



Schweizerisches Gesundheitsobservatorium
Observatoire suisse de la santé
Osservatorio svizzero della salute
Swiss Health Observatory

Indicateurs de la santé de la population âgée en Suisse

Auteurs Monika Diebold, Marcel Widmer, Obsan
Éditeur Observatoire suisse de la santé (Obsan)

Neuchâtel 2019

CONTENU

Introduction	3
1 Espérance de vie/espérance de vie en bonne santé à l'âge de 65 ans	4
2 État de santé auto-évalué	5
3 Dépressions	6
4 Qualité de vie	7
5 Causes de décès	8
6 Cancer	9
7 Diabète sucré.....	11
8 Maladies cardiovasculaires	12
9 Maladies pulmonaires	13
10 Ostéoporose	14
11 Maux de dos	15
12 Chutes	16
13 Limitations dans les activités quotidiennes.....	17
14 Poids corporel	18
15 Activité physique	19
16 Tabagisme	20
17 Alcool	21
18 Consommation de somnifères/tranquillisants	22

Introduction

Ce rapport présente, à l'aide de 18 indicateurs, un état des lieux de la santé des personnes âgées en Suisse. Il s'agit pour la plupart d'indicateurs tirés du Rapport national sur la santé 2015, qui ont été mis à jour sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Une grande partie des données proviennent de l'enquête suisse sur la santé (ESS). Cette enquête, que l'Office fédéral de la statistique (OFS) mène tous les cinq ans, a été réalisée pour la dernière fois en 2017. Une grande partie des résultats se réfèrent ainsi à la population qui vit dans des ménages privés, car aucune enquête n'a été menée récemment sur les personnes vivant dans des établissements médico-sociaux et maisons de retraite.

L'augmentation tant de l'espérance de vie que du nombre d'années de vie en bonne santé, mesurés tous deux à partir de 65 ans, reflètent bien l'évolution qu'a connue la santé des personnes âgées. En 25 ans (soit depuis 1992), le nombre d'années vécues en bonne santé a augmenté de 2,6 ans chez les hommes comme chez les femmes. A 65 ans, une femme peut aujourd'hui espérer vivre 14,5 ans en bonne ou très bonne santé, et un homme 13,7 ans.

Un résultat qui soulève par contre des interrogations est l'augmentation du nombre de personnes déclarant souffrir de symptômes dépressifs, cela d'autant plus que selon les données de l'enquête suisse sur la santé 2017, cette hausse ne concerne pas seulement les personnes âgées, mais l'ensemble de la population. Les questionnaires utilisés lors d'une enquête auprès de la population ne permettant pas de poser des diagnostics, des études supplémentaires seront nécessaires pour savoir quelle importance accorder à cet indicateur.

Une évolution réjouissante est en revanche observée pour ce qui est des activités de la vie quotidienne (ADL) telles que prendre un bain ou une douche, s'habiller et se déshabiller, aller aux toilettes, sortir du lit, se lever d'un fauteuil ou manger. Chez les personnes de 75 ans et plus vivant en ménage privé, la part de celles qui déclarent avoir de grandes difficultés à réaliser au moins une de ces activités a nettement diminué. Depuis 2007, elle a ainsi reculé de 5,8 à 3,6% chez les hommes et de 8,1 à 4,8% chez les femmes. Ce résultat est d'autant plus remarquable que la tendance actuelle consiste à rester vivre chez soi le plus longtemps possible et que l'on pouvait donc s'attendre à ce que davantage de personnes rencontrent des difficultés à réaliser ces activités.

Comme on observe aussi d'autres évolutions positives (l'activité physique, notamment) et négatives (le poids corporel par exemple), il faut veiller à dresser un tableau nuancé de la situation quand il s'agit de prendre des mesures pour influencer sur les comportements à risque et l'état de santé, également chez les jeunes générations.

