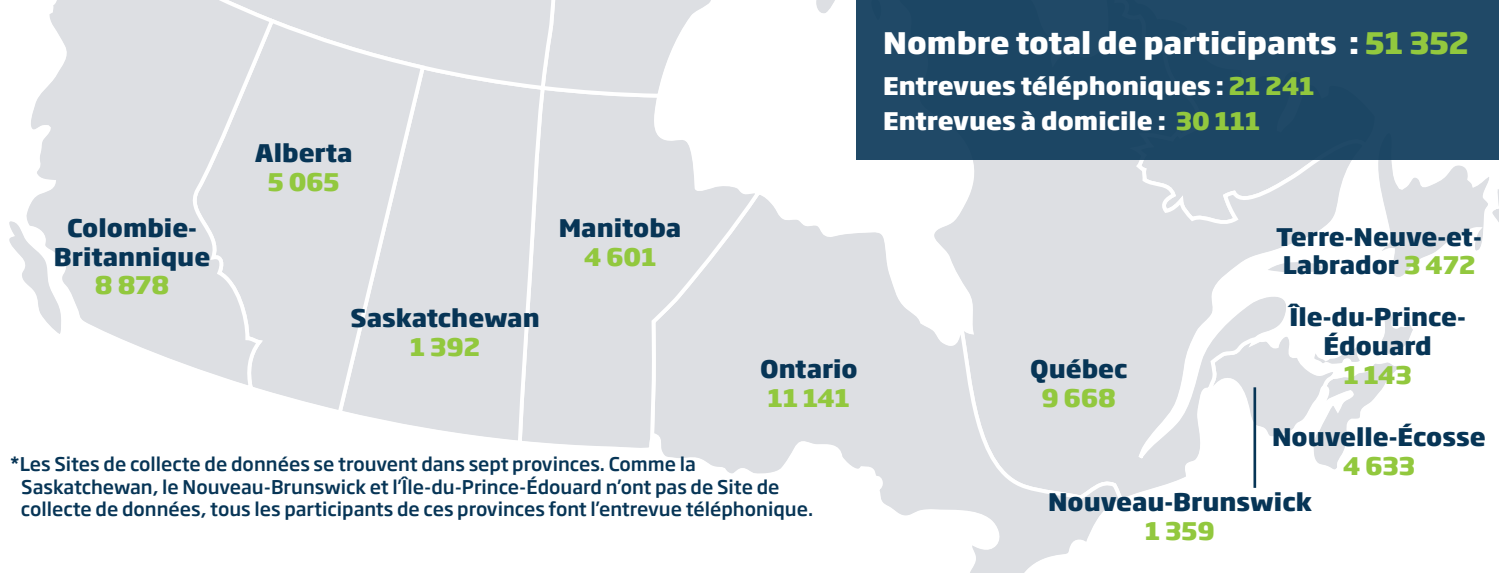
Deux autres grandes nouvelles ont été annoncées cette année. Les Instituts de recherche en santé du Canada ont accordé une somme de 41,6 millions de

dollars à l'ÉLCV afin qu'elle puisse poursuivre ses recherches pour les cinq prochaines années. De plus, nous avons déjà commencé la deuxième vague de collecte de données. À la fin septembre, plus de 1 500 participants avaient déjà commencé le premier suivi en faisant l'entrevue à domicile. Quant aux entrevues téléphoniques du premier suivi, elles commenceront plus tard cet automne.

Vous trouverez dans ce bulletin quelques statistiques qui vous concernent, des nouvelles sur la manière dont ces précieux renseignements sont déjà utilisés par les chercheurs, ainsi que l'histoire de trois frères qui ont été choisis pour participer à l'ÉLCV. Nous vous invitons à découvrir tous les aspects de ce projet spectaculaire. Il nous fait plaisir de partager avec vous les progrès réalisés par l'ÉLCV et nous vous remercions à nouveau de votre participation.



Gauche : La visite de la Biobanque constituait l'un des moments marquants de l'événement organisé au Centre national de coordination, pendant lequel le gouvernement du Canada a reconnu officiellement les réalisations de l'ÉLCV. **Centre** : Des participants provenant de toutes les régions du pays ont commencé les visites de suivi aux Sites de collecte de données, comme celui-ci situé à Sherbrooke, au Québec, où ils ont été soumis à une série d'évaluations physiques. **Droite** : Un nouveau Centre d'entrevue téléphonique assistée par ordinateur a vu le jour à l'Université Simon Fraser, en Colombie-Britannique. Sur la photo (de gauche à droite), des membres du personnel : Laura Kadowaki et les superviseurs Robert Hamilton et Nicole Pernet.

Nombre total de participants : 51 352Entrevues téléphoniques : **21 241**Entrevues à domicile : **30 111**

*Les Sites de collecte de données se trouvent dans sept provinces. Comme la Saskatchewan, le Nouveau-Brunswick et l'Île-du-Prince-Édouard n'ont pas de Site de collecte de données, tous les participants de ces provinces font l'entrevue téléphonique.

Qui sont nos participants?

