

Message de l'équipe de recherche de l'ÉLCV

L'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement a franchi une étape importante ce printemps lorsque nous avons publié notre premier rapport sur la santé et le vieillissement au Canada. Le rapport présente les principales conclusions sur divers aspects physiques, mentaux et sociaux du vieillissement à partir d'informations fournies par plus de 50 000 participants comme vous.

Le Rapport de l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV) sur la santé et le vieillissement au Canada nous indique que :

- 95 % des participants à l'ÉLCV estiment que leur santé mentale est excellente, très bonne ou bonne.
- Les femmes ont plus tendance que les hommes à déclarer se sentir seules ou isolées et il existe un lien entre la solitude et les symptômes dépressifs chez les Canadiens âgés.
- 44 % des participants à l'ÉLCV ont déclaré être un aidant naturel et la fréquence des soins donnés est plus élevée (49 %) chez les personnes âgées de 55 à 64 ans.

Pour consulter la version complète du rapport, veuillez visiter le www.clsa-elcv.ca/rapportdelELCV

Vous trouverez quelques-unes des principales conclusions du rapport à la page 2 de ce bulletin.

C'est principalement grâce à votre participation que nous pouvons générer des statistiques comme celles présentées ci-dessus afin de montrer comment les Canadiens vieillissent aujourd'hui. Les gouvernements peuvent utiliser cette information pour élaborer des programmes et des politiques sur le vieillissement en santé.

Votre participation à l'étude nous permet d'en apprendre davantage sur la santé et le bien-être des aînés canadiens, ainsi que sur les défis auxquels ils sont confrontés en matière de soins, d'isolement social et de solitude.

Merci de nous donner généreusement de votre temps.



De gauche à droite : le Vice-président directeur des IRSC, Michel Perron, le Dr Parminder Raina, la Dre Christina Wolfson, la députée Rachel Blaney, le Dr Yves Joanette et la Dre Susan Kirkland célèbrent le lancement du Rapport de l'ÉLCV sur la santé et le vieillissement à Ottawa le 22 mai 2018.

En manchette

- Le temps qui passe pèse davantage sur la santé des femmes <http://bit.ly/2PyErcz>
- Étude sur le vieillissement : un premier rapport après 8 ans de collecte <http://bit.ly/2Tg5qYy>
- Le Canada se fait vieux <http://bit.ly/2zfiSb>
- Super vieux, et alors? <http://bit.ly/2OMLEAv>

Santé et vieillissement au Canada

Voici une sélection des principaux résultats 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)* réalisé à l'aide de données recueillies auprès de plus de 50 000 Canadiens âgés de 45 à 85 ans.

Ces statistiques sont des estimations de la population canadienne tirées des données recueillies par l'ÉLCV.

Comment les Canadiens évaluent-ils leur état de santé général et leur santé mentale?

- Près de 90 % des Canadiens âgés de 45 à 85 ans estiment que leur état de santé général est bon, très bon ou excellent.
- 95 % des Canadiens âgés de 45 à 85 ans estiment que leur santé mentale est bonne, très bonne ou excellente.

Solitude et isolement social

- **Les femmes ont plus tendance que les hommes** à déclarer se sentir seules ou isolées et il existe un lien entre la solitude et les symptômes dépressifs chez les Canadiens âgés.

Chutes

- **Environ 5 %** des participants à l'ÉLCV âgés de 45 à 85 ans ont subi une blessure à la suite d'une **chute** au cours des 12 derniers mois.
- Les femmes étaient plus susceptibles que les hommes de subir une blessure à la suite d'une chute.

Mode de vie et comportement

- Seul **un Canadien âgé de 45 à 85 ans sur quatre** déclare respecter la fréquence recommandée d'activités aérobies et physiques de résistance.

Santé psychologique et bien-être

- Les participants à l'ÉLCV âgés de 45 à 54 ans signalent les préoccupations les plus importantes par rapport à leur **santé mentale**: les femmes ont tendance à signaler plus de symptômes dépressifs et de détresse psychologique que les hommes.

