

Message de l'équipe de recherche de l'ÉLCV

L'Équipe longitudinale canadienne sur le vieillissement n'a pas chômé cette année. En effet, cet automne, nous avons entrepris le déploiement du 4^e suivi, c'est-à-dire la plus récente vague de collecte de données.

Si nous avons déjà communiqué avec vous, nous vous remercions d'avoir pris le temps de nous parler au téléphone, de remplir un sondage Web, d'avoir accueilli un·e intervieweur·se chez vous ou de vous être rendu·e à l'un de nos Sites de collecte de données. Nous vous sommes reconnaissant·es de votre engagement et de votre apport continu à l'ÉLCV.

Si vous n'avez pas eu de nos nouvelles depuis un certain temps, nous communiquerons avec vous sous peu. Nous tenons à vous rappeler que les entrevues ou les visites sont espacées d'environ trois ans. Lorsque vous lirez cette infolettre, nous aurons ajouté de nouvelles questions à l'intention de tous·tes les participant·es au 4^e suivi et mis à niveau l'équipement des Sites de collecte des données grâce à un financement de la Fondation canadienne pour l'innovation.

En 2024, nous avons lancé un nouveau site Web de l'ÉLCV pour améliorer le partage d'information et de résultats avec vous. Le nouveau site Web contient le résumé de plus de 600 projets de recherche en cours, de même que du nouveau contenu réorganisé et axé sur les dernières nouvelles et mises à jour. Vous y trouverez également de l'information sur tous les aspects de la collecte de données — des vidéos de démonstration des moniteurs de sommeil et de mobilité à la Foire aux questions.

Dans cette infolettre, vous lirez les résultats de l'ÉLCV qui font les manchettes, découvrirez la recherche d'une étudiante sur la résilience des

vétérans et vétérans, et verrez une participante à l'ÉLCV qui tire son inspiration de l'ÉLCV pour faire de l'art.

Nous vous remercions de nouveau de votre participation continue à l'ÉLCV. Nous avons hâte de vous retrouver! N'oubliez pas que vous pouvez nous joindre si vous avez une question au sujet de votre participation.



En juillet 2024, le comité des opérations s'est réuni à Burlington, en Ontario, pour planifier le lancement du 4^e suivi.



Ifunanya Modebelu, étudiante à la maîtrise en sciences de la santé publique à l'Université de Waterloo, a présenté les résultats de ses recherches sur l'ÉLCV à la conférence de l'Association canadienne de gérontologie qui s'est déroulée à Edmonton, en Alberta, le 25 octobre 2024.

Pleins feux sur les participant·es



Après une longue carrière dans l'industrie du cinéma et de la télévision, Natalie, 63 ans, s'est consacrée à ses passions créatives, puisant son inspiration dans des endroits inattendus, comme dans son implication à l'ÉLCV. Découvrez comment une visite à un Site de collecte de données de l'ÉLCV a fait naître le concept de son dernier projet créatif.

« Quand on avance en âge, on se dit que si on ne fait pas ce qu'on veut faire maintenant, on ne le fera jamais. Il ne faut pas attendre. Pour moi, c'est la créativité. Je trouve que j'ai de moins en moins de choses à risquer. Je peux me dévoiler, briser les tabous. Donc, je vais me révéler et dire ce que j'ai à dire. Sinon, je ne le ferai jamais. »

Si vous aimeriez figurer dans un prochain bulletin de l'ÉLCV, écrivez-nous à info@clsa-elcv.ca ou appelez-nous sans frais au 1-866-999-8303.

Quoi de neuf pour le 4^e suivi



La plus récente vague de collecte de données inclura de nouvelles questions sur les expériences de l'âgisme et l'utilisation de cannabis. Les participant·es qui se rendent aux Sites de collecte de données se soumettront désormais à des échocardiogrammes afin d'examiner la structure et la fonction de leur cœur (photo de gauche), un nouvel examen oculaire pour évaluer la sensibilité aux contrastes (photo du centre), et un test de l'odorat pour mieux comprendre les modifications à l'odorat qui viennent avec le vieillissement (photo de droite).

Le mode de paiement des soins à domicile a-t-il une incidence sur notre santé personnelle et les résultats des services de santé?

