



PORTRAIT DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PERSONNES ÂÎNÉES À LA POMMERAIE

Par Stéphanie Charbonneau et Élise Nault-Horvath,
agentes de planification, de programmation et de recherche

Direction de santé publique de l'Estrie
Mis à jour en date du 15 décembre 2025

STRUCTURE DU PORTRAIT

Portrait
démographique des
personnes âgées

Caractéristiques
socioéconomiques et
déterminants de la santé

- Volet travail
- Volet économique

Participation sociale

Habitudes de vie

Prévention

État de santé

- L'espérance de vie
- La perception de l'état de santé
 - Les incapacités
 - Les cancers
 - Les maladies chroniques
- Les traumatismes non intentionnels
 - La santé mentale

La définition d'une personne âgée peut différer selon la source de données. C'est pourquoi les tranches d'âge définissant les personnes âgées ne sont pas toujours les mêmes.

MÉTHODOLOGIE

Dans ce portrait, toutes les différences notées sont statistiquement significatives au seuil de 5%¹.

1. Les comparaisons issues du Système intégré de surveillance des maladies chroniques du Québec (SISMACQ) ont été effectuées au seuil de 1 %.

Qu'est-ce que le vieillissement ?

Vieillissement n. m.

« Fait de vieillir, de devenir vieux; processus de transformation graduelle que subit un organisme vivant du fait de son avancée en âge »

Vieillissement en
santé

Vieillissement
dans le parcours
de vie

Vieillissement
démographique

Vieillissement
chronologique

Le vieillissement est un processus, débutant dès la naissance et s'accéléralant à partir de 50 ans.



Le vieillissement **en santé**

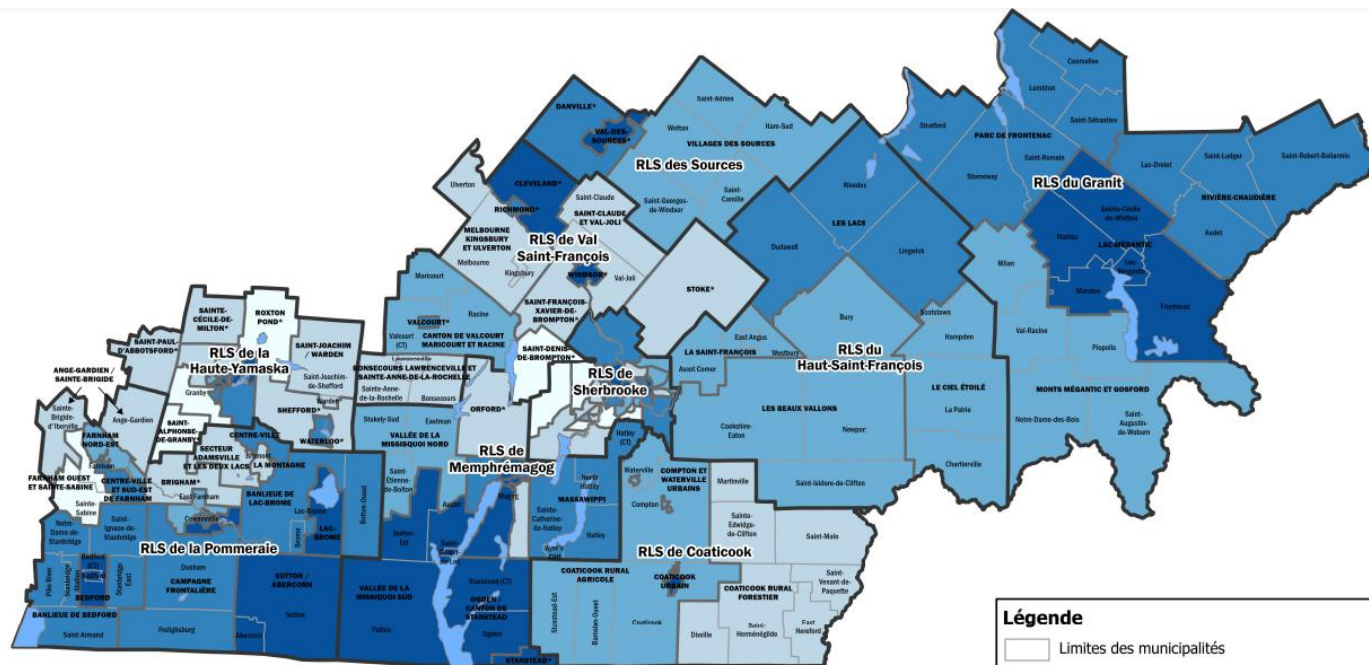
« un **processus** permanent d'optimisation des possibilités permettant aux personnes [aînées] d'améliorer et de préserver leur **santé** et leur **bien-être physique, social et mental**, et de conserver leur **autonomie** et leur **qualité de vie**, tout en favorisant des **transitions** harmonieuses entre les différentes étapes de leur vie »



PORTRAIT DÉMOGRAPHIQUE DES PERSONNES ÂÎNÉES

LE TERRITOIRE DE L'ESTRIE

POPULATION ÂGÉE DE 75 ANS OU PLUS



Légende

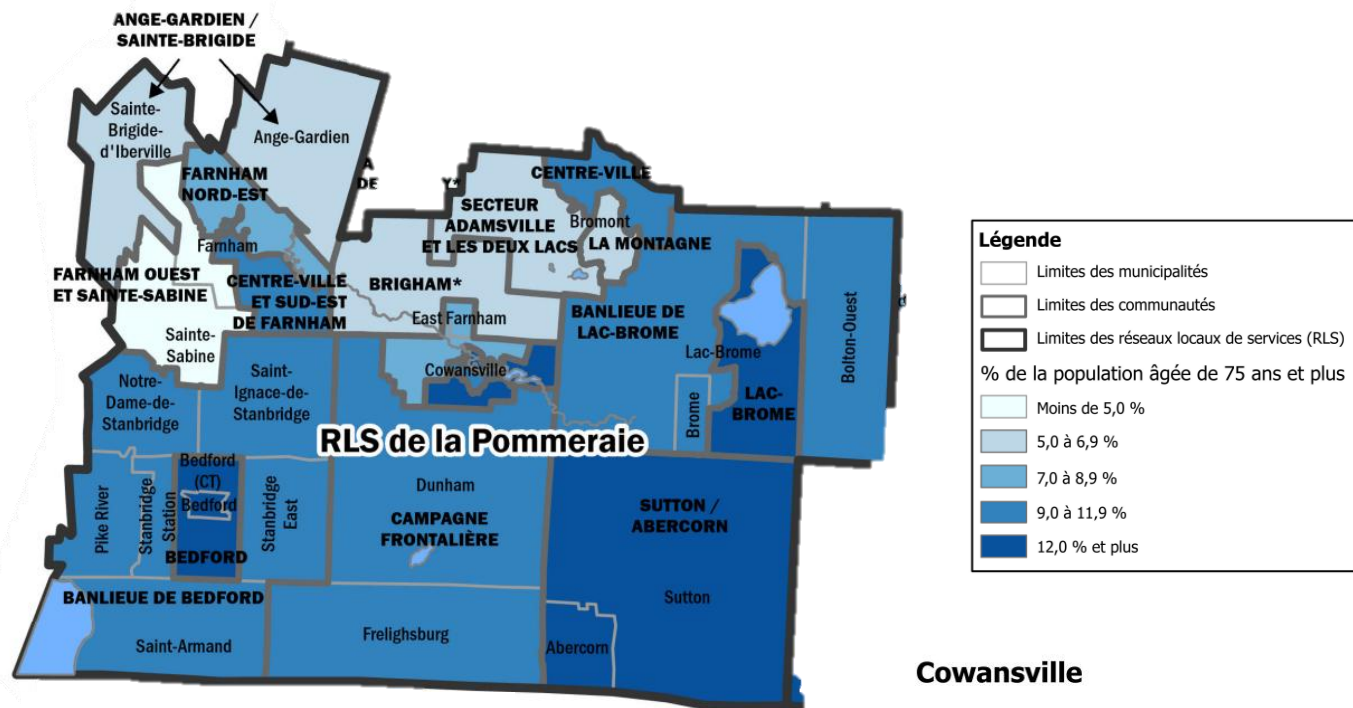
- Limites des municipalités
- Limites des communautés
- Limites des réseaux locaux de services (RLS)

% de la population âgée de 75 ans et plus

- Moins de 5,0 %
- 5,0 à 6,9 %
- 7,0 à 8,9 %
- 9,0 à 11,9 %
- 12,0 % et plus

LE TERRITOIRE DE LA POMMERAIE

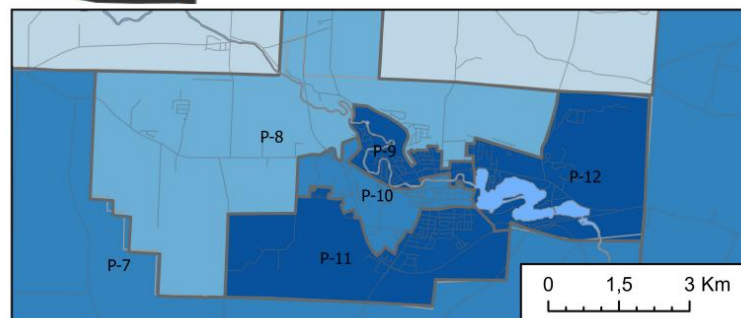
POPULATION ÂGÉE DE 75 ANS OU PLUS



Cowansville

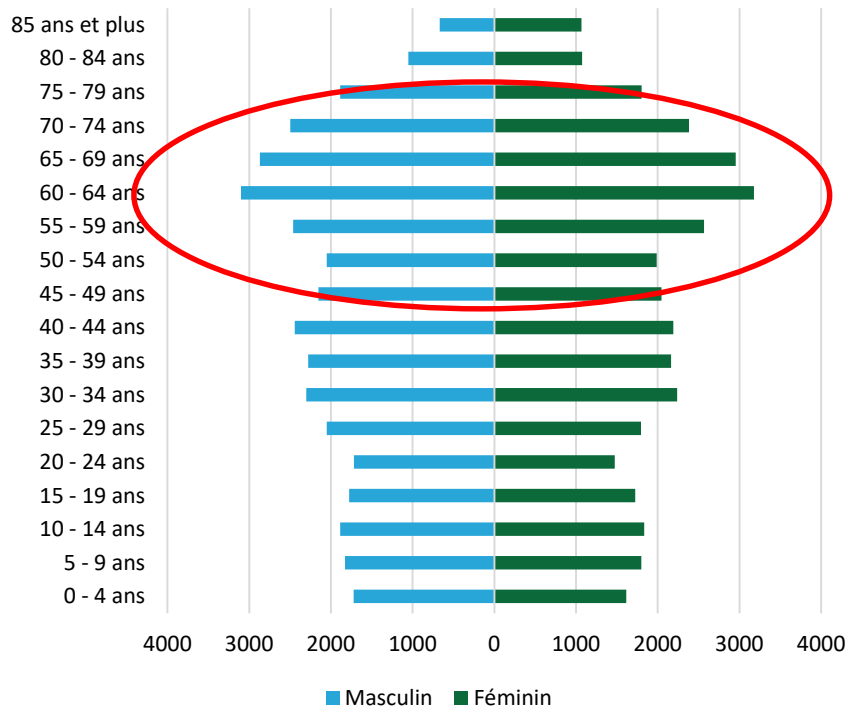
Ville de Cowansville

Communautés	Codes associés
Campagne frontalière	P-7
Secteur Wellington	P-8
Secteur Bernard	P-9
Cowansville centre	P-10
Secteur Mc Clure	P-11
Secteur Sweetsburg	P-12

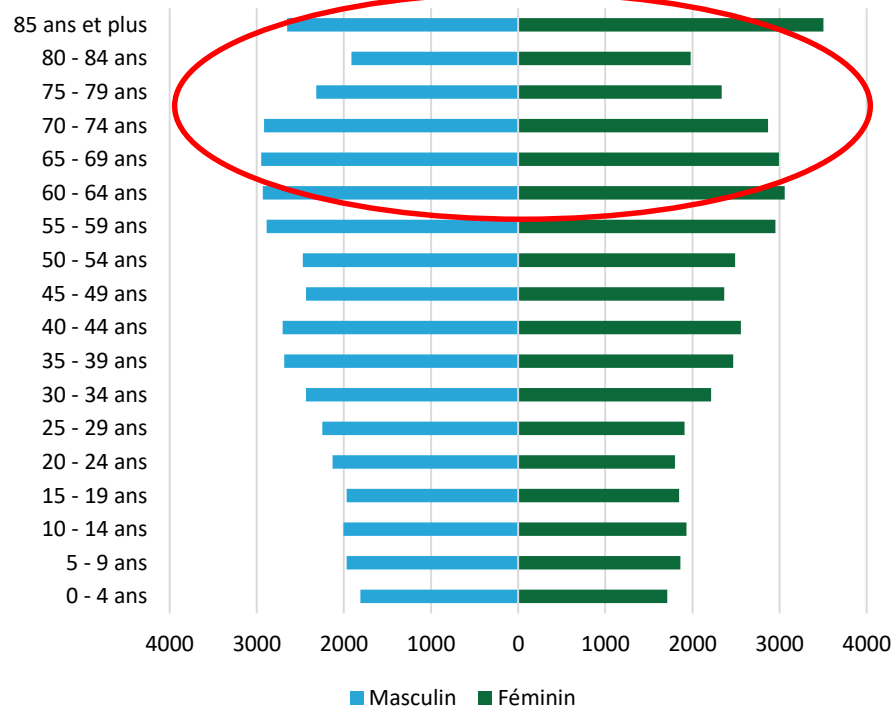


PYRAMIDE DES ÂGES À LA POMMERAIE – 2023 ET 2051

Estimation des effectifs de population selon le groupe d'âge et selon le sexe, La Pommeraie, 2023



