

# LA LETTRE DE LA COHORTE

---

*Chères Participantes, chers Participants,*

*Pour la Cohorte Lc65+, l'événement le plus marquant de l'année 2024 est l'arrivée des Lausannoises et Lausannois nés au milieu de la période du baby-boom, qui rejoignent celles et ceux d'entre vous engagés dans l'étude depuis 10 ans ou 20 ans. Cette étape importante ouvre de nouvelles perspectives, que vous découvrirez aux pages 7 et 8. Nous vous remercions chaleureusement, que vous nous ayez rejoints récemment ou que vous soyez à nos côtés depuis de nombreuses années, pour votre confiance et votre fidélité. Le succès de la Cohorte Lc65+ repose avant tout sur votre participation régulière à nos questionnaires annuels et sur votre implication à long terme.*

*La Lettre de la Cohorte a pour but principal de vous informer des résultats de l'étude et de leur impact, que ce soit sur les avancées médicales, les politiques de santé publique, ou encore sur des enjeux sociétaux. Elle vise aussi à vous tenir au courant des prochaines étapes de l'étude.*

*Dans ce numéro, nous avons choisi de vous présenter plusieurs analyses menées sur les déterminants sociaux de la santé et les inégalités qui en découlent. En page 2, nous abordons le lien entre les difficultés financières et la santé. En Suisse comme ailleurs, les problèmes financiers peuvent concerner les seniors et ont un impact direct sur leur santé. La notion de statut socioéconomique est liée à des éléments tels que le revenu, la situation professionnelle et le niveau de formation. Il influence le mode de vie et le bien-être au quotidien. Nos analyses se sont attachées à déterminer si le statut socioéconomique est lié au développement de la fragilité au cours de l'âge (page 3), et s'il a un impact sur l'entrée en EMS (page 4).*

*Vous découvrirez enfin le témoignage d'un participant en page 5, suivi en page 6 d'un focus sur le rôle essentiel des assistantes médicales.*

*Bonne lecture !*

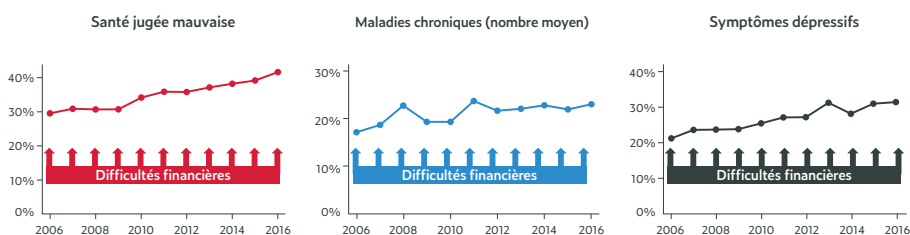
*Dr ès Sc. PD Yves Henchoz*

## LES DIFFICULTÉS FINANCIÈRES INFLUENCENT LA SANTÉ

De récentes analyses ont examiné l'impact des difficultés financières sur l'évolution de la santé. Ces travaux ont fait l'objet d'une publication dans un journal scientifique spécialisé en santé publique.<sup>1</sup>

Cet article utilise les données des personnes entrées dans l'étude Lc65+ en 2004. La continuité des mesures et la répétition des questions dans le temps permettent de suivre un collectif de 1352 participant-es sur 10 ans. Le Graphique 1 montre l'évolution moyenne de plusieurs indicateurs de santé sur cette période.

GRAPHIQUE 1 | Évolution de l'état de santé



L'évolution moyenne de l'état de santé cache en réalité une grande variabilité dans la population. En particulier, les difficultés financières ont un impact sur la santé. Chaque année, 7 personnes interrogées sur 100 déclarent connaître des difficultés financières. Et près d'un quart en connaissent au moins une fois sur les 10 ans de suivi. Or, l'apparition de difficultés financières augmente le risque que la santé perçue se dégrade (+5%), que le nombre de maladies chroniques augmente (+9%), et que des symptômes dépressifs apparaissent (+10%). À l'inverse, si les problèmes financiers disparaissent, les chances d'amélioration augmentent : la probabilité d'une meilleure santé perçue augmente de 4%, celle d'une réduction des maladies chroniques de 9%, et celle d'une diminution des symptômes dépressifs de 8%.

