

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

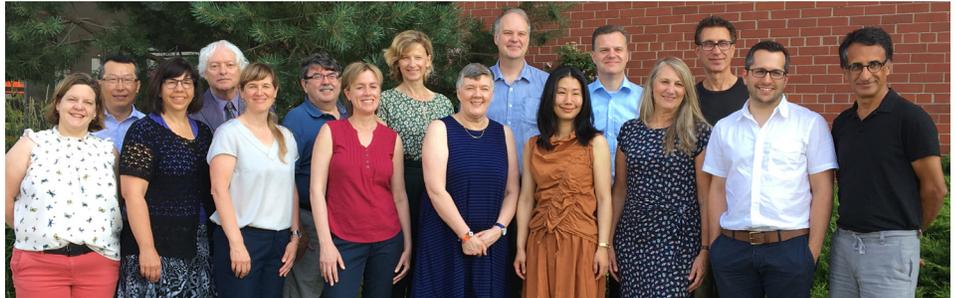
Nous sommes heureux de vous présenter l'édition 2019 de *Bien vieillir*, le bulletin annuel destiné aux participants de l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV).

Dans cette édition, vous apprendrez comment les chercheurs utilisent les données de l'ÉLCV pour étudier une grande variété de sujets allant de la génétique à l'évolution de la vision au fil du vieillissement.

À ce jour, plus de 250 projets de recherche utilisent les données de l'ÉLCV et bon nombre des chercheurs à la tête de ces projets ont commencé à publier leurs résultats.

Vous découvrirez également deux participants de l'ÉLCV qui partageront leur parcours en lien avec leur vieillissement ainsi que des étudiants qui utilisent les données de l'ÉLCV pour mener à bien leurs projets de recherche.

Cette année, l'ÉLCV a participé à



En juillet, le Comité des opérations de l'ÉLCV s'est réuni à Hamilton pour discuter de la collecte de données en cours et de celle qui s'en vient. Les domaines de recherche émergents sur le vieillissement ont également fait l'objet d'une discussion dans le cadre de cette rencontre.

la création d'importants partenariats. En juillet, nous avons annoncé un [partenariat de recherche](#) avec le [Réseau canadien des soins aux personnes fragilisées](#), [l'Institut de recherche McMaster sur le vieillissement](#) et [Metabolon](#) dans le but de découvrir des marqueurs biologiques dans le sang qui pourraient expliquer pourquoi certaines personnes deviennent fragiles avec l'âge et d'autres pas.

Nous sommes également reconnaissants du soutien continu des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC).

En 2019, les IRSC ont [annoncé un financement de 1.2 million de dollars](#) pour soutenir 17 projets de recherche utilisant les données de l'ÉLCV.

Les participants continuent d'être nos principaux partenaires. Sans votre contribution, l'ÉLCV ne connaîtrait pas un tel succès. Grâce à votre intérêt et à votre participation continue, les recherches issues de l'ÉLCV commencent à clarifier les fondements du vieillissement en santé et à mieux comprendre ce que signifie vieillir au Canada de nos jours.



À gauche : En octobre 2019, les coordonnateurs des Centres d'appels de l'ÉLCV se sont rendus à Hamilton pour participer à une formation annuelle. Au centre et à droite : Les équipes de l'ÉLCV à Winnipeg (au centre) et à Calgary (à droite) posent pour une photo avec des membres de l'Équipe des opérations de l'ÉLCV.

Coup d'œil sur les résultats : la vision

*Les résultats sont basés sur l'analyse d'environ 30 000 participants à l'ÉLCV de l'Alberta, de la Colombie-Britannique, du Manitoba, de Terre-Neuve, de la Nouvelle-Écosse, de l'Ontario et du Québec. La Dre Ellen Freeman, de l'Université d'Ottawa, a dirigé ce [projet](#) dont les résultats ont été publiés dans le *Journal canadien d'ophtalmologie* en [juin 2018](#) et [juin 2019](#) (en anglais seulement).

Les facteurs associés à la perte de vision :



5,7 %

des participants ont une déficience visuelle*

57 %

des participants ont consulté un professionnel de la vision au cours de la dernière année

La principale cause de déficience visuelle : erreur de réfraction

(par exemple, myopie, presbytie ou astigmatisme)



1 sur 4

Nombre de participants de plus de 60 ans atteints de diabète qui n'avaient pas consulté de professionnel de la vision au cours de la dernière année.