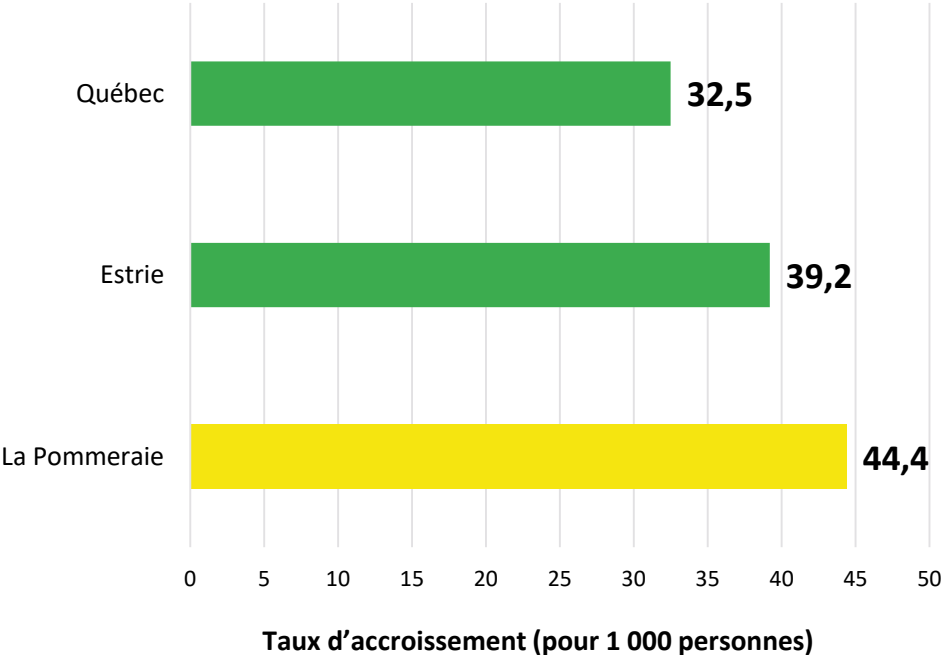
Projection des effectifs de population selon le groupe d'âge et selon le sexe, La Pommeraie, 2051



TAUX D'ACCROISSEMENT



Taux d'accroissement annuel moyen de la population de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2018 à 2023 (pour 1 000 personnes)



Taux d'accroissement annuel moyen de la population, selon le groupe d'âge, La Pommeraie, Estrie, 2018-2023 (pour 1 000 personnes)

Groupe d'âge	La Pommeraie	Estrie
0 à 14 ans	13,5	7,8
15 à 64 ans	18,6	9,7
65 ans ou plus	44,4	39,2
Total	24,0	16,2



ESTIMATION ET PROJECTION DU NOMBRE DE PERSONNES ÂÎNÉES – 2023 ET 2051

Estimation du nombre de personnes de 65 ans ou plus selon le
groupe d'âge, La Pommeraie, Estrie et Québec, **2023**

Région	65 ans à 74 ans	75 ans à 84 ans	85 ans ou plus	Total des 65 ans ou plus
La Pommeraie	10 707	5 815	1 736	18 258
Estrie	71 913	40 386	14 248	126 547
Québec	1 037 885	592 669	217 179	1 847 733

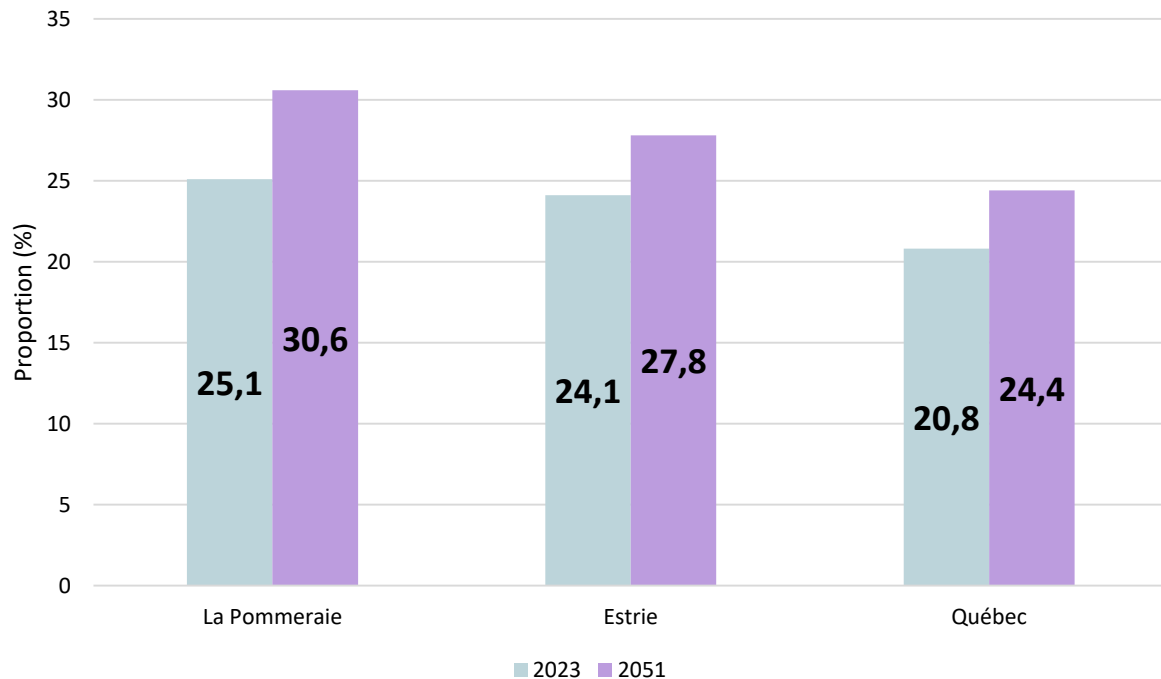
Projection du nombre de personnes de 65 ans ou plus selon
le groupe d'âge, La Pommeraie, Estrie et Québec, **2051**

Région	65 ans à 74 ans	75 ans à 84 ans	85 ans ou plus	Total des 65 ans ou plus
La Pommeraie	11 727	8 549	6 157	26 433
Estrie	76 941	55 999	42 320	175 260
Québec	1 075 146	784 338	561 439	2 420 923

ESTIMATION ET PROJECTION DE LA PROPORTION DE PERSONNES ÂNÉES



Estimation et projection de la proportion de personnes âgées de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2023 et 2051



- Selon les projections, la proportion de personnes âgées de 65 ans ou plus va augmenter d'environ 5 points de pourcentages de 2023 à 2051 à La Pommeraie.
- Chez les hommes de la Pommeraie, cette proportion va passer de 24,4% à 29,4% et chez les femmes, de 25,9% à 31,9%

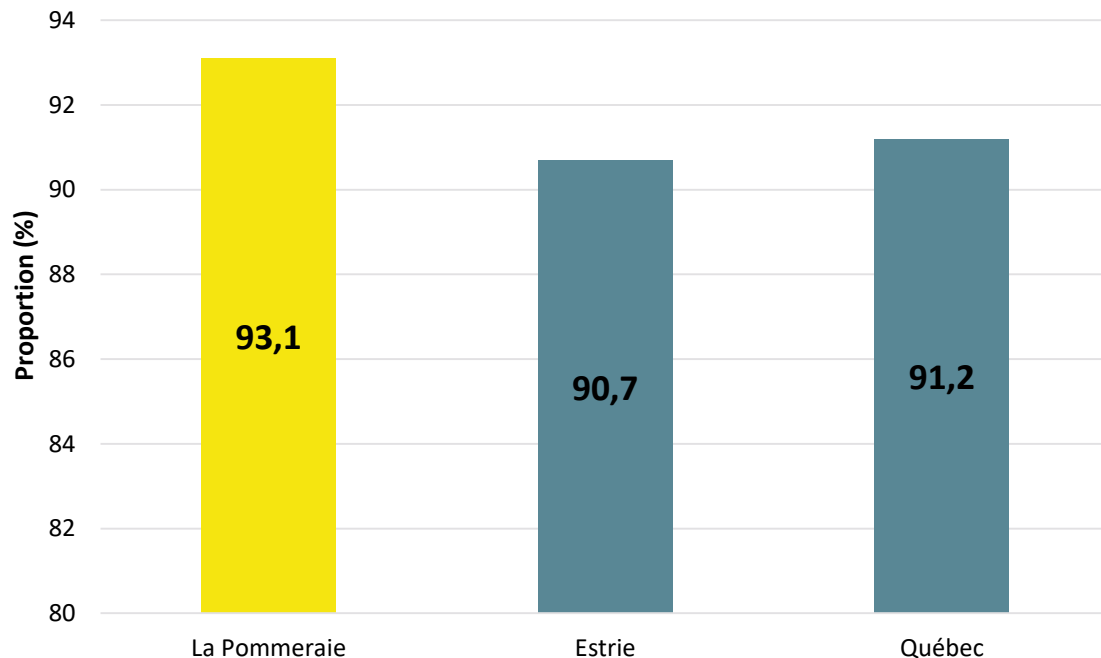


CARACTÉRISTIQUES SOCIOÉCONOMIQUES ET DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ

PERSONNES ÂÎNÉES VIVANT EN MÉNAGE PRIVÉ



Proportion de la population de 65 ans ou plus vivant en ménage privé, La Pommeraie, Estrie, Québec, 2021

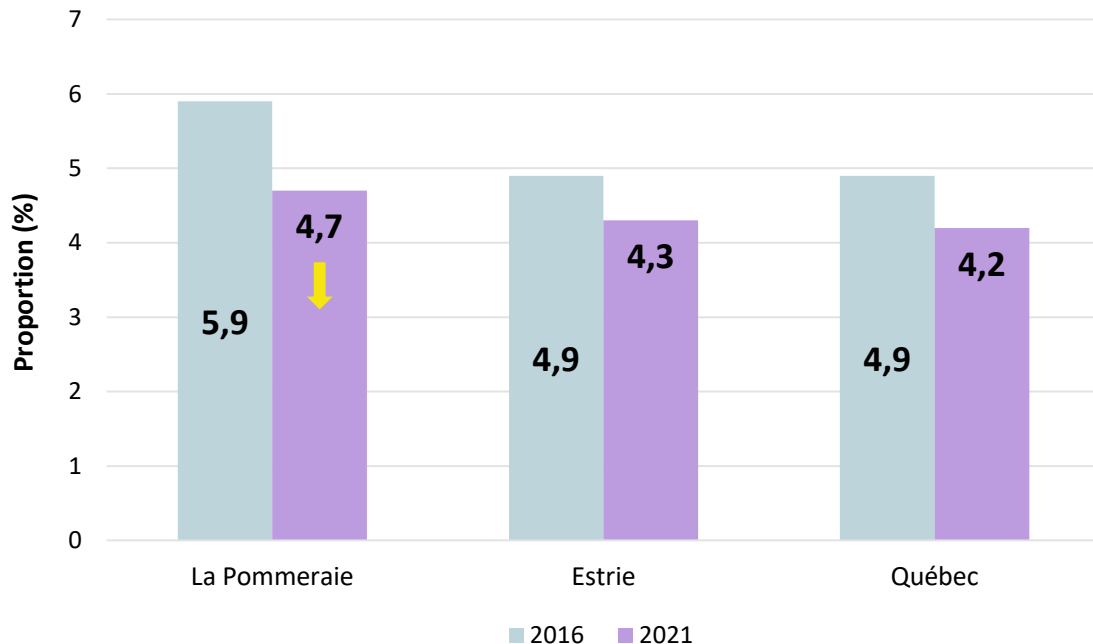


- Dans le RLS de la Pommeraie, 93,1 % des personnes de 65 ans ou plus vivent en ménage privé. Il s'agit d'une proportion supérieure à celle de l'Estrie (90,7%) et à celle du Québec (91,2%).
- Les hommes de 65 ans ou plus de la Pommeraie sont plus nombreux que les femmes à vivre en ménage privé (94,9% c. 91,3%).