Grâce à une collaboration entre l'ÉLCV et le Réseau de recherche sur les données de santé du Canada, les chercheur·ses peuvent accéder au couplage des données de l'ÉLCV pour explorer le lien entre le vieillissement et l'utilisation des soins de santé. Aaron Jones, professeur adjoint au Département des méthodes de recherche en santé, des preuves et de l'impact de l'Université McMaster, et son équipe étudient l'accès des participant·es à l'ÉLCV aux soins à domicile publics et privés pour comprendre les différences entre ceux qui accèdent aux soins à domicile privés, aux soins à domicile publics ou aux deux types de soins. Il espèrent comprendre l'influence des soins à domicile publics et privés sur la future utilisation d'autres soins comme les hospitalisations, les consultations à l'urgence ou les admissions en établissement de soins de longue durée.



« La résilience est une question d'adaptabilité, c'est-à-dire de persévérance pendant des périodes exigeantes ou difficiles. L'étude de la résilience pendant la pandémie de COVID-19 pourrait nous aider à comprendre l'adaptation de divers groupes, y compris les vétérans, les vétérans et les civils, aux défis de la pandémie. »

Jessica Dekker

Étudiante à la maîtrise en épidémiologie,
Université McGill



Comment et pourquoi certaines personnes âgées s'adaptent-elles et s'épanouissent-elles mieux que d'autres devant les difficultés? Les expériences de vie passées, telles que le service militaire, contribuent-elles au renforcement de la résilience plus tard dans la vie?

Jessica Dekker, qui effectue une maîtrise en épidémiologie à l'Université McGill, utilise les données de l'ÉLCV pour étudier la résilience psychologique avant la pandémie chez les vétérans et vétérans âgés. Elle examine les manifestations de la résilience au fil du temps et leurs liens avec les expériences de la pandémie et les états de santé.

12 façons de réduire le risque de démence

Le nombre de personnes atteintes de démence est en hausse au Canada. Selon la Société Alzheimer, ce nombre devrait tripler d'ici 2050, passant d'un peu plus d'un demi-million de personnes en 2020 à 1,7 million de personnes en 2050.

Un rapport de la Commission Lancet publié en 2020 a révélé que plus de 40 % des cas mondiaux de démence sont évitables en modifiant douze facteurs de risque tout au long de la vie. Cependant, l'impact des facteurs de risque modifiables en contexte canadien était inconnu jusqu'à récemment.

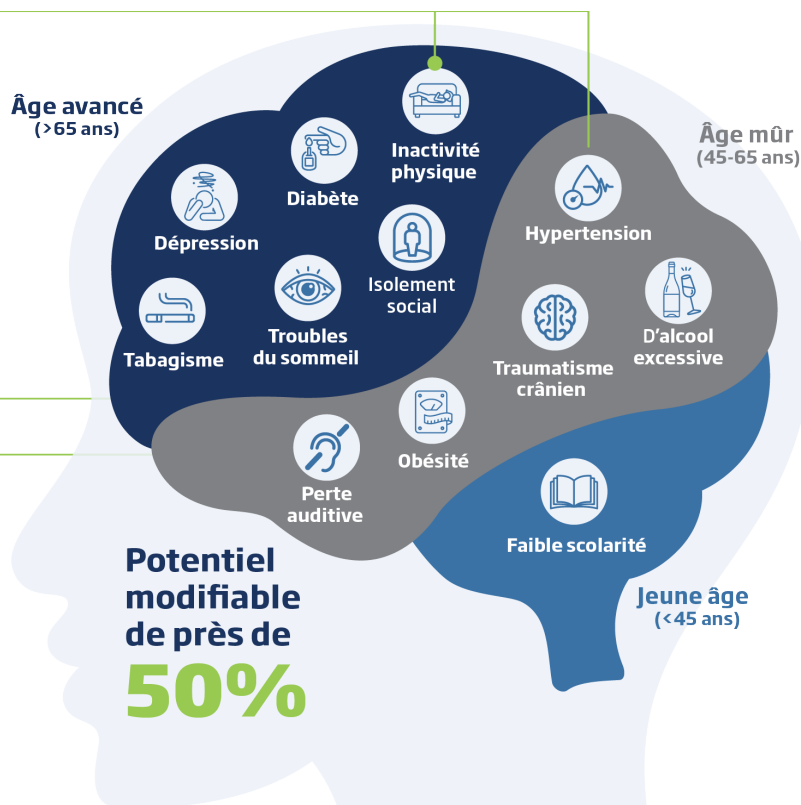
Des chercheurs de l'Université Western ont utilisé les données de l'ÉLCV pour examiner les facteurs de risque modifiables les plus prévalents et les plus associés aux changements cognitifs chez les personnes d'âge mûr ou âgées du Canada. L'équipe de recherche a établi que jusqu'à la moitié des cas de démence au Canada étaient attribuables à 12 facteurs de risque modifiables et que l'adoption de