Soins reçus et donnés

- **44 %** des participants à l'ÉLCV déclarent être un aidant naturel et la fréquence des soins donnés est plus élevée (**49 %**) chez les personnes âgées de 55 à 64 ans.

Le vieillissement chez les personnes lesbiennes, gaies et bisexuelles

- Les participants à l'ÉLCV qui s'identifient comme étant des personnes lesbiennes, gaies ou bisexuelles (LGB) ont tendance à déclarer avoir **une bonne santé générale et mentale**, et considèrent vieillir en bonne, en très bonne ou en excellente santé.

Retraite

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

Transport et mobilité

- **L'utilisation d'un véhicule motorisé** est le mode de transport le plus courant, peu importe l'âge, le sexe, la géographie, l'état de santé ou l'état fonctionnel.

L'ÉLCV lance une nouvelle vague de collecte de données

Cet été, l'ÉLCV a lancé la troisième vague de collecte de données auprès des participants à travers le Canada. Cette nouvelle vague de collecte de données, appelée le 2e suivi, reprend des questions qui faisaient déjà partie des collectes de données précédentes afin que les chercheurs puissent étudier l'évolution de la santé et du bien-être des participants dans le temps.

Par ailleurs, de nouvelles questions liées aux divers aspects de la santé physique et mentale des participants ont été ajoutées au questionnaire du 2e suivi. Voici un résumé de ce qui est nouveau dans l'étude et ce qui n'est plus inclus dans le 2e suivi.

Ce qui reste pareil

- La plupart des questions et des examens physiques n'ont pas changé. En gardant les mêmes questions, les chercheurs peuvent étudier comment votre santé et votre bien-être évoluent avec le temps.
- La durée de l'entrevue. Nous prévoyons toujours environ 90 minutes pour l'entrevue téléphonique et 2½ heures pour la rencontre au Site de collecte des données. Les participants qui font l'évaluation en personne feront également une entrevue de 90 minutes à la maison.

Ce qui est nouveau

- La recherche s'améliore avec le temps, ce qui amène de nouveaux moyens, souvent meilleurs, de recueillir des informations, ainsi que de nouveaux champs d'intérêt pour les chercheurs. Comme nous voulons rester à jour, nous introduisons du nouveau contenu à chaque suivi.
- Tous les participants répondront à de nouvelles questions sur le bien-être psychologique.
- Si vous participez à l'évaluation en personne, de nouvelles questions sur la résilience, ainsi que sur votre santé physique et mentale vous seront posées. Vous ferez également un nouveau test auditif.

Ce qui a été retiré

- Nous laissons tomber quelques questions d'entrevue. Dans certains cas, nous vous avons demandé des informations qui ne changeront pas (p. ex. vos expériences pendant votre enfance). Dans d'autres cas, nous nous sommes rendu compte que ces données n'ont pas besoin d'être recueillies tous les trois ans ou que les chercheurs sont davantage intéressés par d'autres informations. En supprimant du contenu, nous nous assurons également de respecter votre temps tout en ayant des entrevues les plus complètes possible.

Restons en contact

Nous vous rappelons de nous aviser si vos coordonnées changent. Il est très important pour nous de rester en contact avec vous. Si vous avez une adresse courriel, n'hésitez pas à nous la transmettre.

Les communications par voie électronique nous permettent de réduire les coûts liés aux envois postaux et d'allouer plus de ressources aux activités de recherche de l'ÉLCV.

Vous pouvez nous transmettre ces informations via :

 Site Web : <http://bit.ly/modifier-vos-coordonnees>

 Courriel : info@clsa-elcv.ca

 Téléphone : 1.866.999.8303

Si vous êtes intéressé à figurer dans un prochain bulletin d'information de l'ÉLCV, contactez-nous à info@clsa-elcv.ca