PERSONNES ÂÎNÉES VIVANT DANS UN ÉTABLISSEMENT INSTITUTIONNEL



Proportion de la population âgée de 65 ans ou plus vivant dans un établissement institutionnel, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2016 et 2021



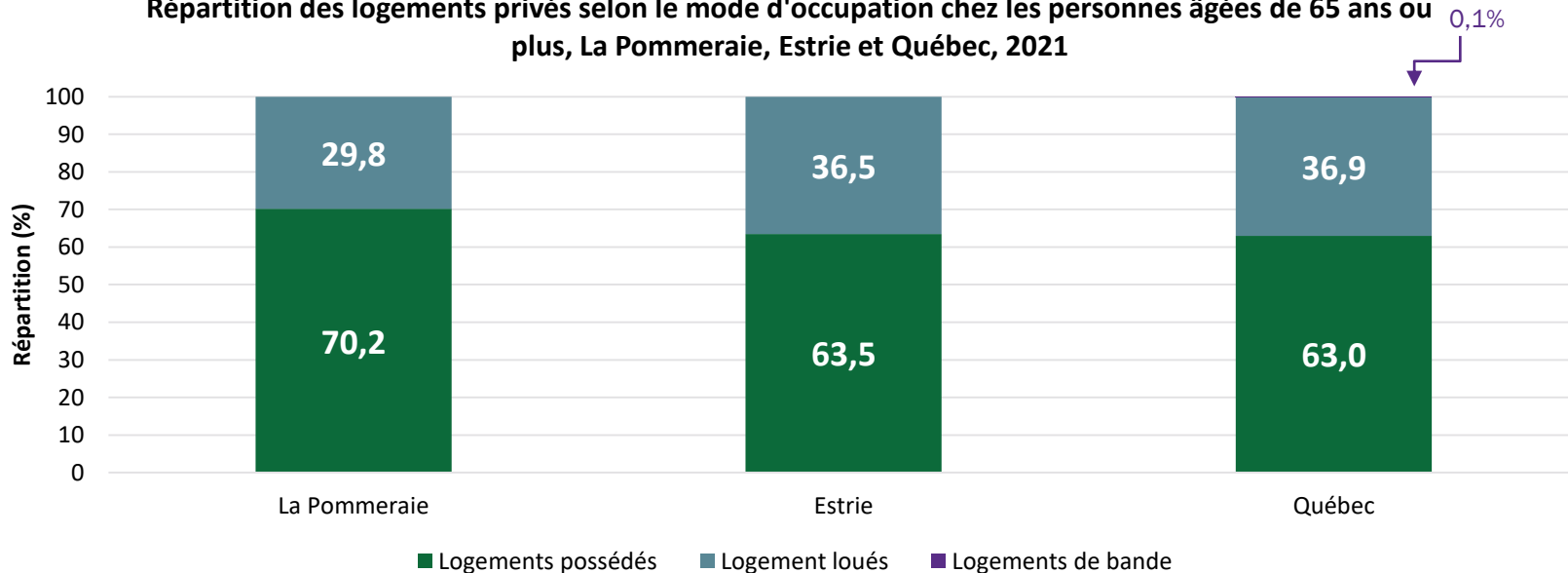
- À La Pommeraie, 4,7% des personnes âgées de 65 ans ou plus vivent dans un établissement institutionnel. Il s'agit d'une proportion inférieure à celle de 2016. Les femmes sont plus nombreuses en proportion à vivre dans un établissement institutionnel (5,8% c. 3,6% chez les hommes).
- L'Estrie (4,3%) et le Québec (4,2%) présentent des proportions comparables à celle du RLS.

MODE D'OCCUPATION

- À la Pommeraie, 70,2% des personnes âgées vivent dans un logement possédé. Il s'agit d'un pourcentage supérieur à celui de l'Estrie (63,5%) et celui du Québec (63,0%).



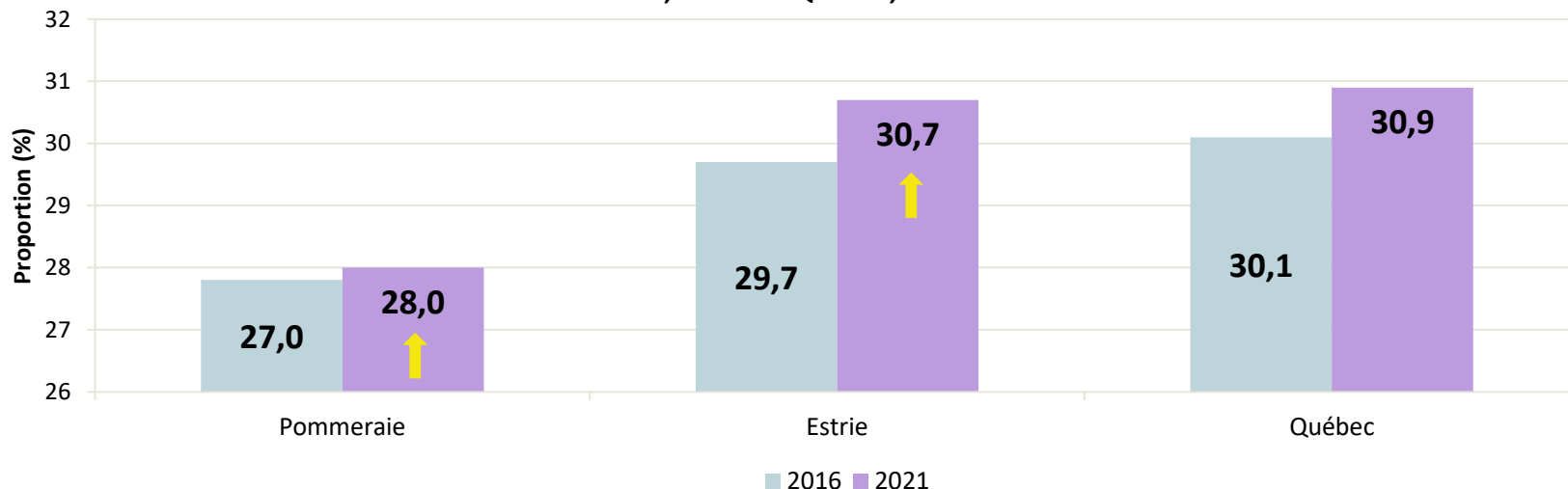
Répartition des logements privés selon le mode d'occupation chez les personnes âgées de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2021



PERSONNES ÂÎNÉES VIVANT SEULES

- À La Pommeraie, 28,0% des personnes âgées vivent seules dans les ménages privés. Il s'agit d'une proportion supérieure à celle de 2016. Les femmes âgées sont beaucoup plus nombreuses que les hommes du même âge à vivre seules (34,3% c. 23,3%)¹.
- Cette proportion du RLS est inférieure à celle de l'Estrie (30,7%) et à celle du Québec (30,9%).

Proportion de la population de 65 ans ou plus vivant seules dans les ménages privés, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2016 et 2021

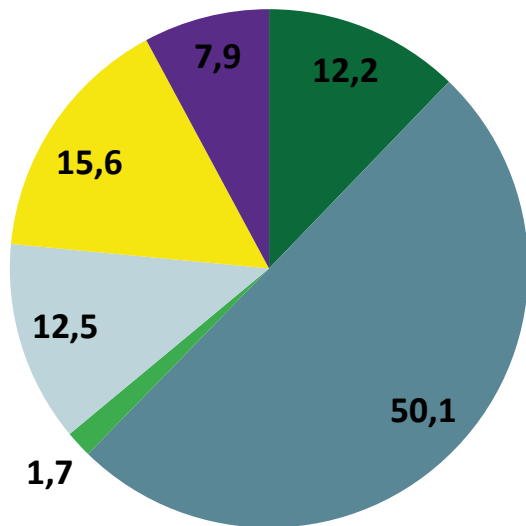


Source : Tableau de bord des communautés de l'Estrie, 2021

¹ Données extraite du recensement 2021

ÉTAT MATRIMONIAL DE FAIT

Répartition de la population de 65 ans ou plus selon l'état matrimonial de fait, la Pommeraie, 2021



■ Vivant en union libre

■ Séparé(e)

■ Veuf ou veuve

■ Marié(e) (et non séparé(e))

■ Divorcé(e)

■ Célibataire (jamais légalement marié(e))

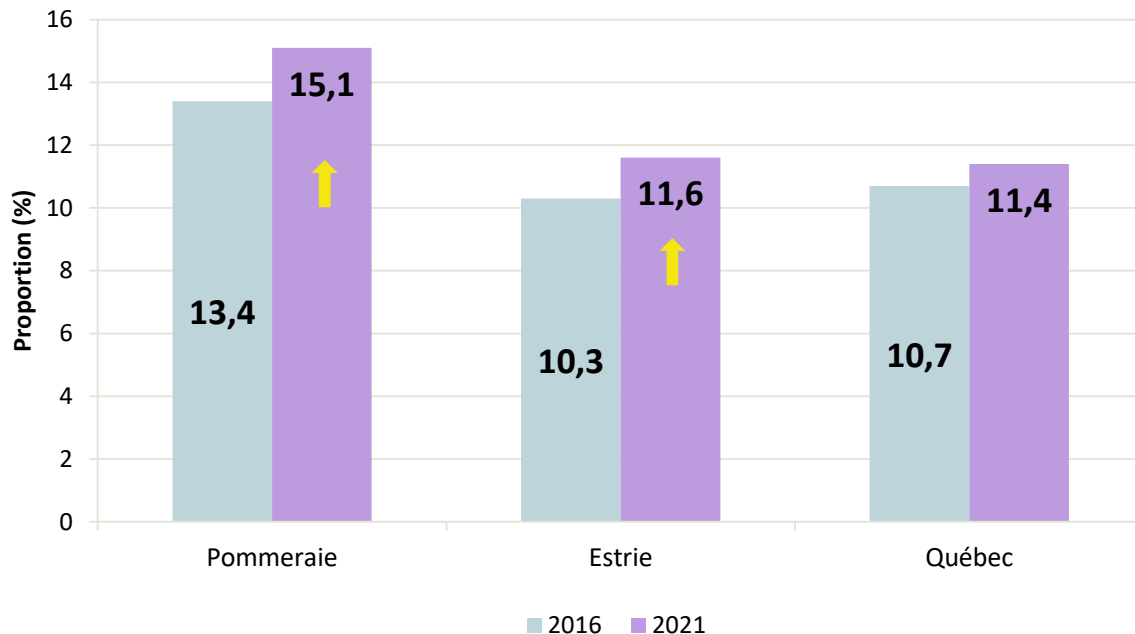
- À la Pommeraie, la moitié des personnes âgées sont mariées (et non séparées) (50,1%). De plus, 1 personne âgée sur 5 est veuve (15,6%).
- On constate des différences selon le genre: les hommes sont plus nombreux vivre en union libre (14,5% c. 10,2%), et à être marié (55,6% c. 44,6%). Quant à elle, les femmes sont plus nombreuses à être divorcée (13,3% c. 11,8%) et à être veuve (23,1% c. 7,8%).
- L'Estrie présente un moins grand pourcentage de personnes âgées étant mariées (46,7%). À l'opposé, plus de personnes sont veuves en Estrie que dans le RLS (16,7%).

An abstract graphic design featuring a light blue background. In the top right corner, there are three curved, parallel bands in dark blue, purple, and yellow. Below these, a large green circle is partially overlapped by a yellow circle. To the right of the green circle is a dark blue semi-circle. The text 'VOLET TRAVAIL' is positioned in the bottom left corner in a bold, purple, sans-serif font.

VOLET TRAVAIL

TOUS LES TRAVAILLEURS ÂÎNÉS

Proportion de la population de 65 ans ou plus occupant un emploi,
La Pommeraie, Estrie et Québec, 2016 et 2021

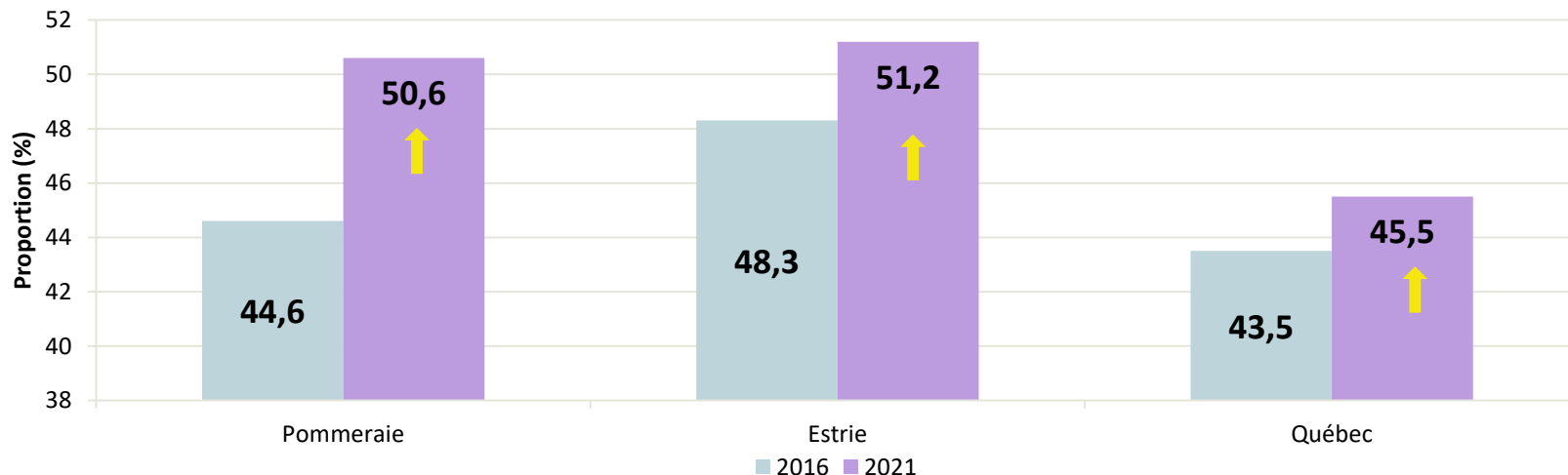


- À la Pommeraie, 15,1% des personnes âgées de 65 ans ou plus occupent un emploi. Il s'agit d'une proportion qui est supérieure à celle de 2016.
- L'Estrie (11,6%) et le Québec (11,4%) présentent des proportions inférieures à celle du RLS.
- Au Québec, les hommes de 65 à 69 ans sont plus nombreux à occuper un emploi que les femmes du même âge (57% c. 42%).

