

Etude longitudinale Tourangelle

L'équipe « **Gérontologie et Vie quotidienne** » mène depuis 2001 une étude longitudinale pour mieux comprendre les processus développementaux mis en jeu lors du vieillissement. Cette étude menée avec l'aide de la caisse de retraite et de prévoyance « **Malakoff-Médéric** », a deux principaux objectifs :

- décrire les trajectoires du bien-être,
- mettre l'accent sur les prédicteurs du bien-être.

Plus de 900 personnes à travers tout le territoire Français ont répondu en 2001 à un questionnaire regroupant plus de 150 questions sur la santé, le bien-être, le réseau social, les événements de vie rencontrés, les loisirs et activités sociales et les stratégies de faire face. Ce questionnaire est envoyé tous les 2-3 ans. En 2012, nous en étions à la 6^{ème} vague de passation.

Nos résultats montrent que les trajectoires de la santé, de la satisfaction de vie et de la dépression évoluent avec le temps et sont modulées par les variables identitaires que sont l'âge et le sexe. Même si la santé décline avec l'âge et le temps qui passe, pour autant, l'âge n'affecte pas la satisfaction de vie. Résultat marquant, la satisfaction considérée comme une mesure importante du **bien vieillir**, augmente de façon significative sur les 11 ans de suivi.

Cependant, les scores de dépression augmentent également, même si la cohorte étudiée manifeste globalement peu de symptômes dépressifs. Ajoutons que la pratique d'activités sociales et de loisirs explique une partie de cette satisfaction, y compris chez les plus âgés, de même qu'elle est liée à de moindres scores de dépression. En ce qui concerne les stratégies de faire, nos résultats montrent que les personnes âgées sont plus flexibles que tenaces et que la ténacité diminue avec le temps. Pour autant, nos résultats montrent que les personnes qui sont à la fois flexibles et tenaces sont celles qui ont le meilleur niveau de fonctionnement (bonne santé, bonne satisfaction de vie et pas de symptômes dépressifs). Le maintien d'un bon niveau de fonctionnement pourrait être en partie dû à l'utilisation de la part des âgés de puissants processus de réajustement de buts et d'attentes.



malakoff médéric