

L'activité physique et le sport en lien avec l'engagement social : profil des aînés au Canada

Patti Weir¹, Sean Horton¹, Joe Baker²

¹Université de Windsor, ²Université York

Exposé de Kelly Carr

Auxiliaires de recherche : Jacqueline Liffiton, Kelly Carr, Kristy Smith, Alexandra Wiseman, Kelly Calhoun, Srdjan Lemez



Ce que nous savons

Viellissement épanoui

Bien vieillir

(Chapman, 2005)

Viellissement positif

(Bowling, 1993)

Viellissement en santé

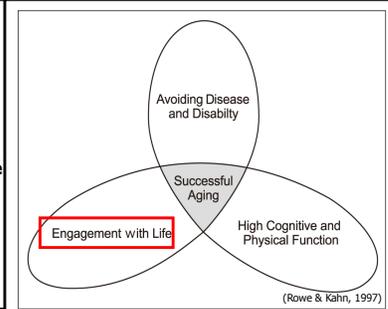
(Keating, 2005)

Viellissement robuste

(Garfein & Herzog, 1995)

Viellissement productif

(Kerschner & Pegues, 1998)



Ce que nous savons

Engagement

Activités régénératives

Activités discrétionnaires

(Maier & Klumb, 2005)

Activités productives

Activités de consommation

Bienfaits de l'engagement

Risque de mortalité

Incapacité fonctionnelle

Déclin de la faculté cognitive

Dépression/solitude

État de santé autodéclaré

Taux d'activité physique

Satisfaction à l'égard de la vie

Bien-être/bonheur



(Andrew, 2005; Bath & Gardiner, 2005; Bennett, 2005; Bourque et al., 2005; Hinterlong et al., 2007; Litwin, 2003; McAuley et al., 2000; Mendes de Leon, 2003; Menec, 2003; Murray & Crummett, 2010; Seeman et al., 2001; Thoits & Hewitt, 2001)

Ce que nous ignorons

En quoi la fréquence de la participation à diverses activités influence-t-elle la fonction physique et cognitive au troisième âge?



Comment et pourquoi le profil d'engagement change-t-il au cours des décennies du troisième âge?



Étude 1

L'engagement et la santé fonctionnelle

Participants : 287 personnes âgées d'expression anglaise (55-90 ans)

Conception : Données quantitatives tirées d'un sondage (1) fréquence de l'engagement, (2) fonction physique, (3) fonction cognitive

Résultats :



% le plus élevé d'activités

SOCIAL



% le moins élevé d'activités

ACTIVE

Activités à fréquence élevée

Loisir passif

- Utilisation d'un ordinateur

Activité productive

- Travaux ménagers légers

Loisir actif

- Marche (pour se tenir en forme)

 University of Windsor

Étude 2

« Comment » le profil d'engagement change-t-il?

Participants : 54 personnes âgées résidant dans la communauté (65-97 ans)

Conception : Questionnaire sur l'engagement « passé » et « présent »

Résultats :



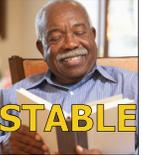
Activités productives



Activités sociales



Loisirs actifs



Loisirs passifs

 University of Windsor

Étude 2

« Pourquoi » le profil d'engagement change-t-il?

Participants : 42 personnes âgées résidant dans la communauté (65-97 ans)

Conception : 6 groupes de discussion et 16 entrevues semi-structurées

Résultats :

Santé



Décès



Liberté



Désir



Facteurs externes



 University of Windsor

Aspects pratiques

Il est important que les organismes communautaires offrent un vaste éventail de programmes et de possibilités d'engagement aux personnes âgées

- Accroissement de la fréquence de la participation à *n'importe quelle* activité
- Possibilité de choisir l'activité (que l'on est capable de faire) et le moment où on la pratique

Miser sur les loisirs actifs

- Prédit une amélioration de la fonction physique
- Tire profit du maintien de l'engagement social



 University of Windsor