LES TRAVAILLEURS ÂÎNÉS À TEMPS PARTIEL

- À La Pommeraie, parmi tous les travailleurs de 65 ans ou plus, c'est la moitié d'entre eux qui travaillent à temps partiel (50,6%). Il s'agit d'une proportion inférieure à celle de 2016.
- C'est une proportion comparable à celle de l'Estrie (51,2%), mais supérieure à celle du Québec (45,5%). Dans la province, les femmes de 65 ans ou plus sont plus nombreuses à travailler à temps partiel que les hommes (49,5% c. 41,0%).

Proportion des travailleurs de 65 ans ou plus à temps partiel parmi les travailleurs du même groupe d'âge, La Pommeraie, Estrie, Québec, 2016 et 2021





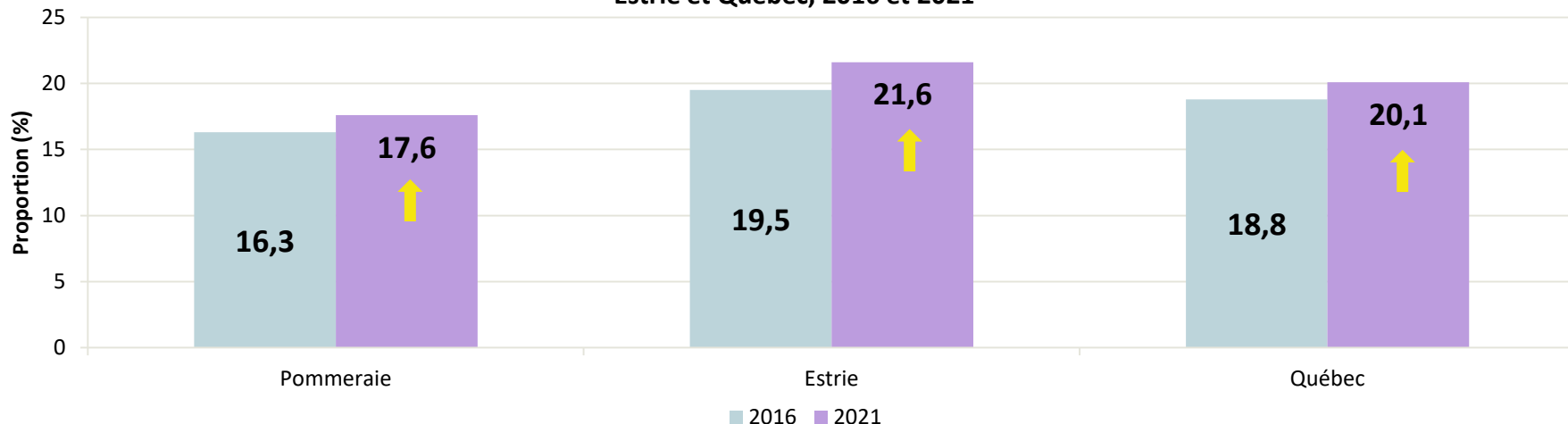
VOLET ÉCONOMIQUE

LE FAIBLE REVENU



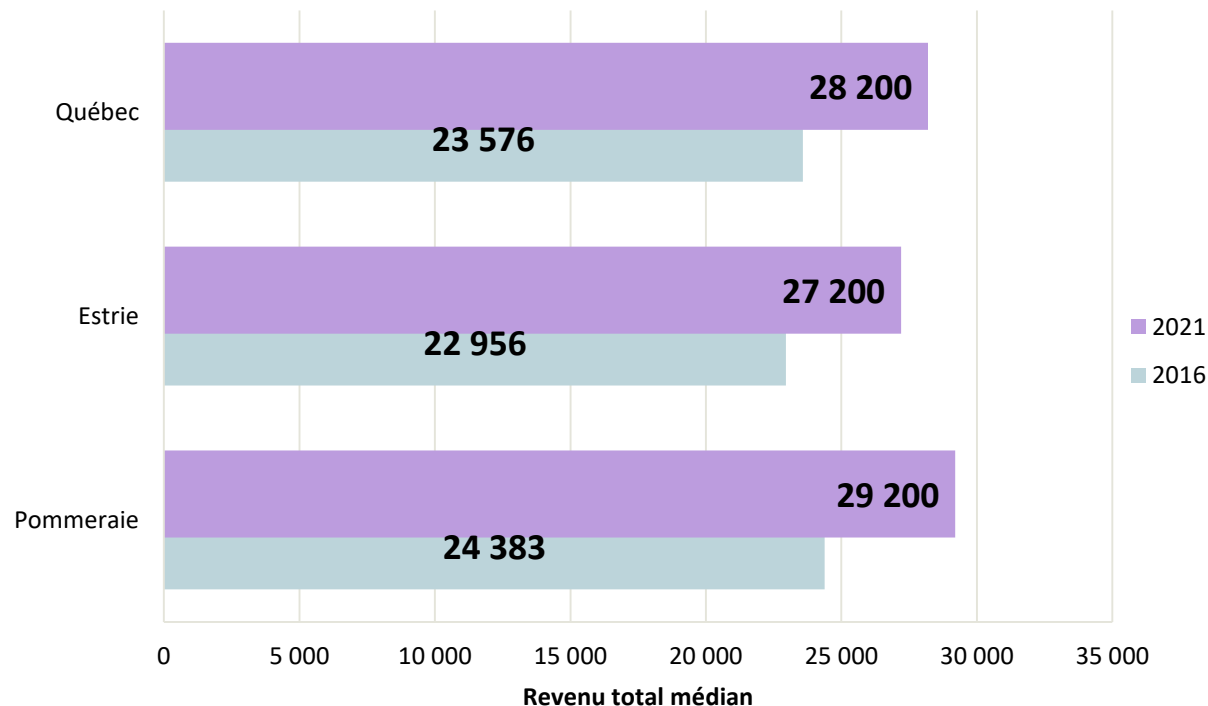
- À la Pommeraie, 17,6% des personnes de 65 ans ou plus ont un faible revenu dans les ménages privés. Il s'agit d'une augmentation par rapport à 2016. Les données suggèrent une proportion plus élevée de femmes aînées à faible revenu que d'hommes du même groupe d'âge.
- Aussi, le RLS présente une proportion inférieure à celle de l'Estrie (21,6%) et celle du Québec (20,1%).

Proportion de la population de 65 ans ou plus à faible revenu dans les ménages privés, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2016 et 2021



LE REVENU

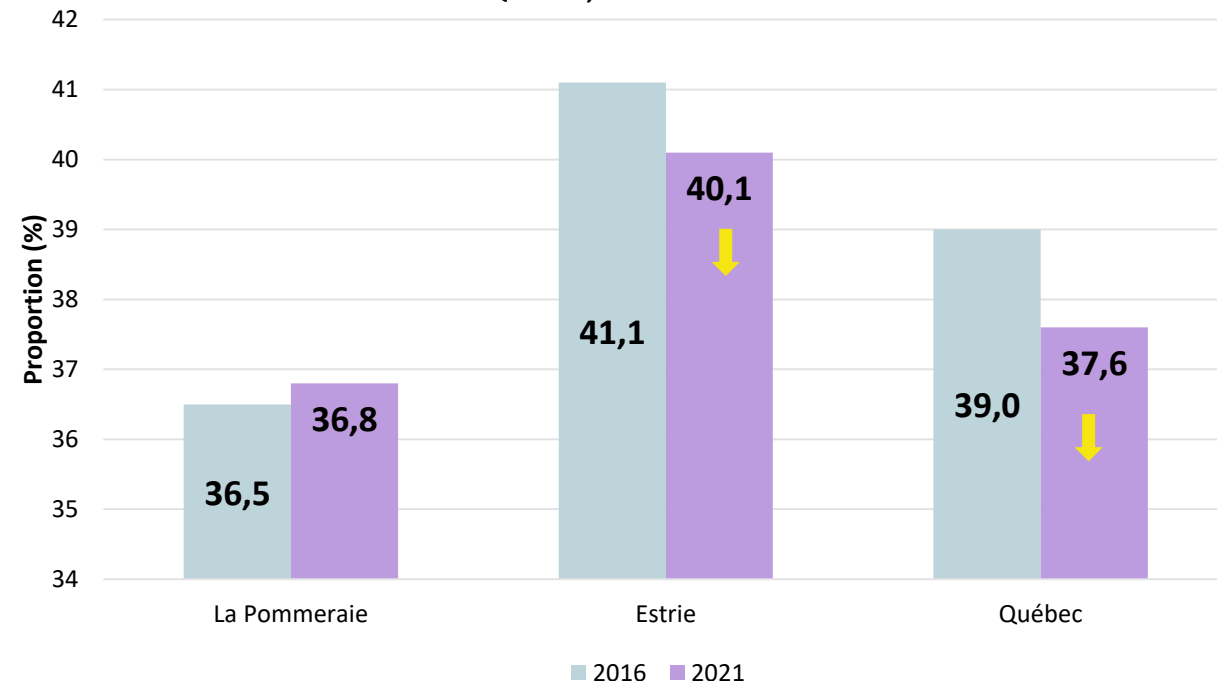
Revenu total médian après impôt chez la population de 65 ans ou plus, La Pommeraiie, Estrie et Québec, 2016 et 2021



- À la Pommeraiie, le revenu total médian après impôt chez les personnes aînées est de 29 200\$. Il s'agit d'une augmentation par rapport à 2016.
- De plus, il s'agit d'un revenu médian supérieur à celui de l'Estrie (27 200\$) et celui du Québec (28 200\$).

SUPPLÉMENT DE REVENU GARANTI ET L'ALLOCATION AU CONJOINT

Proportion de personnes de 65 ans ou plus bénéficiant du supplément de revenu garanti et de l'allocation au conjoint, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2016 et 2021

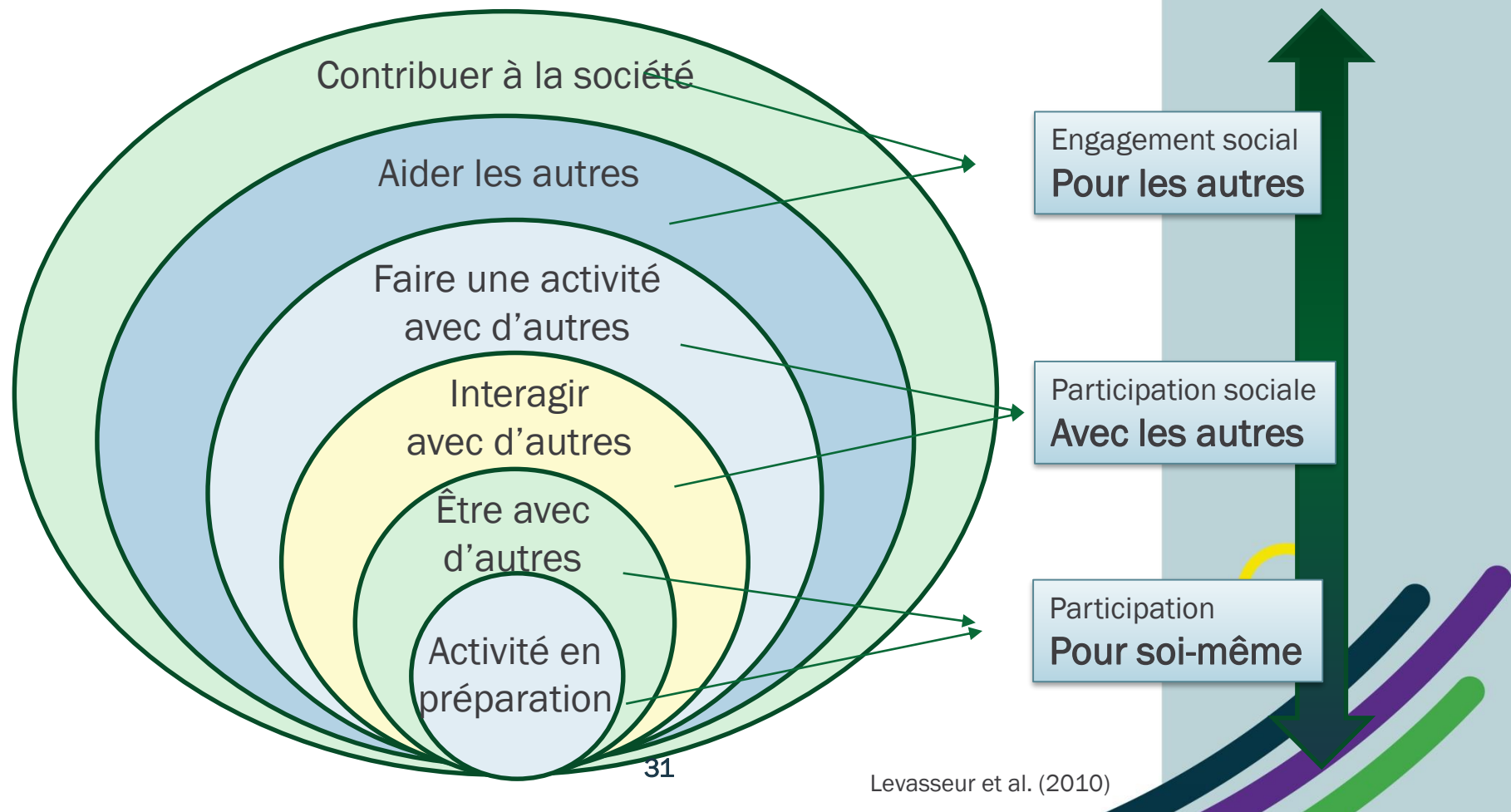


- À la Pommeraie, 36,8% des personnes âgées de 65 ans ou plus bénéficient du supplément de revenu garanti et de l'allocation au conjoint. C'est une proportion qui est demeurée stable par rapport à 2016.
- L'Estrie (40,1%) présente une proportion supérieure à celle du territoire, alors que la proportion du Québec est comparable à celle de la Pommeraie (37,6%).



