

Projet approuvé par l'ÉLCV

Demandeur

Dre Ada Tang, Université McMaster
Stagiaire : Christina Nowak

Adresse courriel

atang@mcmaster.ca

Titre du projet

Regards sur la prévention : un examen approfondi des comportements sains et de leurs associations avec la fragilité à l'aide de l'ensemble de données de l'ÉLCV

Résumé du projet

Avec le vieillissement de la population canadienne, une attention croissante est accordée aux problèmes de santé propres aux personnes âgées. La fragilité, c'est-à-dire une diminution du fonctionnement du corps qui crée une vulnérabilité à la maladie, est l'un de ces problèmes. On a observé que de saines habitudes de vie, comme un bon sommeil, de bonnes habitudes alimentaires et de l'exercice, permettent de réduire le risque de plusieurs maladies chroniques les plus couramment observées à un âge avancé. Cette étude vise à évaluer les liens entre le niveau de fragilité et les saines habitudes de vie. Identifier quels comportements sont associés à un risque plus faible de fragilité permettra aux cliniciens de connaître les meilleures pratiques pour empêcher l'apparition de la fragilité et, par la suite, accroître la qualité de vie des Canadiens âgés.

Mots clés

Comportement sain, fragilité, prévention