



État de situation en regard du vieillissement en santé et de l'autonomie des personnes âgées, Nord-du-Québec

Mise en contexte et objectif

L'objectif est d'obtenir un portrait de situation des personnes âgées de la région, tout en permettant la mise en place de programmes et d'activités en prévention et promotion pour favoriser l'autonomie des aînés et un vieillissement en santé.

Faits saillants

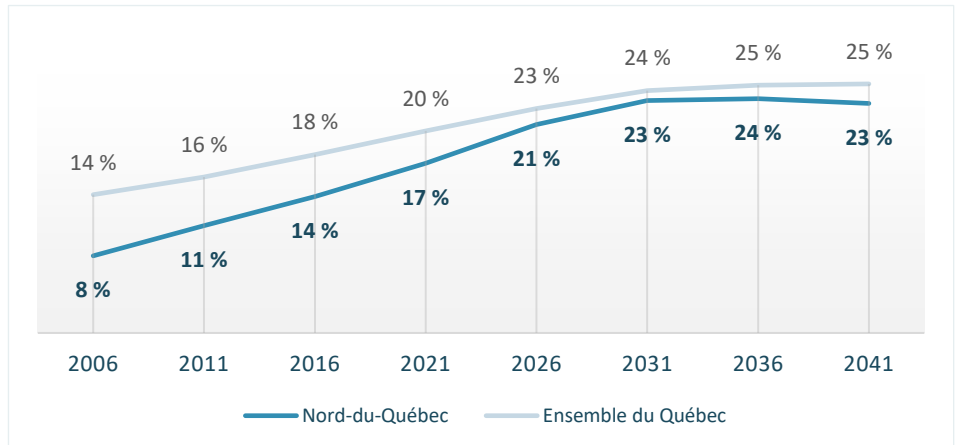
Dans la région, chez la population âgée de 65 ans et plus, on remarque :

- ➔ **Augmentation importante de personnes âgées :**
 - En 2011, un peu plus de 1 personne sur 10 était âgée de 65 ans et plus;
 - En 2041, selon les projections de population, ce sera près de 1 personne sur 4.
- ➔ **Habitudes de vie et comportements actuellement néfastes à une bonne santé ce qui risque d'accentuer les problèmes de santé déjà observés.**
- ➔ **Indicateurs sur la santé mentale plutôt favorables.**
- ➔ **Divers enjeux et défis à entrevoir (augmentation des hospitalisations, insuffisance de logements adaptés, etc.).**

Figure 1 - Proportion de la population âgée de 65 ans et plus, Nord-du-Québec et ensemble du Québec, 2006 à 2041

Les **projections démographiques** démontrent une importante augmentation de la population âgée de 65 ans et plus.

La figure ci-contre illustre bien cet accroissement projeté. Ainsi, en 2006, la région comprenait **8 %** de personnes âgées de 65 ans et plus, soit environ **1 200 personnes**. Alors qu'en 2041, les données prévoient plutôt une proportion de **23 %**, soit environ **2 900 personnes** âgées de plus de 65 ans.

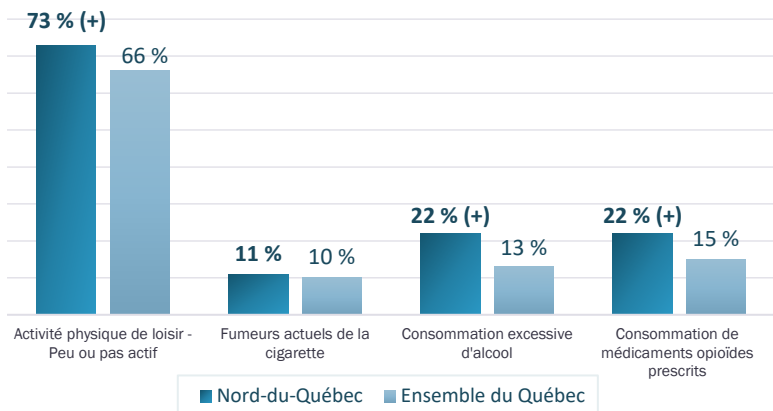


Source : INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC (ISQ), Série 2023 des estimations de population (1996-2022 : série produite en juillet 2023, révisée en novembre 2023) et Série 2023 des projections de population (2023-2041 : série produite en juillet 2023).