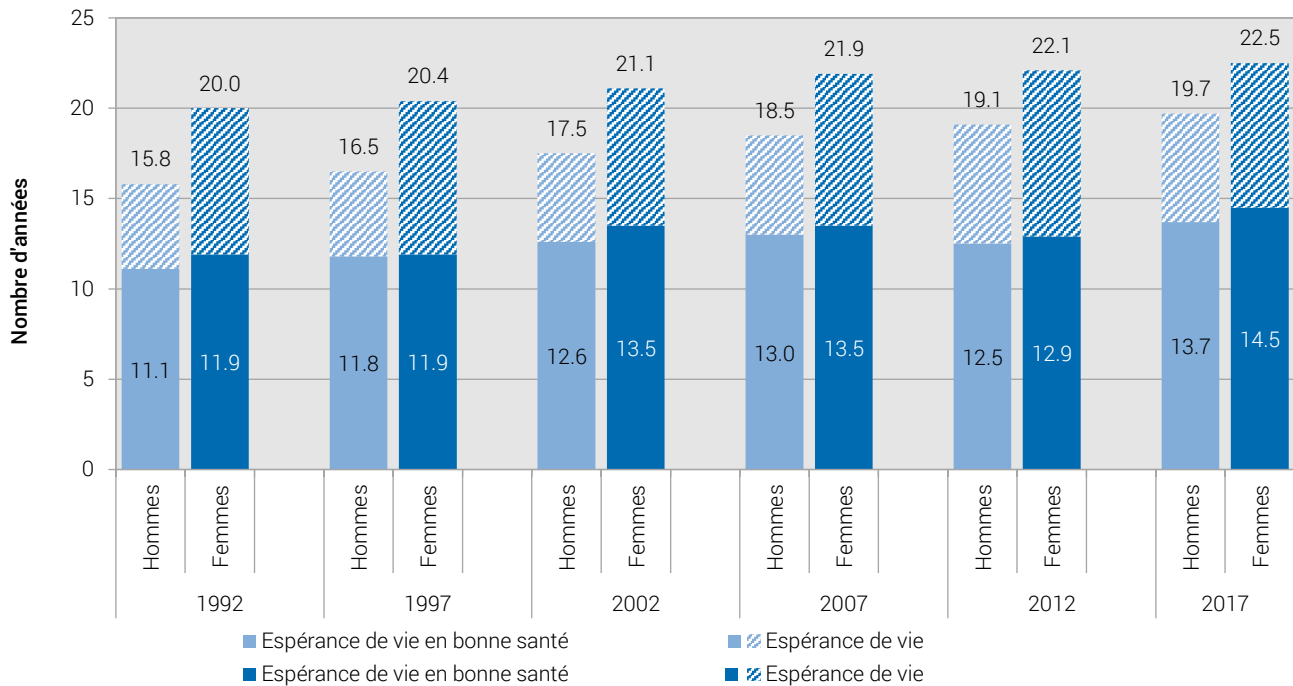
Remarques :

Certains indicateurs sont présentés avec des intervalles de confiance, sous forme de traits noirs qui se terminent par une petite barre horizontale. Les données se trouvant entre les barres d'erreur comprennent avec une probabilité de 95% la valeur réelle de la population.

Afin de pouvoir observer l'évolution de la santé avec l'âge, nous présentons aussi les données de groupes d'âge de 45 ans et plus pour certains indicateurs. Le présent rapport ne s'intéresse toutefois qu'aux personnes de 65 ans et plus, et les considérations qui y sont faites ne concernent que ce groupe d'âge.

1 Espérance de vie/espérance de vie en bonne santé à l'âge de 65 ans

G 1 Espérance de vie/espérance de vie en bonne santé à l'âge de 65 ans, par sexe, Suisse, 1992–2017



Source: OFS - Enquête suisse sur la santé et statistiques sur la population ESPOP, BEVNAT et STATPOP