Sexe :

Femmes : **51 %**Hommes : **49 %**

Âge :

45-54 : **26 %**55-64 : **32 %**65-74 : **23 %**75-85 : **18 %**

Pays de naissance :

Canada : **84 %**Royaume-Uni : **5 %**États-Unis : **2 %**Autre : **9 %**

Langue parlée le plus souvent à la maison :

Anglais : **80 %**Français : **19 %**Autre : **1 %**

Qu'avons-nous appris sur l'état général de santé de nos participants et leur degré de satisfaction à l'égard de leur vie?

Comment évaluez-vous votre santé?

Excellente / Très bonne : **59 %**Bonne : **30 %**Passable / mauvaise : **11 %**

Comment évaluez-vous votre santé mentale?

Excellente / Très bonne : **68 %**Bonne : **25 %**Passable / mauvaise : **6 %**

Je suis satisfait de ma vie :

En accord : **86 %**Neutre : **4 %**En désaccord : **10 %**

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous reçu des soins de professionnels de la santé en raison d'un problème de santé ou de limitations affectant votre vie quotidienne?

5 % : Oui

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous reçu de l'aide de la part de membres de votre famille, d'amis ou de voisins, en raison d'un problème de santé ou de limitations affectant votre vie quotidienne?

12 % : Oui

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous apporté de l'aide à une autre personne (soins personnels, soins médicaux, aide à l'organisation des soins, aux activités, au transport ou à la préparation des repas) en raison de problèmes de santé ou de limitations?

45 % : Oui

L'ÉLCV : L'histoire d'une famille



Mike, Terry et Patrick Hourigan

La participation à l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement a pris les allures d'une histoire de famille pour les Hourigans de Burlington, en Ontario.

Trois frères - Mike, 63 ans, Terry, 61 ans et Patrick, 59 ans - ont été choisis au hasard pour faire partie de la cohorte globale de l'étude participant aux entrevues à domicile et aux visites dans un Site de collecte de données. Ils ont été impressionnés par la quantité d'information recueillie dans le cadre de l'étude et envisagent avec enthousiasme la venue des premières entrevues de suivi.

Mike a été recruté le premier, il y a un peu plus d'un an. Il se dit entièrement satisfait de son expérience au cours de l'entrevue à domicile et de sa visite au Site de collecte de données de Hamilton. « Tout le personnel a fait preuve d'une grande gentillesse et d'une grande ouverture ». Il a particulièrement apprécié qu'on l'ait renseigné sur les évaluations physiques auxquelles il a été soumis, ainsi que sur les résultats de certains de ces examens, ajoutant : « Je suis curieux de connaître la suite », faisant référence à sa propre expérience et aux connaissances acquises sur le processus de vieillissement grâce à l'ÉLCV.

Terry a été le deuxième à être contacté, quelques mois après Mike. Il était au courant de la participation de son frère, mais le représentant de l'ÉLCV qui lui a téléphoné

ne le savait pas. On lui a tout de suite assuré qu'il n'y avait aucun problème à ce que deux membres d'une même famille, et même trois, puissent participer à l'étude.

« J'ai été impressionné du professionnalisme de tous les intervenants, nous dit Terry. Que ce soit lors de l'appel initial, de l'entrevue à domicile ou de la visite au Site de collecte de données, tout le monde était prêt à me renseigner avec gentillesse en m'expliquant chacune des étapes en cours de route. Ça m'a permis de prendre conscience des nombreux aspects du processus de vieillissement. »

Patrick est aussi très satisfait de sa participation à l'étude. Il admet que cette expérience lui a permis de réfléchir à la manière dont il allait vieillir. Même s'il n'a pas encore modifié ses habitudes de vie, il est plus conscient de l'importance qu'il faut accorder à un mode de vie plus sain, par exemple en faisant régulièrement de l'exercice. « Je vais surveiller mes habitudes parce que je sais que je devrai subir d'autres examens dans trois ans! »

Les trois frères s'entendent pour dire que la collecte de données biologiques, médicales, psychologiques, sociales et économiques constitue certainement un projet de grande envergure et que toute cette information recueillie par l'ÉLCV pourra aider nos gouvernements à prendre des décisions éclairées et adopter des politiques appropriées.

« Quand on voit l'ampleur de cette étude et la quantité de critères observés, on se dit que le gouvernement devra tenir compte de cette information, ajoute Terry. Cette étude devrait aider nos dirigeants à élaborer de bonnes politiques et à utiliser judicieusement nos impôts. »

Mike croit que les données recueillies par l'ÉLCV nous renseigneront sur les aspects sociaux du vieillissement et sur les possibilités d'innovation dans le domaine des technologies biologiques, afin d'aider les gens à mieux vieillir.

À titre d'aidant naturel pour sa femme atteinte d'une maladie chronique, Patrick se réjouit de cette collecte d'information sur les aidants qui permettra, espère-t-il, d'influencer les politiques à venir sur le plan social et médical au Canada.

Comment utilise-t-on l'information que vous nous fournissez?

En participant à l'ÉLCV, vous contribuez de façon importante à améliorer nos connaissances sur le processus de vieillissement et les moyens des maintenir une bonne santé et une vie heureuse au cours des dernières décennies de notre vie.