Cette étude souligne l'importance des conditions économiques comme déterminant de la santé. Les chocs financiers ont des effets immédiats et durables sur la santé. Même dans un pays riche comme la Suisse, il existe des inégalités sociales que les politiques publiques doivent prendre en compte pour protéger les populations vulnérables.

<sup>1</sup> Dumontet M, Henchoz Y, Santos-Eggimann B. Do financial hardships affect health? A study among older adults in Switzerland. Eur J Public Health 2024; 34(1):7-13.

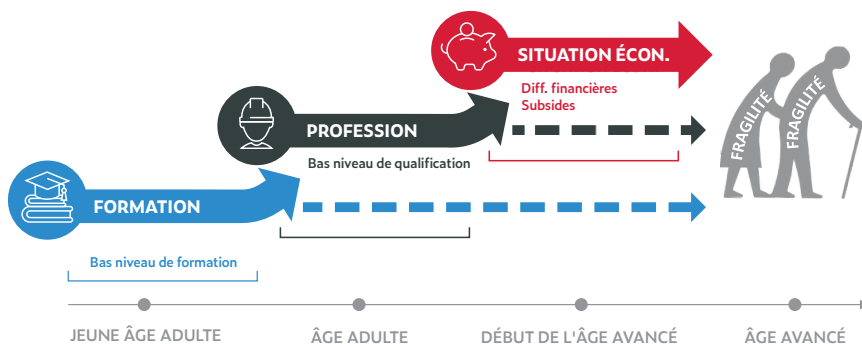
## FRAGILITÉ : DES DISPARITÉS SOCIOÉCONOMIQUES

Une analyse révèle que les inégalités socioéconomiques influencent la fragilité tout au long de la vie.<sup>2</sup> Les résultats montrent comment les désavantages à différentes étapes du parcours de vie se cumulent, affectant ainsi la fragilisation liée à l'âge.

La fragilité est une diminution des réserves physiologiques, qui expose les individus à des conséquences négatives telles que des difficultés fonctionnelles et le décès. Un des objectifs de l'étude Lc65+ est de mieux comprendre l'origine et l'évolution de la fragilité. Au-delà des déterminants déjà bien établis comme le mode de vie et la présence de maladies chroniques, nous avons cherché à déterminer si la situation socioéconomique à différentes étapes du parcours de vie conditionne un vieillissement fragile ou robuste.

Les résultats montrent que tous les indicateurs socioéconomiques sont associés à une trajectoire de fragilité défavorable à un âge avancé (Graphique 2). En particulier, des difficultés financières (critère subjectif) ou la perception de subsides (critère objectif) à l'approche de la vieillesse sont directement liées à la fragilité. Les indicateurs socioéconomiques plus précoces, comme un faible niveau de formation ou une profession peu qualifiée, ont un impact indirect sur la fragilité, en se cumulant tout au long de la vie. Ces disparités appellent des politiques publiques ciblées visant à améliorer l'accès à l'éducation, à l'emploi et au soutien social, afin de favoriser un vieillissement en bonne santé et promouvoir des conditions équitables en matière de fragilité chez les personnes âgées.

GRAPHIQUE 2 | Inégalités dans le développement de la fragilité au cours de la vie



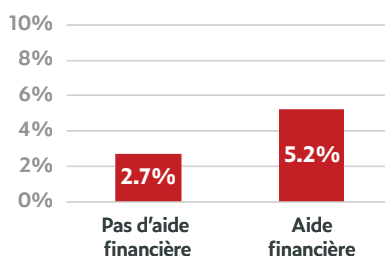
<sup>2</sup> Henchoz Y, Fustinoni S, Seematter-Bagnoud L, Avendano M. Socioeconomic status across the life-course and frailty in older age: Evidence from Switzerland. Soumis pour publication.

## ENTRÉE EN EMS : LE STATUT SOCIOÉCONOMIQUE A-T-IL UN IMPACT ?

**Dans un canton où la politique sanitaire favorise le maintien à domicile plutôt que l'entrée en institution, nous avons souhaité évaluer si une situation socioéconomique défavorable était associée à l'admission en établissement médico-social (EMS).<sup>3</sup>**

Nous avons considéré la période 2014-2020 pour déterminer si l'admission en EMS est influencée par un statut socioéconomique défavorable, sur le plan du niveau scolaire, de la profession la plus longtemps exercée, et au niveau financier (aide sous forme de subsides pour les primes d'assurance-maladie et/ou de prestations complémentaires à l'AVS). L'analyse a porté sur 3650 personnes âgées de 65 à 80 ans en 2014. Au cours des 6 ans, seulement 115 personnes – soit 3.2% – ont été admises en EMS. Nous avons constaté que cette proportion était deux fois plus élevée parmi les individus qui recevaient de l'aide financière (Graphique 3).

GRAPHIQUE 3 | Admission en EMS selon la situation financière



### Une influence principalement expliquée par l'état de santé

Le statut socioéconomique n'est plus associé à l'admission en EMS si l'on prend en compte des facteurs de santé tels que les maladies chroniques, les symptômes dépressifs, ou encore les difficultés à réaliser les activités quotidiennes. Ainsi, l'entrée en EMS est indirectement influencée par la situation financière, mais étroitement liée à un état de santé qui nécessite des soins trop lourds pour rester à domicile.

Dans la perspective de favoriser le vieillissement en bonne santé et le maintien à domicile de toutes et tous, les politiques de santé publique devraient prioriser la promotion de la santé et la prévention des maladies, en accordant une attention particulière aux personnes en situation économique précaire.

<sup>3</sup> Poroes C, Avendano M, Henchoz Y, Seematter-Bagnoud L. Socioeconomic inequalities in the transition to nursing home care: Longitudinal evidence from a population-based study in Switzerland. Soumis pour publication.

## LA COHORTE LC65+ VÉCUE DE L'INTÉRIEUR

**Nous sommes heureux de partager le témoignage d'un participant, qui nous fait part avec beaucoup de sagesse de son expérience au sein de la Cohorte. Il propose également quelques pistes pour vieillir en harmonie avec les évolutions de notre société.**

### Assumer et comprendre !

Piqué dès le début dans la Cohorte Lc65+, j'ai apprécié de bénéficier d'un suivi pour ma condition physique. Vieillir est un voyage dont toutes les étapes ne sont pas prévisibles. Les franchir, accompagné, est un privilège, en particulier pour éviter de subir les stéréotypes concernant le vieillissement. Le comportement de certains conducteurs confrontés aux cheveux gris ou blancs en dit long sur l'image qu'une partie de la population se fait des « seniors ». Se savoir en bonne santé et en possession de ses réflexes aide à parcourir cette étape de l'existence. Les exercices de conduite y contribuent également ! Je souligne cela pour signaler que notre société n'a pas vraiment pris conscience de l'existence d'une nouvelle étape de l'existence qui peut être active, souriante et différente du « travail-boulot-dodo » ! Les tests de l'étude Lc65+ y contribuent, en distribuant des avertissements pour prendre conscience de ses limites. On ne peut pas répéter sa vie, mais on peut la réaménager tout en étant productif, aidant et en restant un citoyen actif et constructif. L'expérience peut constituer un avantage précieux.

Les débuts de la cohorte coïncident de manière significative avec le renouvellement des activités de Connaissance 3, l'Université du Troisième Age du canton de Vaud. Toutes deux sont étroitement liées à l'Université de Lausanne. Cette synchronisation révèle une complémentarité précieuse entre la Cohorte Lc65+ et d'autres initiatives visant à offrir une meilleure compréhension de notre santé et du monde dans lequel nous vivons. Un exemple : durant les années 2000 un responsable de l'Accord de Genève présentait à Connaissance 3 son contenu, à savoir le partage qui avait été négocié et approuvé entre la Palestine et Israël. Certes il a été ensuite bafoué, hélas pour les milliers de morts que cela a entraîné. Cependant, nous savons qu'une solution est possible et que nous pouvons contribuer par notre attitude à recréer le chemin de la paix. Comprendre ce qui se passe autour de nous aide aussi à rester en bonne santé, à ne pas se laisser démolir par ses émotions. Nous disposons ainsi avec l'apport précieux de la Cohorte Lc65+ de deux atouts pour comprendre et maîtriser les enjeux de notre santé tout en restant en phase avec les évolutions sociétales et culturelles ; des outils essentiels pour bien vivre cette période de l'existence. Longue vie à notre cohorte !