© Obsan 2019

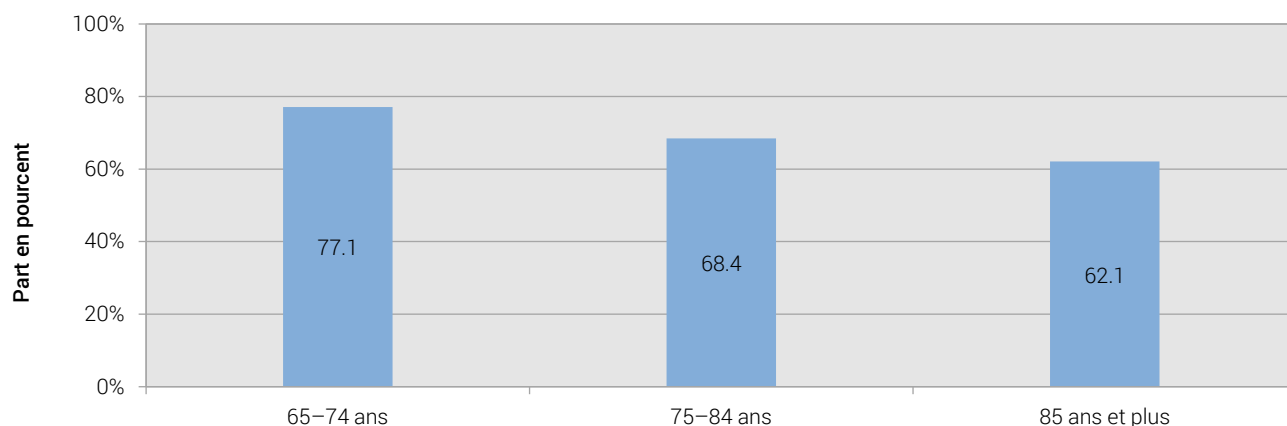
En raison d'une modification dans le questionnaire, les données 2012 sur les années de vie en bonne santé ne peuvent être comparées avec les données 2007 et 2017.

En 2017, l'espérance de vie à 65 ans était de 19,7 ans pour les hommes et de 22,5 ans pour les femmes. Entre 1992 et 2017, on observe une progression de l'espérance de vie à cet âge, plus marquée chez les hommes (3,9 ans) que chez les femmes (2,5 ans).

Les années de vie en bonne santé (healthy life years) correspondent aux années qu'une personne peut espérer vivre en bonne ou très bonne santé. En 1992, les hommes de 65 ans pouvaient s'attendre à vivre encore 11,1 années en bonne santé et les femmes 11,9. Vingt-cinq ans plus tard, ces chiffres sont passés à 13,7 ans (+ 2,6 ans) chez les hommes et à 14,5 ans (+2,6 ans) chez les femmes.

2 État de santé auto-évalué

G 2 Personnes qui se sentent en bonne ou en très bonne santé parmi les personnes de 65 ans et plus, en ménage privé, par sexe, Suisse, 2017



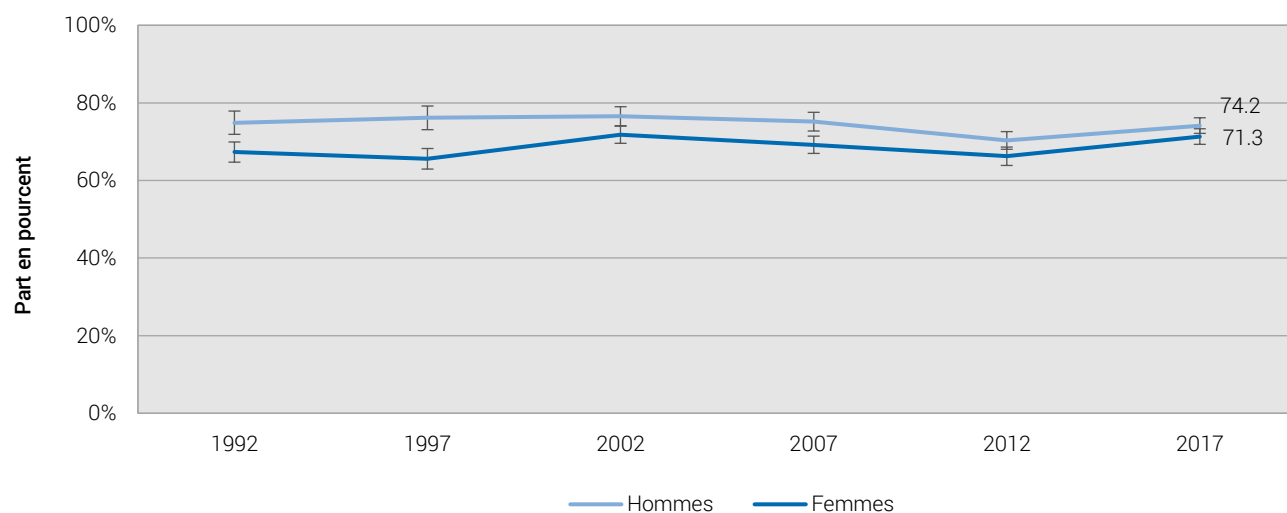
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