LE CONTINUUM DE LA PARTICIPATION SOCIALE

Taxonomie de la participation sociale



Siéger sur une table
de concertation

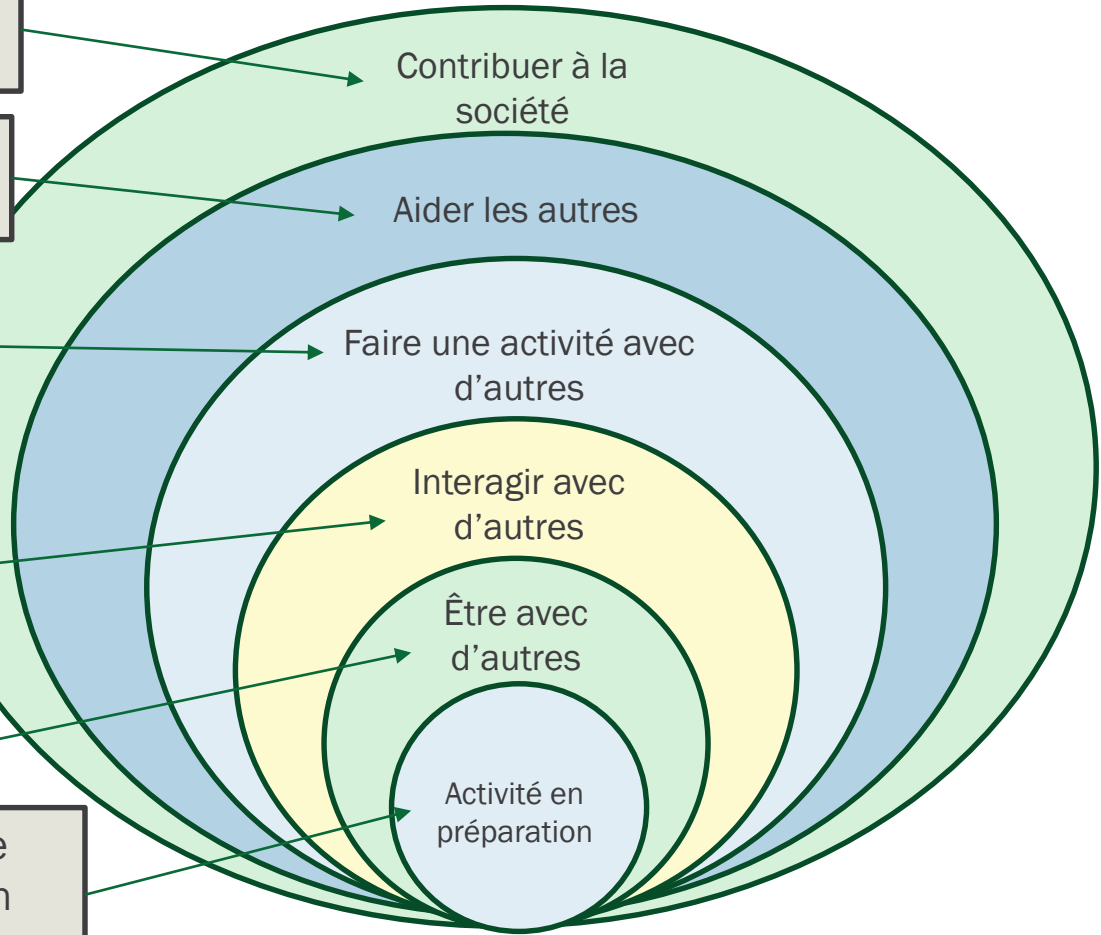
Être bénévole pour
la popotte roulante

S'inscrire au yoga
une fois par
semaine

Aller dans une
conférence et
rester discuter
avec les autres

Aller au cinéma

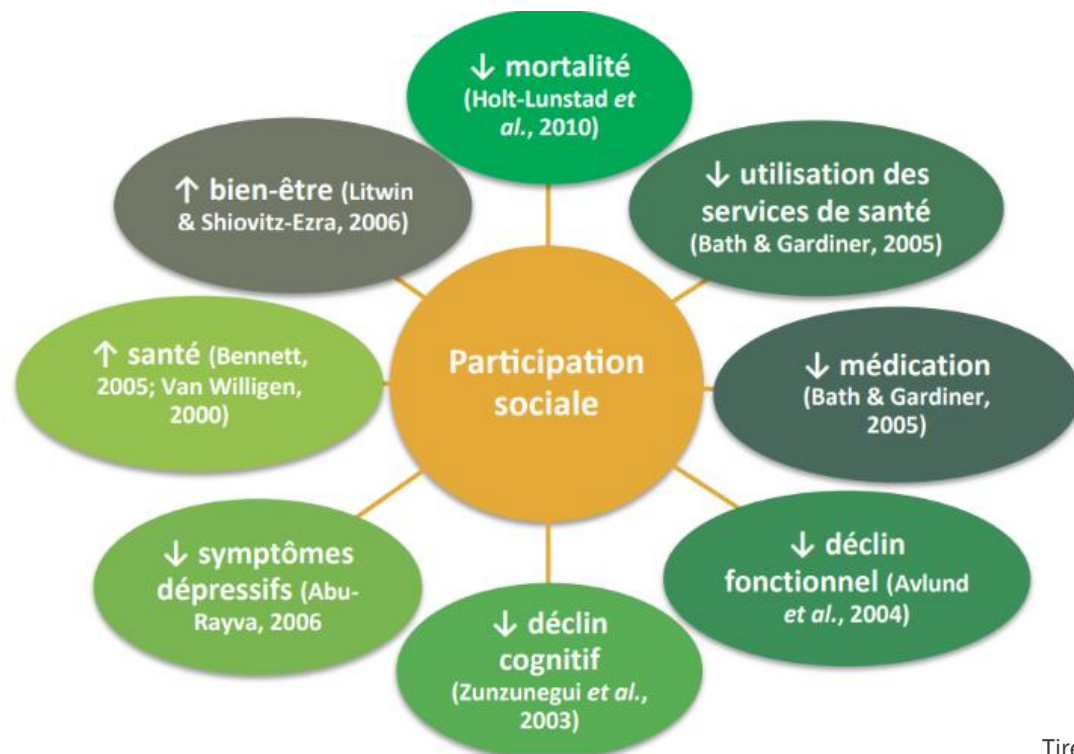
Se préparer et prendre
des info pour aller à un
événement





L'implication d'une personne dans des activités qui lui procurent des interactions avec les autres (Levasseur et al., 2010, p. 2146) dans la vie communautaire et dans des milieux partagés et importants, évoluant selon le temps et les ressources disponibles et en fonction de son contexte sociétal des individus et de ce qui est désiré et signifiant selon eux (Levasseur et al., 2022a; p. 8)

POURQUOI PARTICIPER



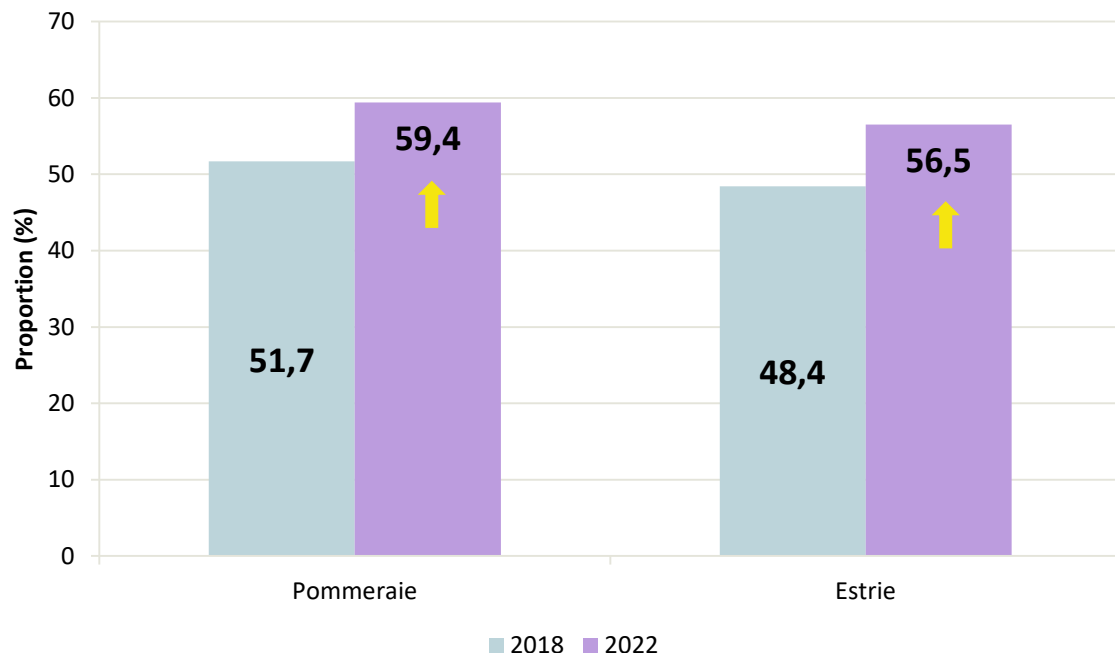
Tiré du présentation de Pre Mélanie Levasseur au comité organisateur du forum. 2024

An abstract graphic design featuring a light blue background. In the top right corner, there are three curved lines in dark blue, purple, and yellow. Below these, there is a large green circle and a smaller yellow circle that overlaps it. To the right of the green circle is a large dark blue circle. The text 'PARTICIPATION SOCIALE' is written in a bold, dark green, sans-serif font in the bottom left corner.

PARTICIPATION SOCIALE

LA PARTICIPATION SOCIALE

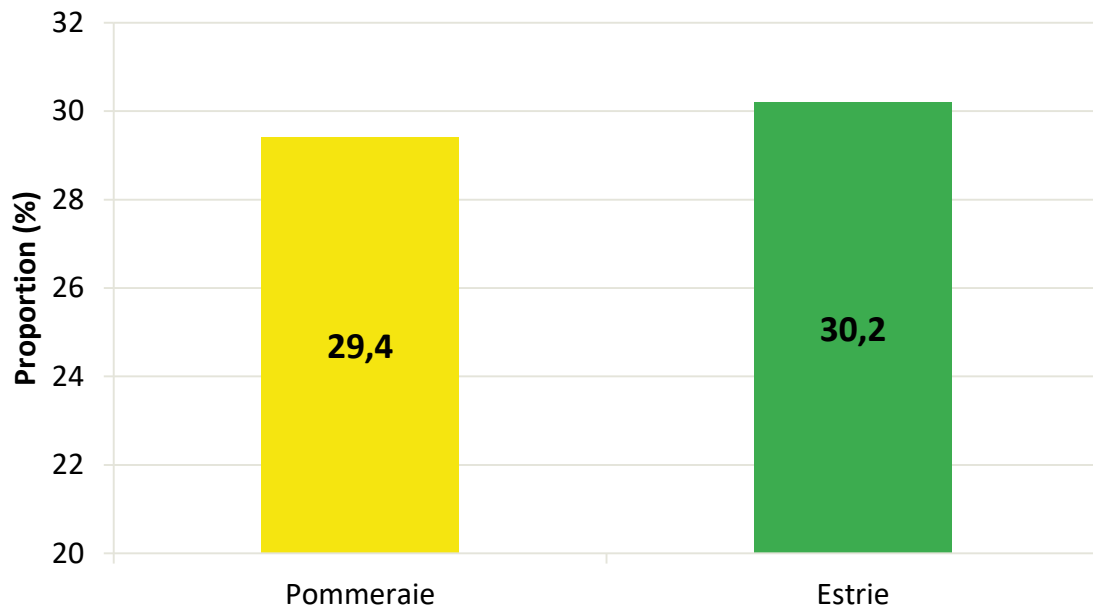
Proportion de la population de 60 ans ou plus participant à des activités à l'extérieur de leur domicile au moins une fois par semaine (au cours des 12 derniers mois), La Pommeraie et Estrie, 2018 et 2022



- À la Pommeraie, c'est près de trois personnes de 60 ans ou plus sur cinq (59,4%) qui participent à des activités à l'extérieur de leur domicile au moins une fois par semaine. Il s'agit d'une augmentation d'environ 8 points depuis 2018.
- Du côté de l'Estrie, cette proportion est comparable (56,5%). De plus, les femmes de 60 ans ou plus sont plus nombreuses que les hommes à participer au moins une fois par semaine ou plus (60,9% . 52,0%)

LA PARTICIPATION SOCIALE

Proportion de la population de 60 ans ou plus ayant eu envie de participer à plus d'activités (au cours des 12 derniers mois), La Pommeraie et Estrie, 2022

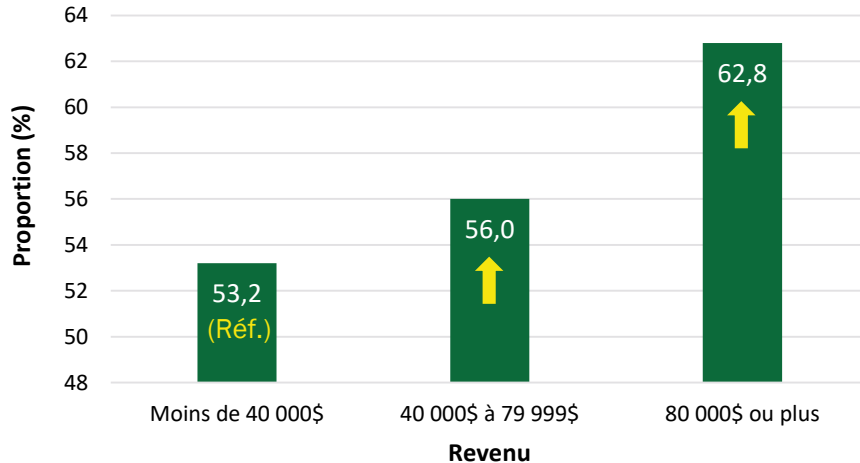


- À la Pommeraie, presque 30% des personnes de 60 ans ou plus ont eu envie de participer à plus d'activités au cours des 12 derniers mois (29,4%).
- Il s'agit d'une proportion comparable à celle de l'Estrie (30,2%). De plus, les hommes et les femmes de la région présente des proportions similaires.