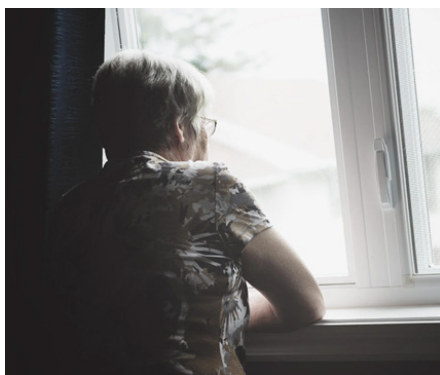
stratégies pour accroître l'activité physique et promouvoir une prise en charge efficace de la santé auditive, de l'obésité et de l'hypertension offrent le meilleur potentiel d'atténuer une forte proportion de ces cas de démence.

La recherche a été publiée dans le Journal of Prevention of Alzheimer's Disease en juin 2024.

L'augmentation de l'activité physique et la gestion efficace de votre santé auditive, de votre poids et de votre tension artérielle présentent le plus grand potentiel de réduction des cas de démence au Canada

En savoir plus :
clsa-elcv.ca/demence





La solitude augmente le risque de perte de mémoire liée à l'âge

Une équipe de recherche de l'Université de Waterloo a examiné quatre combinaisons d'isolement social et de solitude et leurs effets sur la mémoire des personnes d'âge mûr ou âgées sur une période de six ans. Ces combinaisons s'établissent comme suit : isolement social et solitude, isolement social seulement, solitude seulement et pas d'isolement social ni de solitude. D'après l'étude, la solitude avait des conséquences plus négatives sur la mémoire que l'isolement social, bien que ces deux états représentent un risque important pour la population vieillissante. Lire la suite :

clsa-elcv.ca/pertes-de-memoire



Faites plus d'exercice et passez moins de temps assis pour limiter le risque de fragilité et d'hypertension

Selon une récente étude faisant appel aux données de l'ÉLCV, bouger davantage grâce à de l'exercice régulier et passer moins de temps assis peuvent contribuer à éviter les maladies cardiaques et la fragilité liées au vieillissement. L'étude est basée sur les données recueillies auprès des participant·es à l'ÉLCV lors de l'entrevue initiale et au premier suivi. Les chercheur·ses de l'Université Dalhousie ont découvert que s'asseoir moins et faire de l'exercice plus vigoureux peuvent être des interventions réalisables pour réduire la prévalence de fragilité et d'hypertension. Lire la suite :

clsa-elcv.ca/exercice



Les personnes âgées qui vivent seules sont-elles moins satisfaites de leur vie?

Des chercheur·ses de l'Université de Toronto ont analysé les données d'environ 12 000 participant·es de l'ÉLCV de 65 ans et plus pour comprendre le lien entre la satisfaction de vivre et le fait de vivre seul. L'étude a révélé que la satisfaction de vivre des Canadien·nes âgé·es ne dépend pas en soi du fait de vivre seul. Ce sont plutôt les dispositions sociales découlant de la personnalité qui jouent un rôle sur ce que ressentent les personnes âgées envers la vie en solo. De plus, le rôle de ces dispositions a tendance à différer entre les personnes âgées nées au Canada et celles qui y ont immigré. Lire la suite :

clsa-elcv.ca/vivre-seul

Événements de l'ÉLCV

En 2024, l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement (ÉLCV) a organisé des événements en ligne pour les participantes et les participants à travers le pays. Ces webinaires offrent une mise à jour sur les activités de recherche et les résultats qui en découlent. Le prochain webinaire de cette série aura lieu au début de 2025 et s'adressera aux participantes et participants vivant dans les provinces de l'Atlantique. Pour en savoir plus, visitez le

clsa-elcv.ca/webinaires-pour-les-participants

Gardons le contact

Comme les entrevues de l'ÉLCV ont lieu tous les trois ans, plusieurs changements peuvent se produire durant cette période. Veuillez nous aviser si vous avez déménagé ou changé de numéro de téléphone ou d'adresse courriel depuis notre dernier contact ou si vous souhaitez nous transmettre de nouvelles coordonnées.

Pour éviter que nous perdions contact avec vous, nous vous invitons également à ajouter à votre dossier les coordonnées d'une autre personne avec qui nous pourrions communiquer si nous ne parvenons plus à vous joindre. Remplissez notre formulaire en ligne ou contactez-nous par courriel ou téléphone afin de mettre à jour vos informations personnelles.



Site Web : www.clsa-elcv.ca/modifier-vos-coordonnees



Courriel : info@clsa-elcv.ca



Téléphone : 1-866-999-8303