L'état de santé auto-évalué, appelé aussi état de santé subjectif, mesure l'état de santé tel qu'il est ressenti par l'individu lui-même. On observe un lien manifeste entre les données relatives à cet indicateur et des valeurs mesurables concernant la santé, comme la propension à avoir recours aux prestations médicales.

Les résultats présentés pour les personnes âgées de plus de 65 ans vivant à domicile montrent que la proportion de celles qui s'estiment en bonne ou en très bonne santé diminue avec l'âge. Si 77,1% des personnes âgées 65 à 74 ans se déclarent encore en bonne ou en très bonne santé, la proportion n'est plus que 62,1% à l'âge de 85 ans et plus.

G 3 Personnes qui se sentent en bonne ou en très bonne santé parmi les personnes de 65 ans et plus, en ménage privé, Suisse, 1992-2017



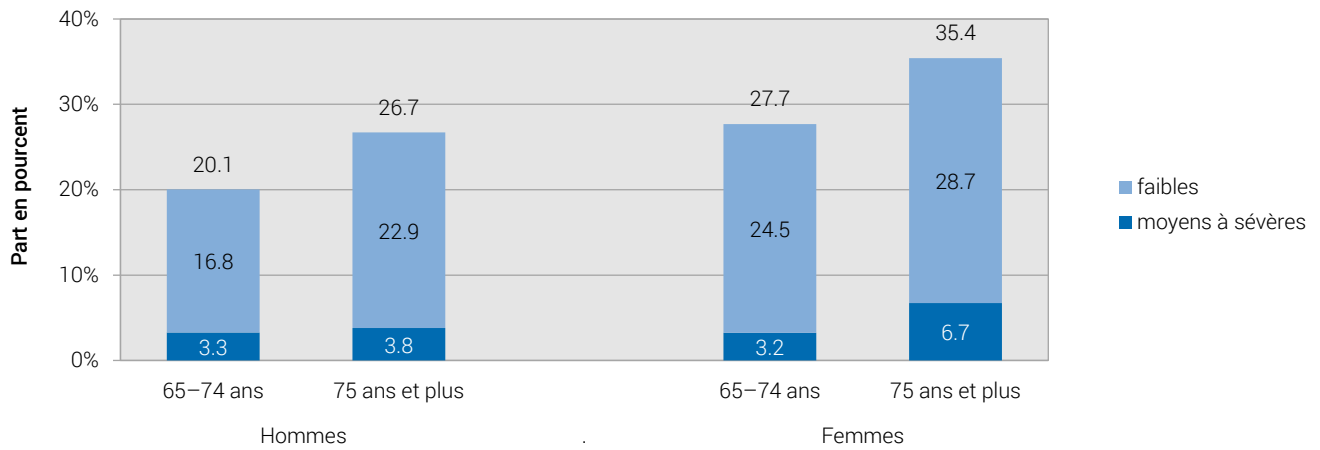
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

En 2017, 74,2% des hommes et 71,3% des femmes de 65 ans et plus vivant chez eux qualifiaient leur état de santé de bon ou très bon. L'année 2017 est la première lors de laquelle on n'observe pas de différence significative entre les sexes. Globalement, ces valeurs ont oscillé durant les 25 dernières années, mais sans montrer de tendance claire ni à l'amélioration ni à la détérioration.