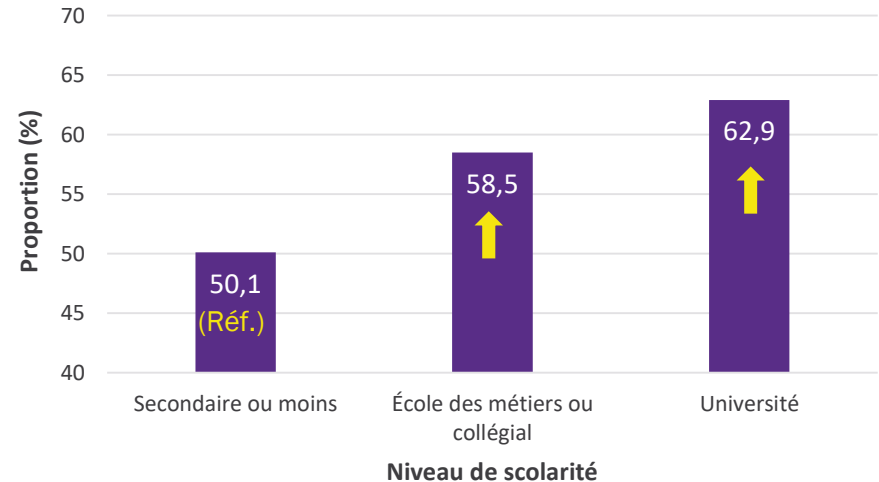
LA PARTICIPATION SOCIALE

La proportion des personnes âgées de 60 ans ou plus qui participent une fois par semaine ou plus à des activités à l'extérieur de leur domicile est plus élevée chez les personnes ayant un revenu plus élevé (62,8 % avec 80 000 \$ ou plus contre 53,2 % avec moins de 40 000 \$) et chez les personnes les plus scolarisées (62,9 % université contre 50,1 % secondaire ou moins).

Proportion des personnes de 60 ans ou plus qui participent à des activités à l'extérieur de leur domicile une fois par semaine ou plus (au cours des 12 derniers mois) selon le revenu, Estrie, 2022



Proportion des personnes de 60 ans ou plus qui participent à des activités à l'extérieur de leur domicile une fois par semaine ou plus (au cours des 12 derniers mois) selon le niveau de scolarité, Estrie, 2022



An abstract graphic design featuring a light blue background. In the top right corner, there are several curved, overlapping bands in dark blue, purple, and yellow. Below these, a large green circle is partially overlapped by a smaller yellow circle. To the right of the green circle, a dark blue curved shape is visible. The text 'HABITUDES DE VIE' is positioned in the bottom left corner in a bold, dark green, sans-serif font.

HABITUDES DE VIE

LES HABITUDES DE VIE



Proportion brute des personnes âgées de 65 ans ou plus selon les principales habitudes de vie, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2020-2021

Indicateurs des principales habitudes de vie chez les personnes âgées	La Pommeraie	Estrie	Québec	Comparaison statistique entre le RLS et l'Estrie
Consommation d'au moins quatre verres d'eau par jour	48,6 H: 36,7%* F: 61,1%	52,3	49,5	ns
Consommation d'au moins une sorte de boisson sucrée, une fois par jour ou plus	56,0 ↑ H et F: ns	55,2	53,8	ns
Consommation excessive d'alcool une fois par mois ou plus au cours des 12 derniers mois	14,5* H et F: ns	14,1	13,4	ns
Atteindre les recommandations d'activité physique de loisir et de transport au cours du dernier mois	46,7 H et F: ns	44,9	41,5	ns
Présentation d'un surplus de poids (embonpoint ou obésité)	56,1 H et F: ns	62,6	62,7	ns

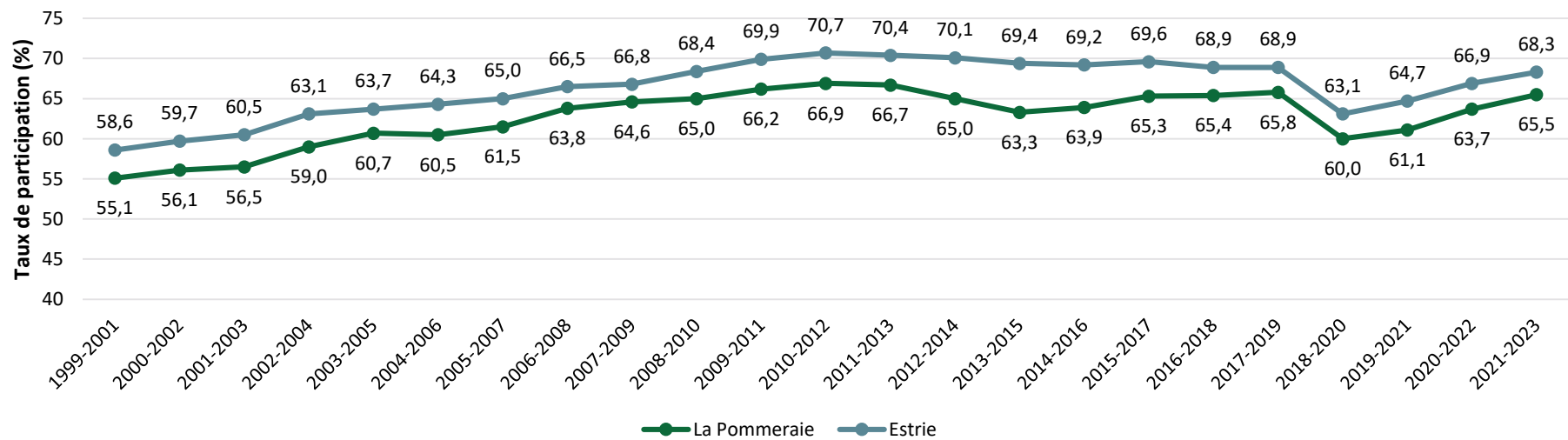
The image features an abstract composition of geometric shapes. In the upper right, there are three curved, parallel bands in dark blue, purple, and yellow. Below these, a large green circle is partially overlapped by a smaller yellow circle. To the right of the green circle is a dark blue semi-circle, and above it is a light green semi-circle. The background is a solid light blue. The word 'PRÉVENTION' is written in a bold, dark green, sans-serif font in the bottom left corner.

PRÉVENTION

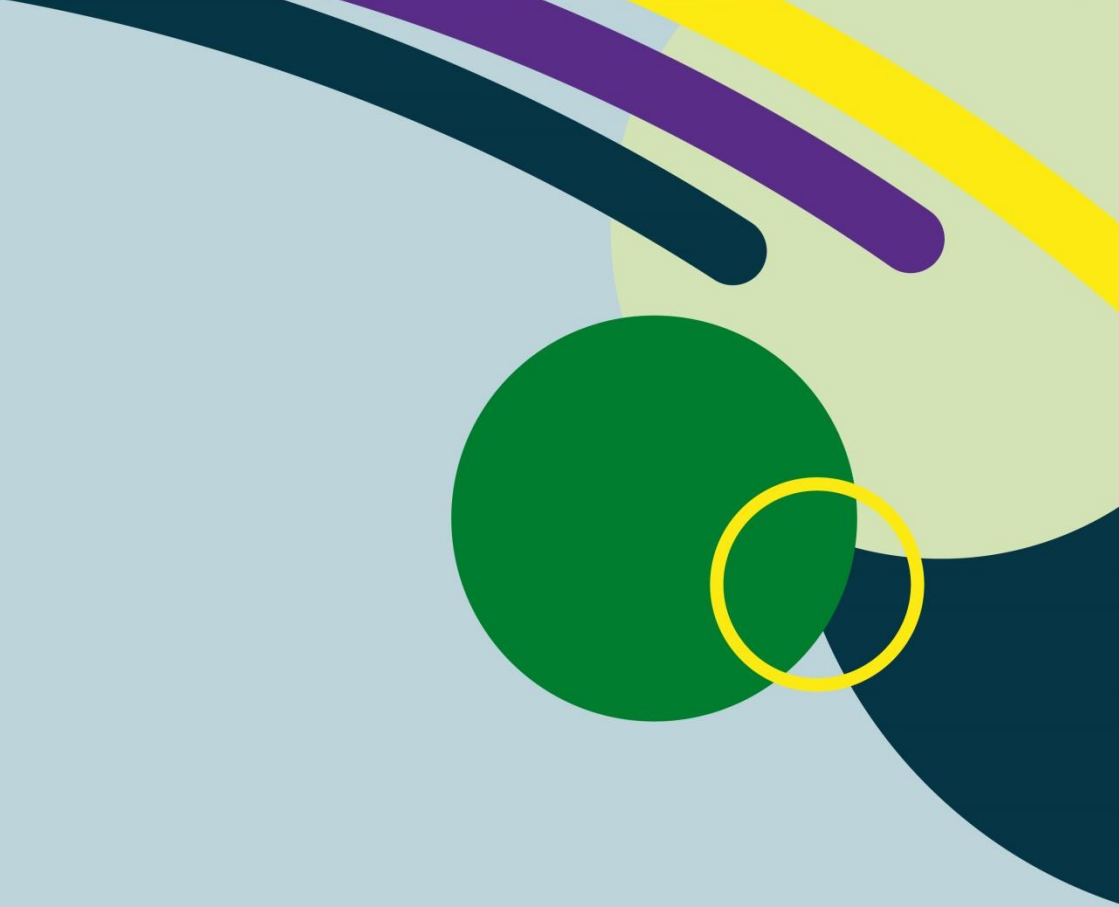
PARTICIPATION AU PROGRAMME QUÉBÉCOIS DE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN (PQDCS)

- À la Pommeraie, 2 femmes de 50 à 69 ans sur 3 a participé au Programme Québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) en 2021-2023 (65,5%). Globalement, le taux de participation a augmenté depuis 1999-2001 (55,1% c. 65,5%).
- L'Estrie présente un taux de participation supérieur à celui du RLS pour l'ensemble des années présentées ci-dessous.

Taux de participation (%) des femmes de 50 à 69 ans au PQDCS, La Pommeraie et Estrie, 1999-2001 à 2021-2023



PAUSE





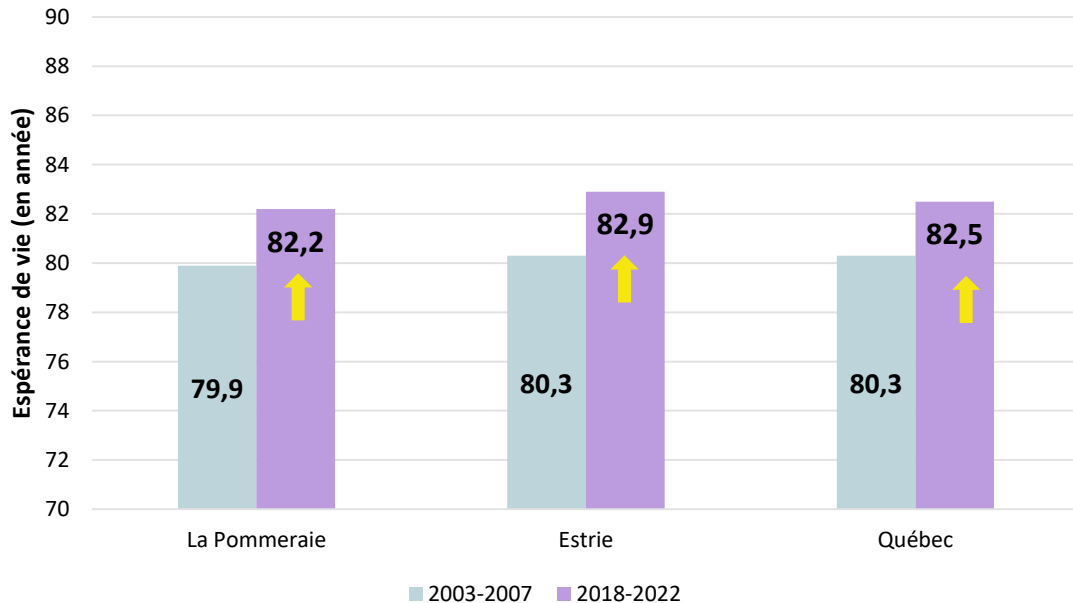
ÉTAT DE SANTÉ

- Espérance de vie
- La perception de l'état de santé
- Les incapacités
- Les cancers
- Les maladies chroniques
- Les traumatismes non intentionnels
- La santé mentale