3 sur 10

Nombre de participants ayant une déficience visuelle qui ont eu recours à de l'aide à domicile formelle ou informelle.



Question d'un participant : Qu'advient-il de l'échantillon de sang que je fournis à l'ÉLCV?

Les participants qui visitent un Site de collecte de données sont invités à fournir un échantillon de sang. Celui-ci est ensuite divisé en 42 petits échantillons, appelés des aliquots. Une formule sanguine complète de l'échantillon est réalisée au Site de collecte de données. Ce test consiste à compter les différentes cellules présentes dans le sang, comme les plaquettes et les globules blancs. Ensuite, le sang est congelé et expédié à la Biobanque de l'ÉLCV, à Hamilton, en Ontario, pour y être stocké à long terme.

Les échantillons de sang congelés pourraient être choisis au hasard pour subir des tests de biochimie clinique ainsi que des analyses génétiques, épigénétiques et métabolomiques. Ces tests aident les chercheurs à étudier



Salina Dang, technicienne de recherche à la Biobanque de l'ÉLCV prépare le poste de travail robotisé en vue de l'analyse d'échantillons.

les marqueurs biologiques, ou les molécules, susceptibles de changer avec le temps et de fournir de l'information sur l'état de santé.

L'équipe de l'ÉLCV comprend un groupe de scientifiques qui détermine les marqueurs biologiques à analyser. Récemment, un nouveau [partenariat de recherche](#) a été formé pour étudier les marqueurs de la fragilité dans le sang par le biais d'un processus appelé la métabolomique. Environ 10 000 échantillons sont en cours d'analyse pour ce projet.

L'objectif principal de ces tests est de découvrir des marqueurs permettant de *prévoir* les maladies susceptibles de se développer avec le vieillissement. Étant donné que l'ÉLCV n'en est qu'à ses débuts, nous ne pouvons pas encore savoir avec certitude quels sont ces marqueurs.

Il faudra un certain temps pour que les projets de recherche sur les biomarqueurs soient terminés et publiés. Cependant, de nombreux projets sont en cours :

- [Étude d'association pangénomique de l'ostéoporose](#)
Dr Brent Richards, Université McGill
- [Identification des variantes génétiques associées à la fragilité : une étude d'association pangénomique](#)
Dr Lehana Thabane, Université McMaster

Pour consulter la liste complète des projets approuvés, visitez le www.clsa-elcv.ca/fr/projets-approuves

Pour les dernières nouvelles de l'ÉLCV, visitez le www.clsa-elcv.ca/fr



Pleins feux sur les participants à l'ÉLCV

Paul, 79 ans, est un fier grand-père, collectionneur de disques enthousiaste et survivant d'un AVC. Il s'est trouvé une « deuxième famille » au Centre de réadaptation en déficience physique Lucie-Bruneau.

Q : Comment abordez-vous le vieillissement en santé? Quelle est votre philosophie pour vieillir en santé?

R : Je n'ai pas l'intention de vieillir! Tout le monde dit que je ne fais pas mon âge. Je peux passer pour 60 ans... peut-être parce que j'ai jamais fumé! On se laisse pas aller. Il faut prendre soin de soi et être positif pour que ça fonctionne.

Q : Pourquoi croyez-vous qu'il soit important d'étudier le vieillissement et la santé?

R : J'ai perdu trois de mes meilleurs amis à cause du cancer. J'espère que les informations pourront aider les gens en améliorant la compréhension du vieillissement d'une personne à l'autre.

Q : Qu'est-ce qui vous motive à continuer à participer à l'ÉLCV?

R : J'aime aider les gens. Aider les autres, c'est s'aider soi-même. Il faut encourager les gens à s'aider! Je suis une personne dévouée à ce que je fais. Quand tu veux, tu es capable! Il faut essayer. Personne ne va le faire pour toi!

Lise, 61 ans, est une fière maman et une grand-tante de huit enfants. Éducatrice en CPE pendant 35 ans et bénévole dévouée à Montréal, elle a rejoint l'ÉLCV en 2013.



Q : Qu'espérez-vous que l'ÉLCV accomplisse?

R : Honnêtement, c'est simple, j'aimerais que l'étude aide les gens qui vieillissent et leur donne la chance de mieux vivre en santé. Les personnes vivent de plus en plus longtemps et ça serait bien si on pouvait mieux vieillir. Aussi, ma santé est très importante pour moi. L'étude me donne des références sur mon vieillissement et j'espère que ça pourra m'aider.