3 Dépressions

G 4 Symptômes dépressifs (durant les deux dernières semaines) chez les personnes de 65 ans et plus vivant dans un ménage privé, par sexe, 2017

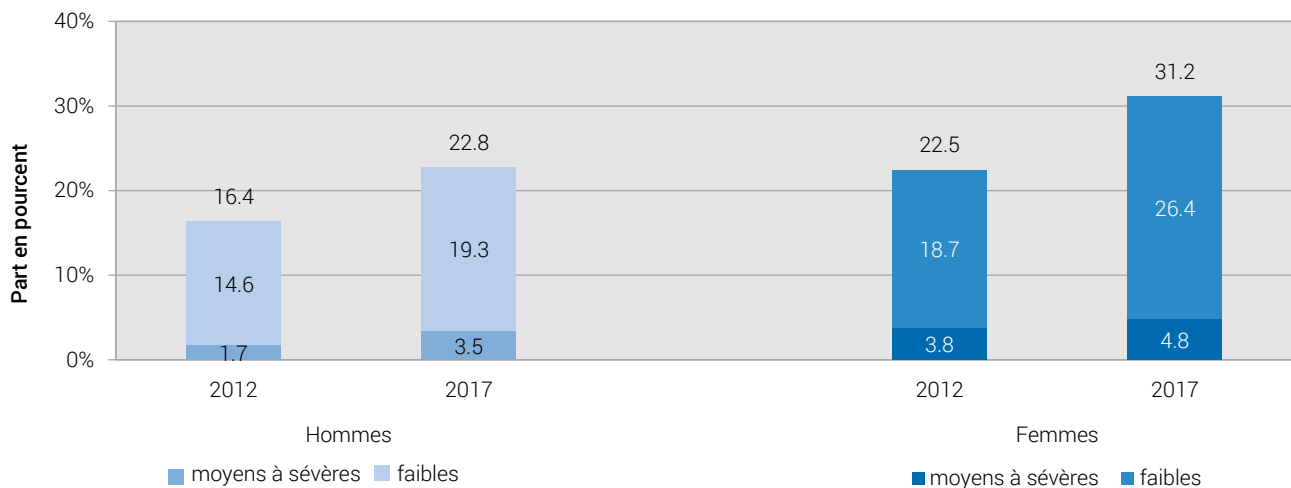


Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Les dépressions passent souvent inaperçues, surtout chez les personnes âgées. Dans l'enquête suisse sur la santé 2017, parmi la population âgée de 65 à 74 ans, un cinquième des hommes (20,1%) et plus d'un quart (27,7%) des femmes ont répondu d'une manière qui peut indiquer une dépression. Cette proportion augmente encore à partir de 75 ans: 26,7% des hommes et 35,4% des femmes de cette tranche d'âge présentent des symptômes dépressifs; les symptômes moyens à sévères concernent 3,8% des hommes et 6,7% des femmes.

G 5 Symptômes dépressifs (durant les deux dernières semaines) chez les personnes de 65 ans et plus vivant dans un ménage privé, par sexe, 2012–2017



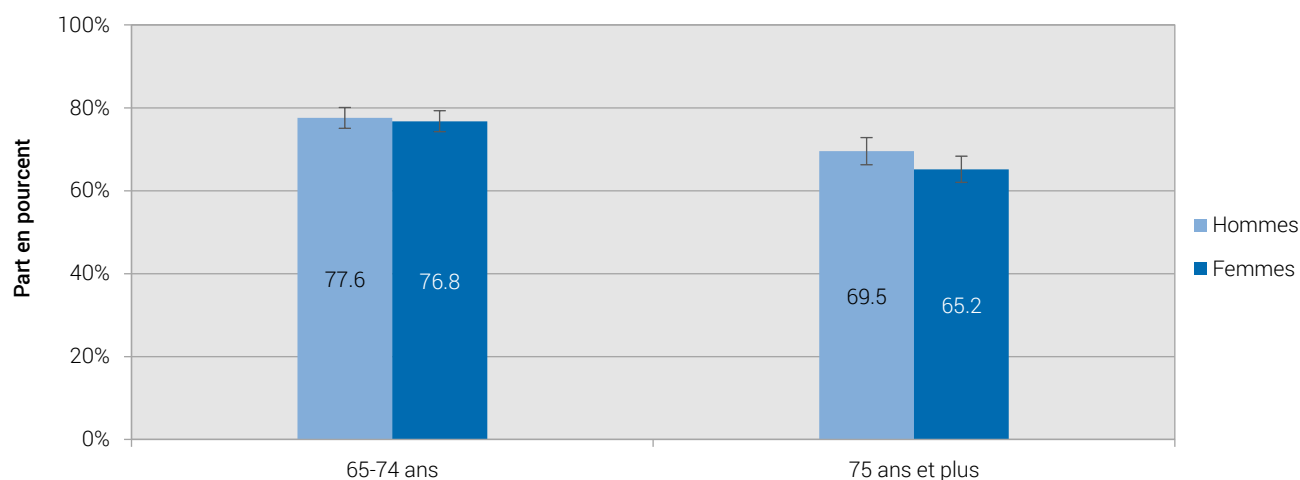
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