ESPÉRANCE DE VIE



Espérance de vie à la naissance, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2003-2007 et 2018-2022

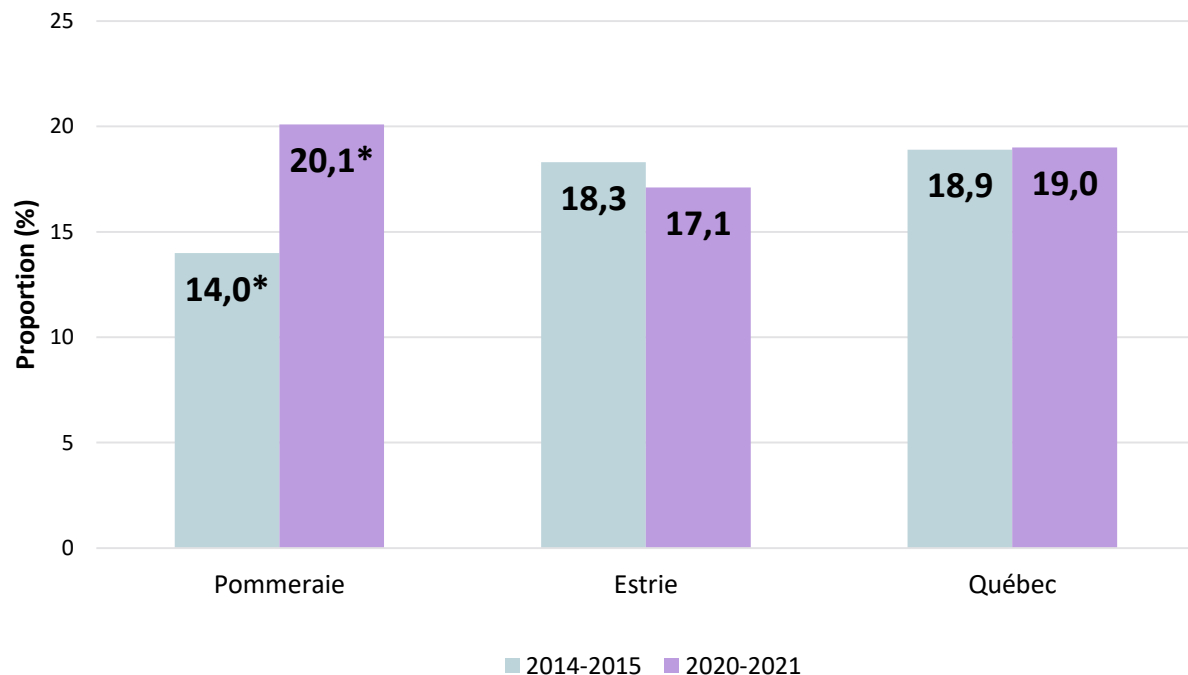


- À la Pommeraie, l'espérance de vie à la naissance est de 82,2 ans (80,4 ans chez les hommes et 84,1 chez les femmes). Il s'agit d'une augmentation de plus de 2 années depuis 2003-2007.
- Les résidents du RLS vivent moins longtemps que dans le reste de l'Estrie (différence de 0,7 année).

LA PERCEPTION DE L'ÉTAT DE SANTÉ



Proportion brute de la population de 65 ans ou plus ne se percevant pas en bonne santé, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2020-2021

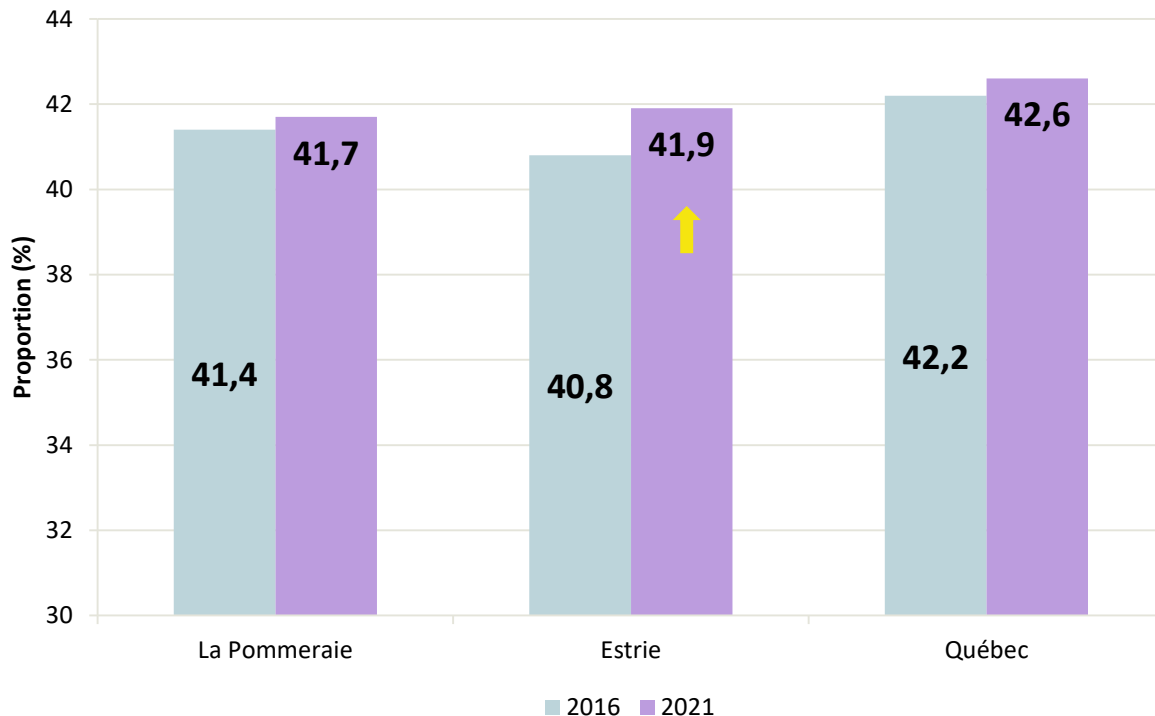


- À la Pommeraie, 1 personne aînée sur 5 ne se perçoit pas en bonne santé (20,1%*). Il n'y a pas de différence entre les hommes et les femmes. Enfin, il s'agit d'une proportion comparable à celle de 2014-2015.
- L'Estrie (17,1%) et le Québec (19,0%) présentent des proportions semblables à celle du RLS.

LES INCAPACITÉS



Proportion de la population de 65 ans ou plus ayant une incapacité, La Pommeraiie, Estrie et Québec, 2016 et 2021



- À la Pommeraiie, 41,7% des personnes âgées présentent une incapacité. Il s'agit d'une proportion comparable à celle de 2016.
- Le RLS affiche une proportion comparable à celle de l'Estrie (41,9%) et celle du Québec (42,6%).

LE CANCER

Taux annuel moyen brute d'incidence des cancers les plus fréquents chez les personnes de 65 ans ou plus, La Pommeraiie, 2019-2023 (pour 100 000 personnes)

Siège du cancer	Taux d'incidence (pour 100 000)	Nombre annuel moyen	Comparaison avec l'Estrie
Poumon	448,3	75	ns
Sein (femme)	411,9	35	ns
Prostate (homme)	708,4 ↓	59	(+) (590,5)
Colorectal	224,7 ↓	38	ns

Taux annuel moyen brut d'hospitalisation en soins physiques de courte durée pour tumeurs chez les personnes de 65 ans ou plus, La Pommeraiie, 2019-2024 (pour 10 000 personnes)

Taux d'hospitalisation (pour 10 000)	Nombre annuel moyen	Comparaison avec l'Estrie
150,2 ↓	253	(-) (172,8)

LE CANCER

Répartition (%) des principales causes de décès chez la population de 65 ans ou plus, La Pommeraie, 2018 à 2022

■ Tumeurs malignes

■ Maladies du coeur

■ Maladies cérébrovasculaires

■ Maladies des voies respiratoires inférieures

■ Traumatismes non intentionnels

■ COVID-19

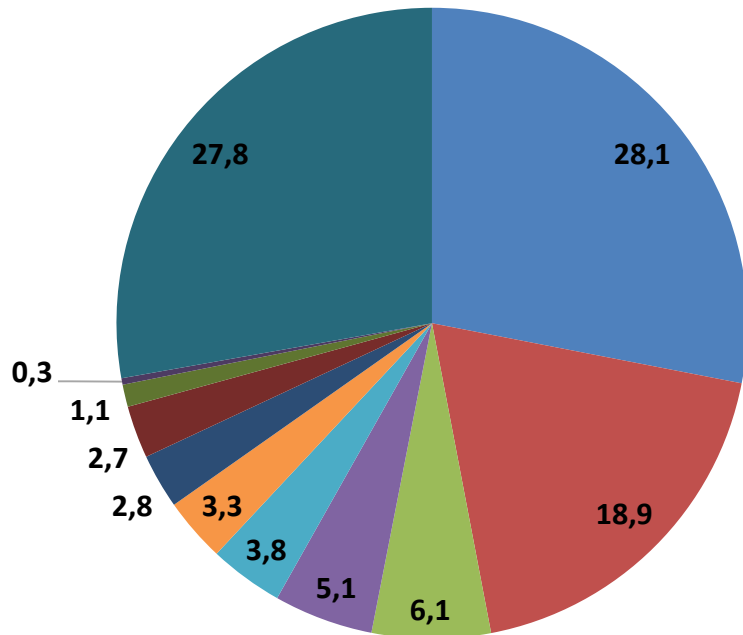
■ Grippe et pneumopathie

■ Maladie d'Alzheimer

■ Diabète sucré

■ Suicide (lésions auto-infligées)

■ Autres causes



- Près de la moitié des décès chez les personnes âgées à la Pommeraie sont causés par des cancers (28,1%) et les maladies du cœur (18,9%).
- L'Estrée présente des causes similaires à celles de la Pommeraie à l'exception des maladies cérébrovasculaires (plus fréquentes dans le RLS).
- Depuis 2013-2017, plusieurs changements se sont produits dans la répartition des causes de décès: diminution des décès dû aux maladies du cœur (21,5%), à l'Alzheimer (5,5%) et au diabète (2,2%). Augmentation des décès dû aux maladies cérébrovasculaires (4,4%), aux TNI (2,8%) et à la COVID-19 (0%).

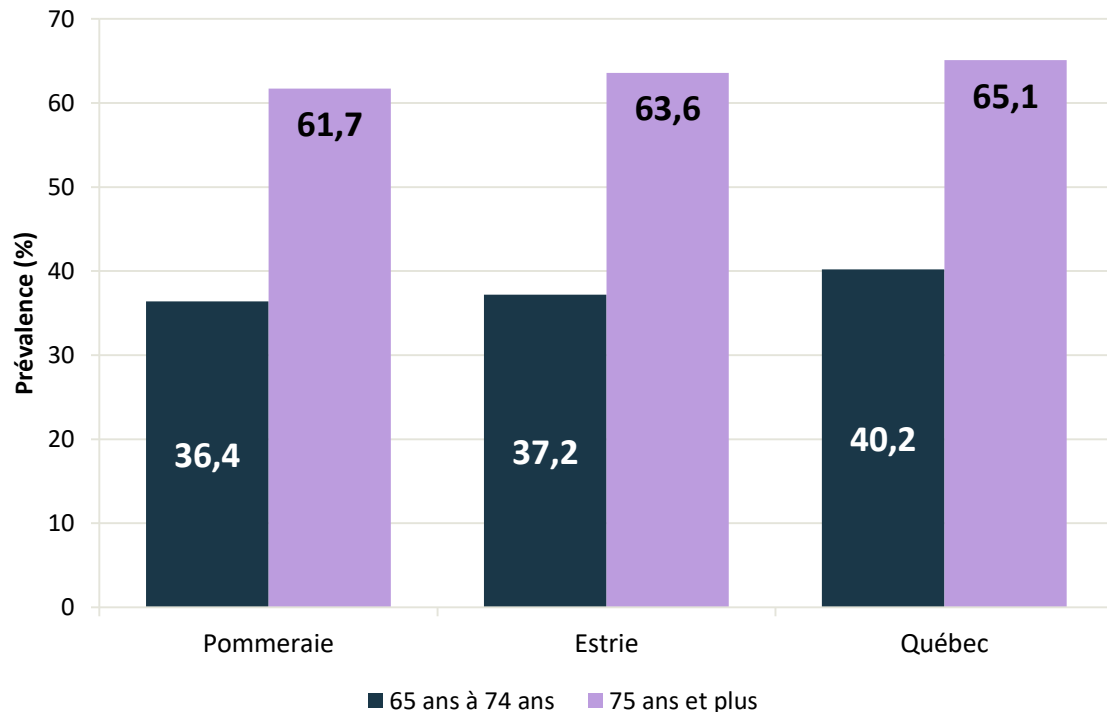
PRÉVALENCE DES PRINCIPALES MALADIES CHRONIQUES

Prévalence ajustée des principales maladies chroniques chez la population de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2022-2023