Roland, 88 ans

## LE TRAVAIL DES ASSISTANTES MÉDICALES

---

**La participation à l'étude prévoit un entretien tous les trois ans. Ces moments d'échange avec vous constituent la majeure partie de notre temps, mais notre travail ne s'arrête pas là.**

Lors de votre rendez-vous, nous sommes à votre écoute et répondons à vos interrogations. Nous parcourons le questionnaire apporté afin de clarifier ou compléter certaines réponses. Pour les questionnaires reçus par courrier, nous vous contactons par téléphone si certaines questions spécifiques sont restées vides. Ces appels sont souvent l'occasion de pouvoir échanger agréablement avec vous.

Avant d'enregistrer les données dans notre système informatique, tous les questionnaires sont vérifiés pour recoder les réponses multiples à une même question, prendre en compte les annotations, et ajouter de nouveaux termes à nos listes si nécessaire (diagnostics, maladies, opérations, etc.). Cela est possible grâce à des règles de codage bien définies. Une fois ce travail effectué par nos soins, les auxiliaires commencent la saisie informatique avec notre aide.

Les entretiens se déroulent avec une grande rigueur, nécessaire au bon fonctionnement de l'étude. Notre manuel d'instructions pour les entretiens et examens est complexe et détaillé. Nous améliorons nos compétences grâce à des échanges réguliers entre nous sur les défis rencontrés et les solutions possibles. Lors du recrutement d'assistantes médicales, nous réalisons à quel point la minutie fait toute la différence. Pour assurer la précision nécessaire à l'étude, nous suivons régulièrement les entretiens de nos collègues afin de garantir des conditions uniformes. Certain-es d'entre vous ont déjà vécu cette situation et nous les remercions pour leur compréhension.

Le matériel utilisé pour les entretiens est systématiquement contrôlé et étalonné. À la fin de l'année, tous les questionnaires et entretiens sont triés par numéro et par cohorte. Ils sont ensuite scannés et archivés.

En 2025, nous accueillerons la nouvelle cohorte pour un premier entretien. Nous leur souhaitons déjà la bienvenue et vous remercions toutes et tous pour votre engagement, votre assiduité et votre sympathie.

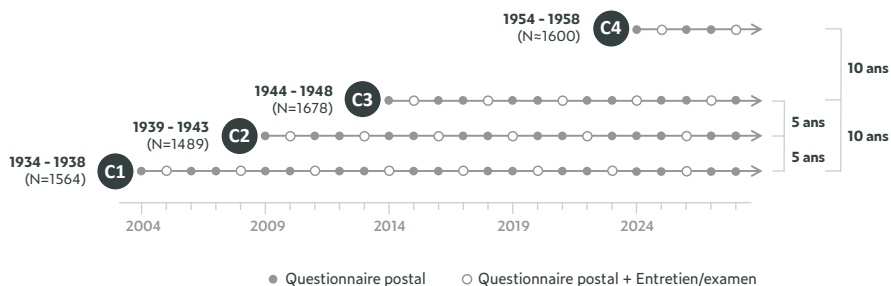
Les assistantes médicales : Carine, Carol, Corinne et Isabelle

## BIENVENUE À LA NOUVELLE COHORTE

L'étude Lc65+ s'agrandit avec une nouvelle cohorte de seniors vivant à Lausanne. Découvrez comment votre participation aide à mieux comprendre le vieillissement et l'évolution de la santé sur plusieurs décennies.

Nous l'annonçons l'an dernier dans la Lettre de la Cohorte : l'étude Lc65+ s'agrandit en 2024 avec le recrutement d'une nouvelle cohorte représentative des Lausannoises et Lausannois nés entre 1954 et 1958. Comme illustré sur le Graphique 4, ce collectif additionnel fournira des données récentes sur les besoins des jeunes seniors et permettra de comparer cette cohorte issue de la seconde moitié du baby-boom à celles recrutées au même âge de 65-70 ans il y a 10 ans (en 2014) et 20 ans (en 2004).