On observe une augmentation des symptômes dépressifs par rapport à 2012: les chiffres 2017 sont supérieurs à ceux de 2012 de 6,4 points chez les hommes (avec une augmentation de 1,8 point pour les symptômes dépressifs sévères), et de 8,7 points chez les femmes (avec une augmentation de 1,0 point pour les symptômes dépressifs sévères). A noter que l'augmentation enregistrée ne concerne pas seulement la tranche d'âge prise en compte ici, c'est-à-dire les 65 ans et plus, mais l'ensemble de la population.

4 Qualité de vie

G 6 Bonne ou très bonne qualité de vie chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 2017



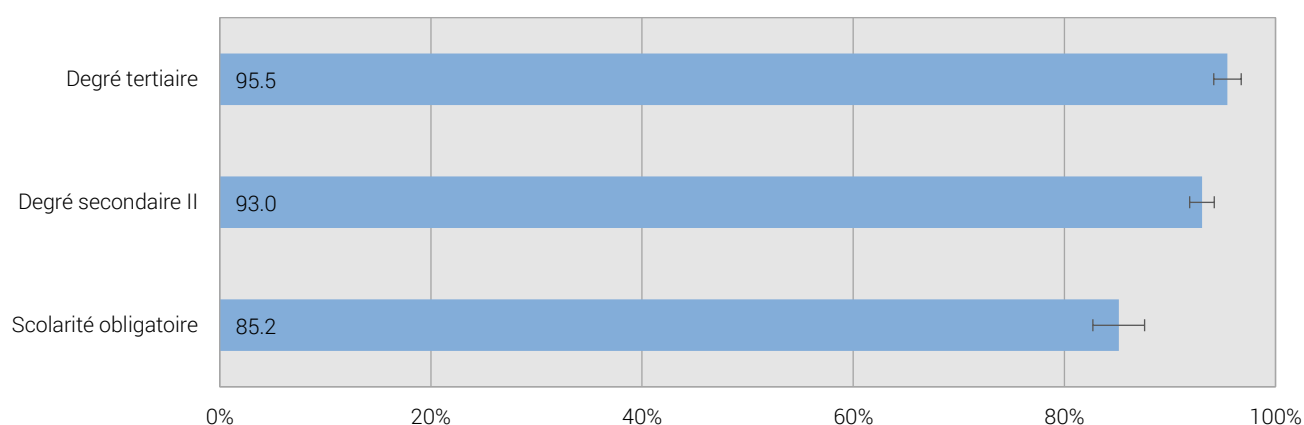
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Les chiffres sur la qualité de vie en général, un indicateur positif de la santé psychique, sont présentés ici en complément des symptômes dépressifs.

La majorité des personnes de plus de 65 ans vivant chez elles ont une qualité de vie élevée: 77,6% des hommes et 76,8% des femmes de 65 à 74 ans jugent leur qualité de vie bonne ou très bonne. Les proportions sont légèrement inférieures chez les personnes de 75 ans et plus, avec 69,5% chez les hommes et 65,2% chez les femmes (différences non significatives).