Maladies chroniques	Prévalence (%) La Pommeraie	Comparaison statistique entre le RLS et le reste de l'Estrie	Tendance temporelle depuis 2010-2011
Hypertension	54,0	ns	Diminution (63,9%)
Cardiopathies ischémiques	28,3	(+) (25,9%)	Diminution (32,2%)
Diabète	20,1	ns	Stable
Maladie pulmonaire obstructive chronique	19,4	ns	Diminution (21,0%)
Asthme	9,7	ns	Augmentation (7,7%)
Insuffisance cardiaque	8,2	(+) (7,5%)	Diminution (10,0%)
Maladie vasculaires cérébrales	8,2	ns	Stable
Polyarthrite rhumatoïde	3,3	ns	Stable

LA MULTIMORBIDITÉ

Prévalence ajustée de la multimorbidité chez la population de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2022-2023

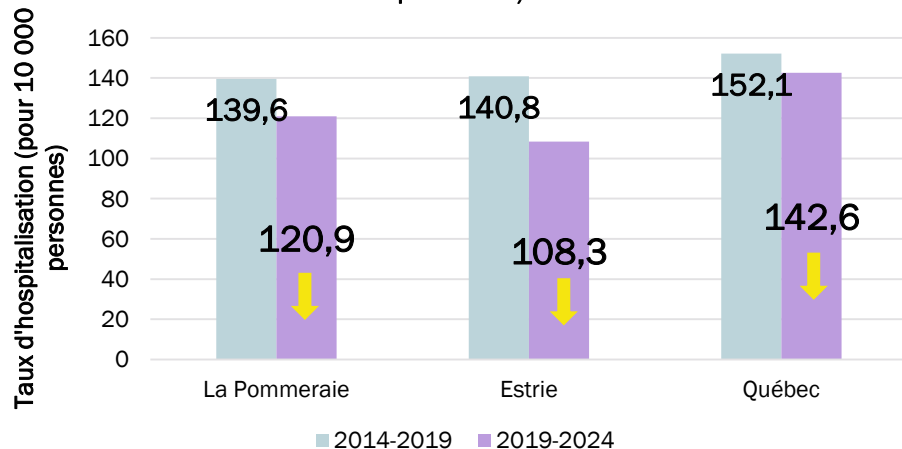


- À la Pommeraie, la prévalence de la multimorbidité chez les 65 ans à 74 ans est de 36,4% et de 61,7% chez les 75 ans ou plus. La prévalence de la multimorbidité a diminué depuis 2010-2011 pour les deux groupes d'âge présentés (47,6% pour les 65-74 et 72,3% pour les 75 ans ou plus).
- Pour les deux groupes d'âge, l'Estrie et le Québec présentent des prévalences similaires.

LES TRAUMATISMES NON INTENTIONNELS - CHUTES

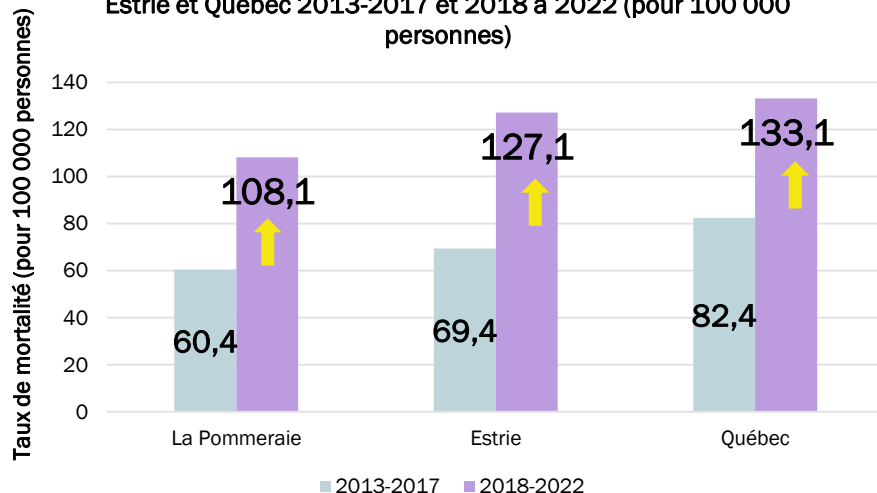
De 2019 à 2024, le taux d'hospitalisation annuel moyen pour chutes et chutes présumées chez les 65 ans ou plus à la Pommeraiie est de 120,9/10 000 personnes. Ce taux a diminué depuis 2014-2019 (139,6). De plus, il s'agit d'un taux d'hospitalisation supérieur à celui de l'Estrie (120,9 c. 108,3 pour 10 000 personnes).

Taux annuel moyen brut d'hospitalisation chez la population de 65 ans ou plus pour chutes et chutes présumées, La Pommeraiie, Estrie et Québec, 2014-2019 et 2019-2024 (pour 10 000 personnes)



De 2018 à 2022, le taux de mortalité pour chutes et chutes présumées chez les personnes âgées de 65 ans ou plus est de 108,1 /100 000. Ce taux a augmenté depuis 2013-2017 (60,4/100 000). Aussi, il s'agit d'un taux comparable à celui de l'Estrie (127,1 pour 100 000).

Taux annuel moyen brut de mortalité chez la population de 65 ans ou plus par chutes et chutes présumées, à La Pommeraiie, Estrie et Québec 2013-2017 et 2018 à 2022 (pour 100 000 personnes)



LES PROGRAMMES EN PRÉVENTION DES CHUTES À BM



- ❑ **Programme intégré d'équilibre dynamique (P.I.E.D):** 3 groupes par année (+/- 30 participants) (organise fiduciaire: Diabète Brome-Missisquoi)
- ❑ **Viactive:** groupes (+/- 124 participants)
- ✓ C'est 1,1% de la population de 65 ans et plus qui participent à ces programmes
 - Moyenne estrienne: 2,3%

PRÉVALENCE DES PRINCIPAUX PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE



Prévalence ajustée des principaux problèmes de santé mentale chez la population de 65 ans ou plus, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2022-2023

Problèmes de santé mentale	Prévalence (%) La Pommeraie	Comparaison statistique entre le RLS et le reste de l'Estrie	Tendance temporelle depuis 2010-2011
Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs majeurs	6,9	(-) (7,4)	Diminution (7,9%)
Troubles mentaux	9,5	(-) (11,7)	Diminution (14,1%)
Troubles anxio-dépressif	4,6	(-) (6,0)	Diminution (8,1%)

INDICATEURS ASSOCIÉS À LA MALADIE D'ALZHEIMER



Taux annuel moyen brut d'hospitalisation (pour 10 000 personnes) pour la maladie d'Alzheimer chez les personnes âgées de 65 ans ou plus (2019-2024)

- La Pommeraie: 5,7 / 10 000 (-)
- Estrie: 8,9 / 10 000
- Québec: 10,7 / 10 000

Taux annuel moyen brut de mortalité (pour 100 000 personnes) pour la maladie d'Alzheimer chez les personnes âgées de 65 ans ou plus (2018-2022)

- La Pommeraie: 90,7 / 100 000 (-)
- Estrie: 125,0 / 100 000
- Québec: 129,4 / 100 000

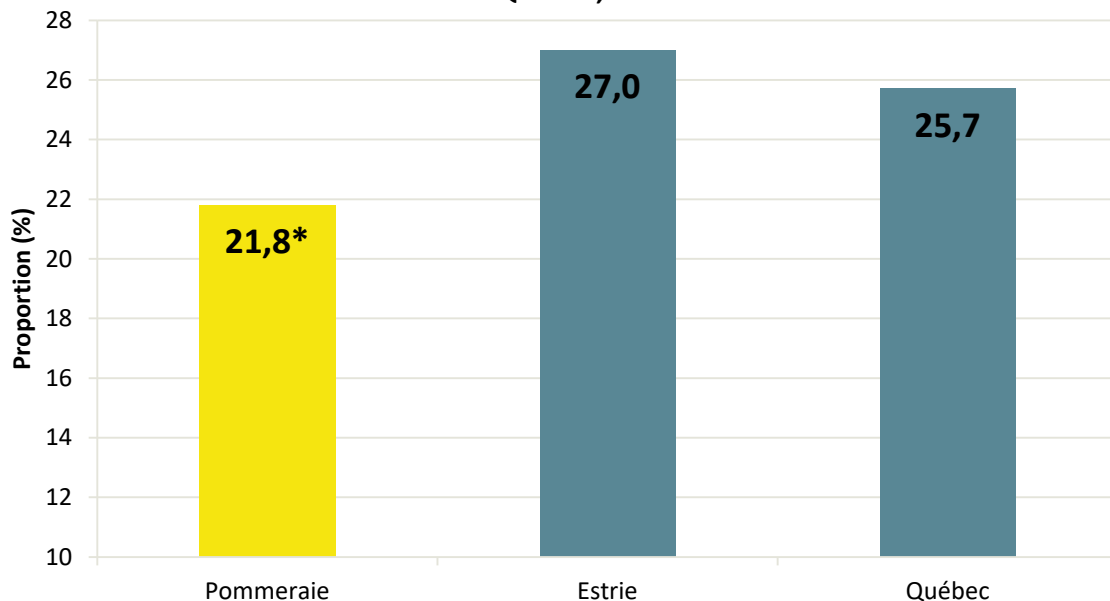
Proportion ajustée d'utilisateurs de médicaments psychotropes de la population de 65 ans ou plus atteinte de la maladie d'Alzheimer et des autres troubles neurocognitifs majeurs (2022-2023)

- La Pommeraie: 52,8 %
- Estrie: 47%
- Québec: 50%

- Le taux d'hospitalisation et le taux de mortalité pour la maladie d'Alzheimer est significativement inférieur dans la Pommeraie comparativement à l'Estrie.
- De plus, dans le RLS, seul le taux de mortalité pour la maladie d'Alzheimer a diminué entre 2013-2017 à 2018-2022 (181,3 pour 100 000).

LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

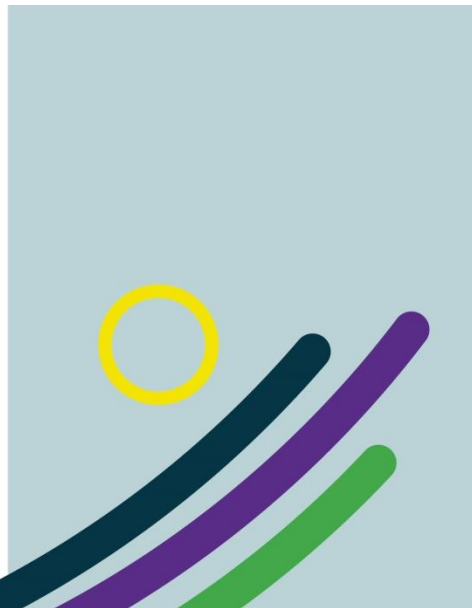
Proportion brute de la population de 65 ans ou plus se situant à un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique, La Pommeraie, Estrie et Québec, 2020-2021



- Un peu plus d'une personne âgées sur cinq de la Pommeraie (21,8%*) se situe à un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique. C'est une proportion qui est restée stable depuis 2014-2015.
- Il s'agit d'une proportion comparable à celle de l'Estrie (27,0%) et celle du Québec (25,7%).

RÉSUMÉ

- Généralement, les personnes âgées ont une perception positive de leur état de santé
- La prévalence de troubles neurocognitifs et de troubles de santé mentale est généralement plus élevée en Estrie qu'ailleurs au Québec. **La prévalence dans le RLS de La Pommeraie est inférieure au reste de l'Estrie.**
 - Il est possible d'agir en prévention au niveau cognitif en stimulant sa réserve cognitive et en s'assurant d'avoir une bonne santé vasculaire (contrôle des maladies chroniques)
- La présence de multimorbidité est plus importante chez les 75 ans et plus.
 - Importance de mettre en place des activités de prévention des saines habitudes de vie





UNE GRANDE BARRIÈRE: L'ÂGISME

ÂGISME

- Les stéréotypes (la façon d'envisager l'âge)
- Les préjugés (ce qu'inspire l'âge)
- La discrimination (la façon de se comporter), dont on est soi-même victime ou dont autrui est victime en raison de l'âge. OMS, 2025

AUTO-ÂGISME

- Intériorisation des stéréotypes liés à l'âge
- Nourri par les représentations (médiatiques, entre autres), les discours (politiques, médicaux, scientifiques, par exemple) et les interactions entre les individus et les groupes sociaux.
- Conséquence de l'âgisme



STIGMATISATION LIÉE À L'ÂGE

- L'âgisme est peu dénoncé comparativement à d'autres types de discrimination bien que les conséquences soient aussi négatives et importantes que les autres types de discrimination. (Lagacé, M. 2015)

CONSÉQUENCES DE L'ÂGISME

- Diminution de la volonté de vivre
- Isolement et sentiment de solitude
- Facteurs de risque pour le développement de problèmes de santé mentale
- Exposition à long terme= changements dans la structure cérébrale.



PISTES D'ACTION

- Multipliez les contacts sociaux (+ quantité)
- Image positive du vieillissement
- Mixité et rencontres intergénérationnelles
- Inclusion et participation
- Politiques, lois anti-discrimination, interventions éducatives

APPROPRIATION DES DONNÉES



1. Est-ce que ces données reflètent réellement l'état de situation de votre communauté d'après vous ?
2. Quel indicateur devrions-nous cibler pour améliorer la santé de notre communauté ? Chiffrez comment l'indicateur pourrait s'être amélioré dans 5 ans.
3. Quel rôle votre organisation peut-elle jouer pour améliorer ce portrait de santé ?
4. Is sont les leviers et obstacles pour nous améliorer selon vous ?

Sondage post présentation



ALLIER

NOS
FORCES

ET NOS
SAVOIRS

pour le mieux-être

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec

