

Demandeur

Dr Saverio Stranges, Université Western

Adresse courriel

Saverio.Stranges@uwo.ca

Titre du projet

Examen du sommeil, des comportements liés au style de vie, du bien-être mental et des maladies chroniques multiples dans une population vieillissante

Résumé du projet

Les problèmes de sommeil représentent un problème de santé publique non résolu et touchent un grand nombre d'aînés au Canada. La mauvaise qualité du sommeil et la réduction de la durée du sommeil affectent plus de la moitié des aînés, varient considérablement selon le sexe et sont associées à des problèmes de santé, notamment des maladies chroniques multiples, des problèmes de santé mentale, une qualité de vie moindre et une longévité réduite. Les habitudes de sommeil sont très diversifiées et peuvent être le résultat d'interactions complexes entre des facteurs socio-environnementaux, comportementaux et psychologiques, ainsi que de la présence de comorbidités. Il est important d'identifier les principaux facteurs qui contribuent à l'association entre le sommeil et la santé. Le but de ce projet est d'étudier l'interaction entre la qualité du sommeil et la durée du sommeil avec les comportements liés au style de vie, le bien-être mental et la présence de plusieurs diagnostics de maladies chroniques.

Mots clés

Sommeil, comportements liés au style de vie, santé mentale, maladies multiples, qualité de vie