G 7 Bonne ou très bonne qualité de vie chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par niveau de formation, Suisse, 2017



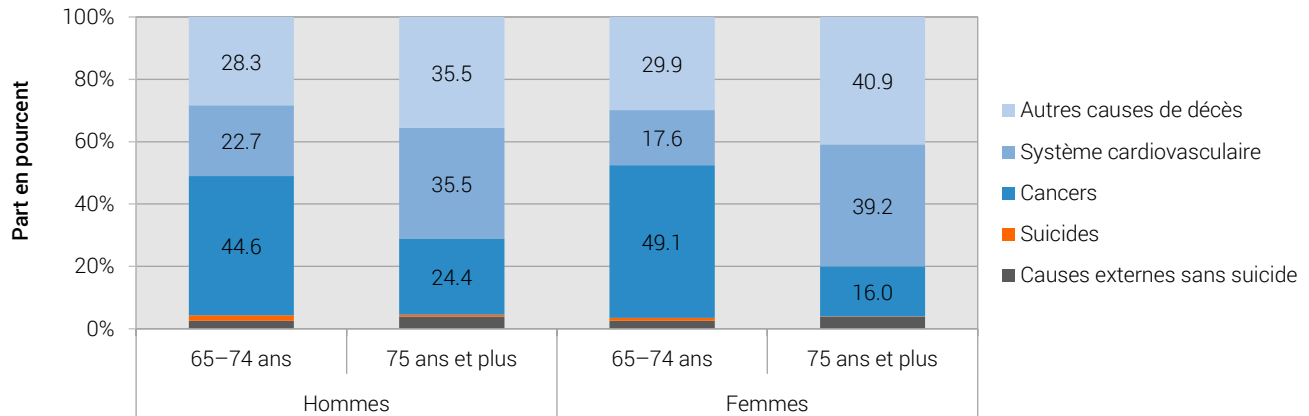
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

La qualité de vie varie en fonction du niveau de formation: les personnes plus qualifiées se sentent mieux, puisque 95,5% d'entre elles déclarent avoir une bonne ou très bonne qualité de vie, contre 85,2% des personnes n'ayant pas terminé de formation postobligatoire. Des tendances semblables sont observées également pour d'autres aspects de la santé.