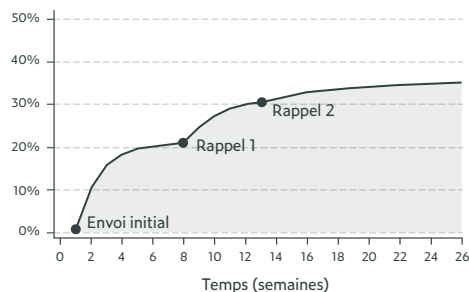
GRAPHIQUE 4 | Recrutement et suivi des 4 cohortes de l'étude Lc65+



### Près de 4 personnes sur 10 rejoignent la nouvelle cohorte

De février à octobre cette année, le questionnaire initial de l'étude Lc65+ a été adressé à plus de 4500 Lausannois·es né·es entre 1954 et 1958. Ce fractionnement des envois était guidé par des contraintes logistiques, mais permettait aussi de collecter des réponses sur une longue période de l'année et de limiter un potentiel biais saisonnier, comme celui lié à la fréquence de la grippe. Le Graphique 5 illustre le taux de participation après l'envoi initial, le 1er et le 2ème rappel. Avec les retours encore attendus d'ici fin 2024, le taux de participation s'approchera de 40%.

GRAPHIQUE 5 | Évolution du taux de participation après l'envoi initial, le 1<sup>er</sup> rappel et le 2<sup>ème</sup> rappel



Un taux de participation élevé est souhaitable pour que la cohorte représente fidèlement la population cible. Bien que la participation soit inférieure aux taux atteints en 2004 (51%) et 2014 (46%), elle correspond à nos attentes. En effet, la participation aux études populationnelles a diminué partout dans le monde depuis plusieurs décennies, pour des raisons telles que les nombreuses sollicitations marketing et les préoccupations en matière de confidentialité. Nous remercions les personnes qui ont répondu à notre invitation pour leur confiance envers l'étude Lc65+. Toutes les mesures nécessaires sont en place pour garantir la confidentialité de vos données. Celles-ci nous permettront de poursuivre nos analyses et de formuler des recommandations concrètes afin d'améliorer le bien-être des aîné·es du canton.

## **CE QUI VOUS ATTEND EN 2025**

---

### **Si vous êtes dans l'étude Lc65+ depuis 2004 (naissance entre 1934 et 1938), 2009 (naissance entre 1939 et 1943) ou 2014 (naissance entre 1944 et 1948).**

Vous recevrez en cours d'année le questionnaire de suivi 2025, à nous retourner par la poste. A côté de nos rubriques habituelles, nous reviendrons cette année sur vos intérêts et loisirs, et aborderons pour la première fois des aspects liés au sexe et au genre. En cas de difficultés à répondre au questionnaire (pour des raisons de langue ou pour toute autre raison), il est toujours possible de recevoir de l'aide : appelez-nous au 021/314 97 70.

### **Si vous venez d'entrer dans l'étude en 2024 (naissance entre 1954 et 1958)**

En 2025, nous vous contacterons par téléphone pour convenir d'un rendez-vous, que nous souhaitons fixer environ un an après la réception de votre questionnaire initial. Ce rendez-vous comprend un entretien et un examen. Il dure environ une heure et demie et se déroule à notre centre d'étude. Toutes les explications pour nous rejoindre vous seront données lors de la prise de rendez-vous. Vos frais de transport vous seront remboursés.

Nous vous demanderons de remplir un questionnaire à votre domicile et de l'amener au rendez-vous. L'entretien portera sur des thèmes tels que votre santé, votre alimentation, et vos soins. Durant l'examen, nous mesurerons vos poids, taille, tension artérielle, etc., puis nous vous ferons passer quelques tests (équilibre, marche, force, mémoire, capacité de concentration, etc.). L'assistante médicale vous expliquera à chaque étape les différentes mesures et tests qu'elle vous invitera à réaliser.

**À toutes et tous, nous adressons nos remerciements chaleureux pour votre fidélité à l'étude Lc65+.**