

# Sujet de recherche : le vieillissement

## IRSC

Les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) sont l'organisme de recherche en santé du gouvernement du Canada. Leur objectif est de créer de nouvelles connaissances scientifiques et de favoriser leur application en vue d'améliorer la santé de la population, d'offrir de meilleurs produits et services de santé et de renforcer le système de santé au Canada. Composés de 13 instituts, les IRSC offrent leadership et soutien à près de 12 000 chercheurs et stagiaires en santé d'un bout à l'autre du Canada.

Par l'intermédiaire des IRSC, le gouvernement du Canada a investi environ **136,7 millions** de dollars en 2007-2008 dans la recherche liée au vieillissement partout au pays.



IRSC CIHR

Instituts de recherche en santé du Canada  
160, rue Elgin, 9<sup>e</sup> étage  
Ottawa ON K1A 0W9  
Numéro sans frais : 1-888-603-4178  
[www.irsc-cihr.gc.ca](http://www.irsc-cihr.gc.ca)



## Les faits

- La population du Canada vieillit rapidement. La proportion de Canadiens âgés de plus de 65 ans a atteint 13,7 % en 2006, soit presque le double de ce qu'elle était au début du « baby boom » en 1946.
- Plus de 4 millions de Canadiens sont maintenant âgés de 65 ans et plus. D'ici 2015, le nombre de personnes âgées dépassera celui des enfants au Canada, une première au pays. Si les prévisions se réalisent, le Canada comptera environ 9 millions de personnes âgées d'ici 2031, contre 6 millions d'enfants.
- L'espérance de vie au Canada a atteint le niveau record de 80,4 ans en 2005, comparativement à 80,2 ans en 2004 et à 77,8 ans en 1991.
- En 1997, plus des trois quarts des personnes âgées vivant à domicile s'estimaient en bonne, très bonne ou excellente santé, tandis que seulement 6 % se déclaraient en mauvaise santé.
- Santé Canada estime qu'une personne âgée sur trois fera au moins une chute cette année. Les chutes sont responsables d'environ 20 % des décès par blessure chez les personnes âgées.

*(Sources : Statistique Canada, Instituts de recherche en santé du Canada, Santé Canada, Conseil canadien de développement social)*



# Trouver des solutions

## Les gagnants n'abandonnent jamais, mais vieillissent plus vite

Les conclusions d'une étude canadienne ont de quoi réjouir tous les paresseux : gagner n'est pas tout dans la vie. Il est parfois plus sain d'abandonner un rêve – surtout un rêve impossible. Le Dr Carsten Wrosch, chercheur financé par les IRSC à l'Université Concordia, a codirigé une étude qui a conclu que la poursuite de buts inatteignables provoquait une hausse du niveau de protéine C-réactive, laquelle est associée au diabète, aux maladies cardiaques et au vieillissement précoce. Cela dit, le Dr Wrosch ne pense pas que les gens doivent cesser d'être ambitieux, mais qu'ils devraient remplacer un but devenu inatteignable par un autre qui compte vraiment pour eux. Les travaux du Dr Wrosch et de son collègue, le Dr Gregory Miller de l'Université de la Colombie-Britannique, ont été présentés dans le 7<sup>e</sup> numéro spécial annuel « Year in Ideas » du *New York Times Magazine*.

## Lien entre mortalité et prise d'antipsychotiques dans les cas de démence

Une étude financée par les IRSC a établi un lien entre la prise de médicaments antipsychotiques et un risque accru de décès chez les personnes âgées souffrant de démence. L'Institut de recherche en services de santé (IRSS) a suivi des résidents de l'Ontario de 66 ans et plus atteints de démence pendant une période de 180 jours à partir du début de leur pharmacothérapie. L'étude, qui s'est étalée sur six ans, a révélé des taux de décès légèrement supérieurs chez les personnes qui prenaient des antipsychotiques typiques (ou classiques) de l'ancienne génération, ou des antipsychotiques atypiques de nouvelle génération. Selon le Dr Sudeep Gill, chercheur auxiliaire à l'IRSS, la gravité de l'effet et la brièveté relative de la période de suivi de l'étude font que même une légère hausse de la mortalité commande notre attention, surtout que pour beaucoup de personnes âgées souffrant de démence, « les bienfaits de ces médicaments semblent douteux ».

## Le bilinguisme éloigne de la démence

Des chercheurs du Rotman Research Institute de Toronto ont découvert un nouvel avantage potentiel au bilinguisme : repousser le début de la démence de quatre ans. Les chercheurs ont étudié les dossiers médicaux de 184 patients souffrant de difficultés cognitives entre 2002 et 2005. Ils ont conclu que les premiers signes de démence apparaissaient à 71,4 ans chez les patients unilingues et à 75,5 ans chez les patients bilingues. « Aucune intervention pharmacologique n'a d'effet aussi spectaculaire », a déclaré le Dr Morris Freedman, chercheur financé par les IRSC.

## Les chercheurs

### Dre Brenda Vrkljan – Aider les aînés à rester sur la bonne voie

À l'âge d'or, conduirez-vous mieux si votre voiture est équipée du tout dernier système mondial de localisation, ou GPS, à reconnaissance vocale?

Selon la Dre Brenda Vrkljan, de l'Université McMaster, lorsqu'il s'agit d'aider les aînés canadiens à conduire de façon plus sécuritaire, le rôle des technologies d'assistance dans les voitures suscite plus de questions que de réponses.

« La technologie n'est pas une panacée pour aider les conducteurs plus âgés. Nous devons en savoir plus sur la façon de conduire des aînés. Par exemple, est-ce que la technologie les aide à se concentrer sur la route ou est-ce qu'elle constitue une distraction en soi? », se demande la Dre Vrkljan, ergothérapeute et chercheuse financée par les IRSC.

À l'heure où les baby-boomers vieillissent, aider les aînés canadiens à continuer de conduire est devenu un défi important de la recherche en santé. De plus, le fait de conduire permet aux aînés canadiens de maintenir leur autonomie, leur accès aux services et leurs liens sociaux, particulièrement dans les régions rurales privées de transport en commun. La perte de la capacité de conduire, chez les aînés, est liée à la dépression et même au décès prématuré. Toutefois, les aînés ont aussi un taux élevé de



collisions et de blessures connexes comparativement aux autres conducteurs.

Dans ses recherches, la Dre Vrkljan remet en question la vision stéréotypée du copilote. En effet, dans des entrevues avec des couples âgés, elle a découvert que les copilotes jouent un rôle clé dans la conduite et l'attention du conducteur.

« Les conducteurs aînés ont indiqué que la conduite en équipe était importante, surtout dans un environnement qu'ils ne connaissent pas », affirme la Dre Vrkljan.

En tant que nouvelle chercheuse, la Dre Vrkljan se dit enthousiaste de participer à l'équipe de l'initiative CanDRIVE (*Canadian Driving Research Initiative for Vehicular Safety in the Elderly*), financée par les IRSC.

Dans le cadre de ces collaborations, la Dre Vrkljan travaille en partenariat avec des psychologues, des gériatres, des médecins de famille et des groupes d'aînés afin de discuter de questions qui ont des répercussions importantes dans la vie des aînés canadiens, jusqu'au type de voiture qu'ils conduisent. Elle travaille à la création d'une liste de vérification à utiliser par les aînés avant d'acheter une voiture; cette liste les aidera à choisir une voiture qui leur convient – avec ou sans GPS.



Pour plus de détails, consultez le [www.impact.irsc-cihr.gc.ca](http://www.impact.irsc-cihr.gc.ca)