Utilisation des soins de santé chez la population âgée de 65 ans et plus :

- ➔ 85 % ont consulté un médecin de famille (82 % pour le Québec)
- ➔ 94 % ont un fournisseur de soins habituel (92 % pour le Québec)
- ➔ 24 % (-) ont consulté un dentiste (48 % pour le Québec)

Figure 2 - Habitudes de vie et comportements de la population âgée de 65 ans et plus, Nord-du-Québec et ensemble du Québec (EQSP 2020-2021)¹



Nous observons que certaines habitudes de vie, chez les aînés de 65 ans et plus, sont défavorables, voire même nuisibles à une bonne santé. Des différences importantes sont observées pour la **consommation d'alcool**, la **consommation de médicaments opioïdes prescrits** et **l'inactivité physique de loisir**, et ce, en comparaison avec l'ensemble du Québec.

La proportion des personnes de 65 ans et plus en **surplus de poids** est plus élevée (+) dans la région (69 %) comparativement au Québec (63 %).

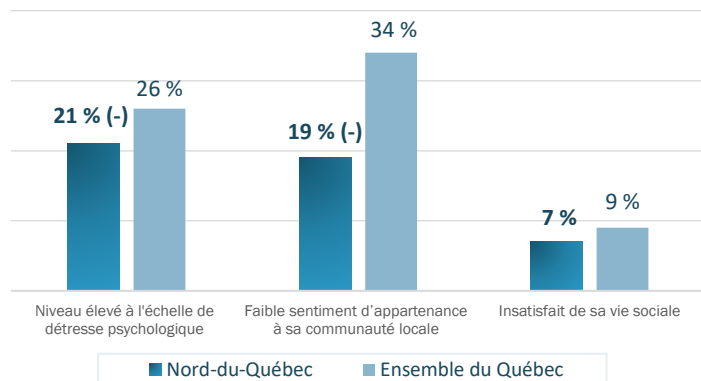
L'espérance de vie en bonne santé à 65 ans est inférieure (-) dans la région comparativement au Québec (19 ans c. 21 ans).

Légende : (+) : Valeur significativement plus élevée que celle du Québec (-) : Valeur significativement inférieure à celle du Québec

Tableau 1 – Impacts actuellement observés en adoptant de moins bonnes habitudes de vie

		Nord-du-Québec		Ensemble du Québec
		Nb annuel moyen	Taux	Taux
Hospitalisations (2018 à 2023) Taux pour 10 000	Maladies de l'appareil circulatoire	122	552 (+)	406
	Maladies de l'appareil respiratoire	86	391 (+)	206
	Tumeurs	57	258 (+)	174
Mortalité (2017 à 2021) Taux pour 100 000	Tumeurs	27	1 282 (+)	1 053

Figure 3 – Indicateurs de santé mentale chez la population âgée de 65 ans et plus (EQSP 2020-2021)¹



En comparaison avec le Québec, les indicateurs de santé mentale sont plutôt favorables dans la région. Des proportions plus basses sont observées pour le niveau élevé de détresse psychologique et un faible sentiment d'appartenance à sa communauté.

Citation suggérée :

ROCHON, Josée. « État de situation en regard du vieillissement en santé et de l'autonomie des personnes âgées, Nord-du-Québec ». *Chiffres clés*, Chibougamau, Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James, Direction de santé publique, n° 28, janvier 2025, 2 p.

¹ Rapport de l'onglet Plan national de surveillance produit par l'Infocentre de santé publique à l'Institut national de santé publique du Québec.

Si vous avez des questions, vous pouvez les adresser par courriel : 10_dsp_nord_du_quebec@sss.gouv.qc.ca

Conclusion

Actuellement, les habitudes de vie et les comportements, pour une bonne santé, sont peu enviables chez les aînés de la région. De plus, il faut s'attendre à une croissance assez importante des personnes âgées de 65 ans et plus.

À la lumière des résultats, il est prioritaire de planifier et d'agir dès maintenant afin de mieux répondre aux besoins spécifiques de notre population et ainsi, assurer un vieillissement en bonne santé (p. ex. augmenter l'offre de service en *transport adapté* et en *soins à domicile*, prévoir des *logements* de type résidence privée ou de ressources intermédiaires, etc.).