Q : Comment abordez-vous le vieillissement en santé? Quelle est votre philosophie pour vieillir en santé?

R : Quand je pense au vieillissement en santé, je pense à ma mère. Elle est un bon modèle pour moi. Elle a 97 ans et elle est plus en forme que moi!

Q : Qu'est-ce qui vous motive à continuer à participer à l'ÉLCV?

R : J'aime penser aux autres. Mon but dans la vie, c'est d'aider les autres afin qu'ils vieillissent mieux! J'ai un grand plaisir à savoir que je peux les aider. Ça ne demande pas beaucoup de temps et c'est pour une bonne cause. Aussi, c'est intéressant de participer et je m'assure de prendre soin de moi.

Étoiles montantes : portraits des stagiaires de l'ÉLCV



« Travailler à l'ÉLCV me semblait parfaitement adapté à mon cheminement. Comme étudiante, j'ai encore beaucoup de compétences techniques à acquérir. Je suis contente de les mettre en pratique dans un environnement motivant, car nous travaillons avec des données sur les facteurs sociaux et de santé qui affectent les gens aujourd'hui. L'ÉLCV joue un rôle très important pour la collecte et la diffusion de données et elle permet aux chercheurs de répondre à de nombreuses questions qui contribueront à améliorer le vieillissement. »

Lavanya Huria est assistante de recherche à temps partiel au Centre d'analyse statistique de l'ÉLCV, à Montréal. Elle étudie actuellement au premier cycle en économie à l'Université McGill.

Événements de l'ÉLCV

Cette année, l'ÉLCV a organisé deux événements pour permettre aux participants d'en apprendre davantage sur les recherches menées à l'aide des données recueillies. Tous les événements antérieurs sont disponibles sur le site Web de l'ÉLCV :

www.clsa-elcv.ca/fr/restez-informe/videos-de-lelcv

Déchiffrer la résilience grâce à l'ÉLCV

Vancouver, C.-B.
Juin 2019

clsa-elcv.ca/fr/resilience

Approfondir les connaissances sur le vieillissement : questions et réponses de l'ÉLCV

Halifax, N.-É.
Avril 2019

clsa-elcv.ca/fr/dalhousie



Nouvelle des sites

Victoria : Bernie Paillé s'est joint à l'ÉLCV en tant que coordonnateur du Site de collecte de données de l'Université de Victoria (UVic). Il succède à Jo Ann Miller, Ph. D., qui occupe maintenant un nouveau poste au sein de l'Institut sur le vieillissement et la santé à vie de l'Université de Victoria.

St. John's : Sharmeen Chowdhury sera de retour en tant que coordonnatrice du Site de collecte de données de St. John's en décembre 2019. Nos meilleurs vœux à Hayley Noseworthy qui commence son congé de maternité.

En manchette

- Des critères musclés pour diagnostiquer la sarcopénie | www.bit.ly/elcv_sarcopenie
- L'insomnie chronique altère les fonctions cognitives des personnes de 45 ans et plus | www.bit.ly/elcv_insomnie
- Deux chercheurs reçoivent une subvention catalyseur des IRSC | www.bit.ly/elcv_catalyseur
- Entrevue avec le Dr Brent Richards : la métabolomique dans l'ÉLCV | www.bit.ly/clsa_metabolomique

Restons en contact

Les entrevues du deuxième suivi sont en cours et se poursuivront jusqu'en 2021. Comme toujours, il est extrêmement important de nous informer si vos coordonnées changent. Depuis votre dernier contact avec l'ÉLCV, avez-vous déménagé? Avez-vous changé de numéro de téléphone ou de courriel? Avez-vous récemment créé une adresse courriel que vous voulez partager avec nous? Prévoyez-vous être absent(e) pour une longue période pendant laquelle nous ne pourrions pas vous joindre? Si oui, veuillez nous en informer :

 Via notre site Web : www.clsa-elcv.ca/fr/modifier-vos-coordonnees

 Par courriel : info@clsa-elcv.ca

 Par 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

Corrections : Une photo dans le dernier bulletin d'information de l'ÉLCV a incorrectement identifié Michel Perron, vice-président administratif, Gouvernance et relations extérieures des Instituts de recherche en santé du Canada. L'ÉLCV regrette cette erreur.

Pour les dernières nouvelles de l'ÉLCV, visitez le www.clsa-elcv.ca/fr