Les données recueillies pour chaque participant sont intégrées à la plus importante plateforme d'étude sur le vieillissement jamais mise sur pied au Canada. Plusieurs types de données y ont été intégrés et déjà, de nombreux chercheurs utilisent ces données pour étudier certains aspects du vieillissement.

Par exemple, lorsque des femmes et des hommes âgés sont atteints de plusieurs problèmes de santé, comment leur vie de tous les jours en est-elle affectée? Quel impact ces problèmes produisent-ils sur les activités sociales et quotidiennes que nous tenons souvent pour acquis?

D'autres questions sont aussi préoccupantes. Par exemple, comment le Canada pourra-t-il répondre aux besoins physiques et sociaux d'une population vieillissante et à l'augmentation des cas de démence? Les données de l'ÉLCV serviront à informer les divers intervenants sur l'utilisation des réseaux sociaux, les modèles pour la prestation de soins et le soutien aux aidants naturels.

D'autres recherches profiteront également des données recueillies par l'ÉLCV, notamment sur les effets à long terme de la pollution atmosphérique sur la santé, l'impact de la ménopause sur la santé mentale, la transition vers la retraite, les problèmes neurologiques, l'effet des pertes auditives sur le fonctionnement social des adultes vieillissants et la santé des anciens combattants.

Les projets déjà en marche qui utilisent les données provenant des participants à l'ÉLCV marquent la mise sur pied d'un vaste bassin de connaissances sur le processus de vieillissement et le maintien de la santé. Si vous désirez obtenir de plus amples renseignements sur ces projets, consultez la liste des projets approuvés sur le site de l'ÉLCV : www.clsa-elcv.ca/fr sous l'onglet Chercheurs, Projets approuvés. (<https://www.clsa-elcv.ca/fr/projets-approuvés>).

La première vague de suivi est commencée

Nous avons commencé à contacter les participants qui ont eu une première entrevue pour l'ÉLCV en 2012 et au début de 2013, afin de planifier leur prochaine entrevue téléphonique ou une entrevue à domicile et une visite au Site de collecte de données. À la fin du mois de septembre, plus de 1 800 participants avaient terminé leur seconde entrevue à domicile et 1 000 d'entre eux avaient effectué leur deuxième visite au Site de collecte de données.

Nous organisons présentement les premières entrevues téléphoniques de suivi. Cette seconde vague de collecte de données se poursuivra au cours des trois prochaines années. Nous contacterons les participants environ trois ans après leur première entrevue complète.

Pendant cette phase de l'étude, il est très important que les participants nous fassent part de tout changement de coordonnées. Avez-vous déménagé ou changé votre numéro de téléphone ou votre adresse courriel depuis votre dernier contact avec l'ÉLCV? Vous êtes-vous créé une adresse courriel que vous voulez partager avec nous? Prévoyez-vous vous absenter pour une longue période, dans un endroit où nous ne pourrions pas vous rejoindre? Si tel est le cas, informez-nous à l'avance et écrivez-nous par le biais de notre site web (www.clsa-elcv.ca/fr), sous l'onglet Participants, Modifier vos coordonnées :

Site Web : <https://www.clsa-elcv.ca/fr>

Courriel : info@clsa-elcv.ca **Téléphone :** 1 866 999-8303

Rappel sur votre numéro de carte Santé (assurance maladie)

Si vous nous avez déjà autorisés à utiliser votre numéro de carte Santé (assurance maladie) provinciale mais qu'il vous a été impossible de nous fournir le numéro lors de votre dernier contact avec nous, veuillez communiquer avec l'ÉLCV au numéro **1 866 999-8303**, afin que nous puissions ajouter cette information à votre dossier. Grâce à votre numéro de carte Santé (assurance maladie), les chercheurs auront accès à l'information conservée par les institutions publiques et pourront ainsi poursuivre leur étude des modèles de santé et de soins de santé dans la population au fil des années.

Merci à notre personnel et à tous ceux qui nous offrent leur soutien

Malgré la présence de ses 51 352 participants, l'ÉLCV ne pourrait pas exister sans le soutien financier et les autres formes d'appui que lui offrent de nombreux organismes et institutions. L'ÉLCV est financée par les Instituts de recherche en santé du Canada, la Fondation canadienne pour l'innovation, de nombreux partenaires et donateurs de chaque province, ainsi que les universités et les centres de recherche affiliés. Pour consulter la liste complète de nos partenaires, consultez le site web de l'ÉLCV (www.clsa-elcv.ca/fr/clsa-partners).

Elle ne pourrait exister non plus sans le travail de notre personnel dévoué. Plus de 250 personnes travaillent directement et indirectement à cette grande réussite dans tous nos sites à travers le pays. Visitez le site Web de l'ÉLCV pour vous renseigner sur nos Sites de collectes de données et nos Sites d'entrevues téléphoniques assistées par ordinateur qui assurent la collecte de toutes les données, ainsi que sur les unités de soutien qui jouent un rôle essentiel pour assurer la gestion de l'étude et le traitement des données recueillies.