5 Causes de décès

G 8 Causes de décès chez les personnes de 65 ans et plus, Suisse, 2016



Source: OFS – Statistique des causes de décès

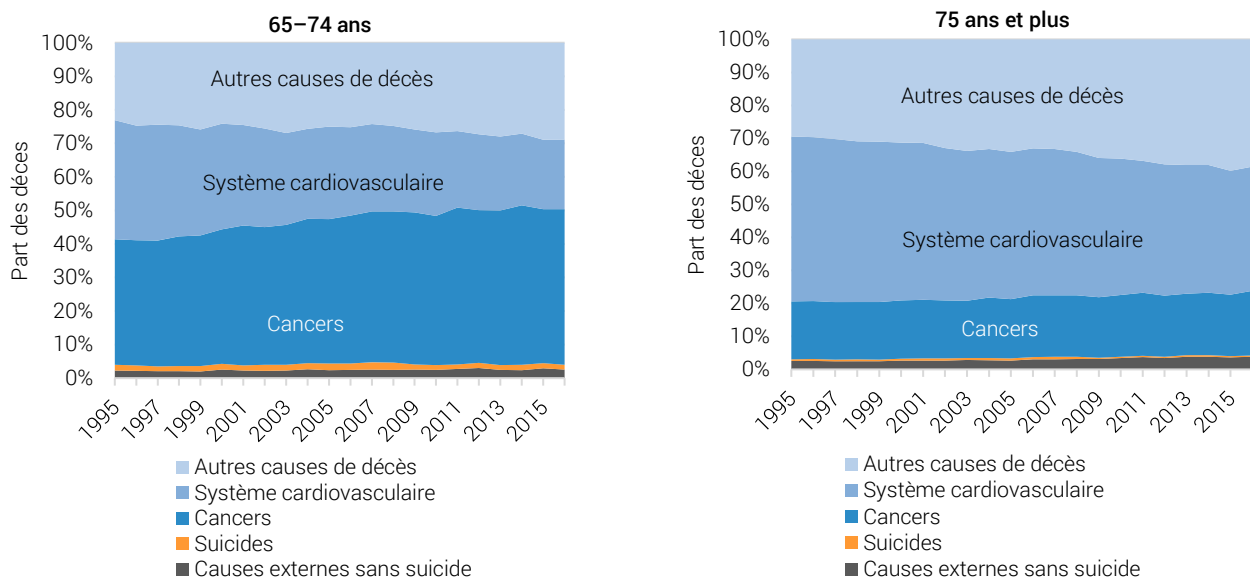
© Obsan 2019

Suicides: y.c. les suicides assistés

Les maladies cardiovasculaires deviennent une cause de décès de plus en plus fréquente à mesure que l'âge avance. Elles sont responsables de 22,7% des décès chez les hommes de 65 à 74 ans et de 35,5% chez ceux de 75 ans et plus. Chez les femmes, ces pourcentages sont respectivement de 17,6% et de 39,2%.

A l'inverse, le taux de décès dus au cancer diminue avec l'âge. En 2016, dans presque la moitié (44,6%) des décès d'hommes âgés de 65 à 74 ans, la cause était le cancer, une proportion qui chute à 24,4% chez les hommes de 75 ans et plus. Les femmes ont enregistré une évolution semblable, avec 49,1% des décès dus au cancer chez les 65 à 74 ans et 16,0% chez les 75 ans et plus.

G 9 Évolution des causes de décès des personnes de 65 ans et plus (en %), Suisse, 1995–2016



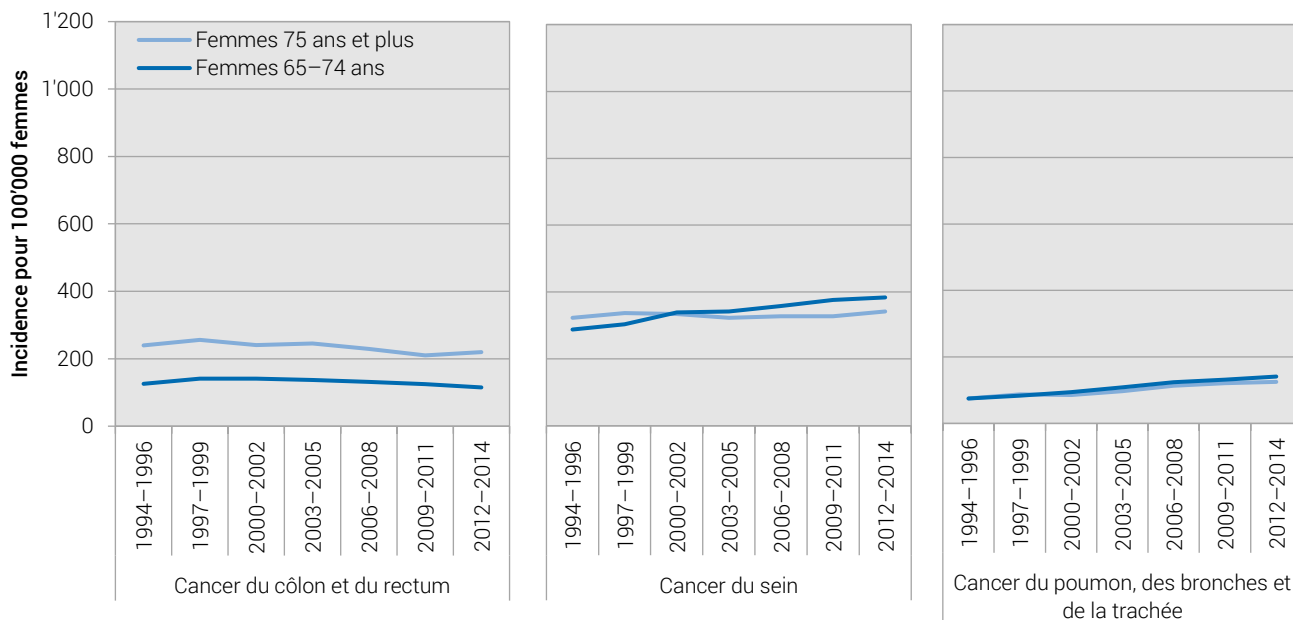
Source: OFS – Statistique des causes de décès (suicides: y.c. les suicides assistés)

© Obsan 2019

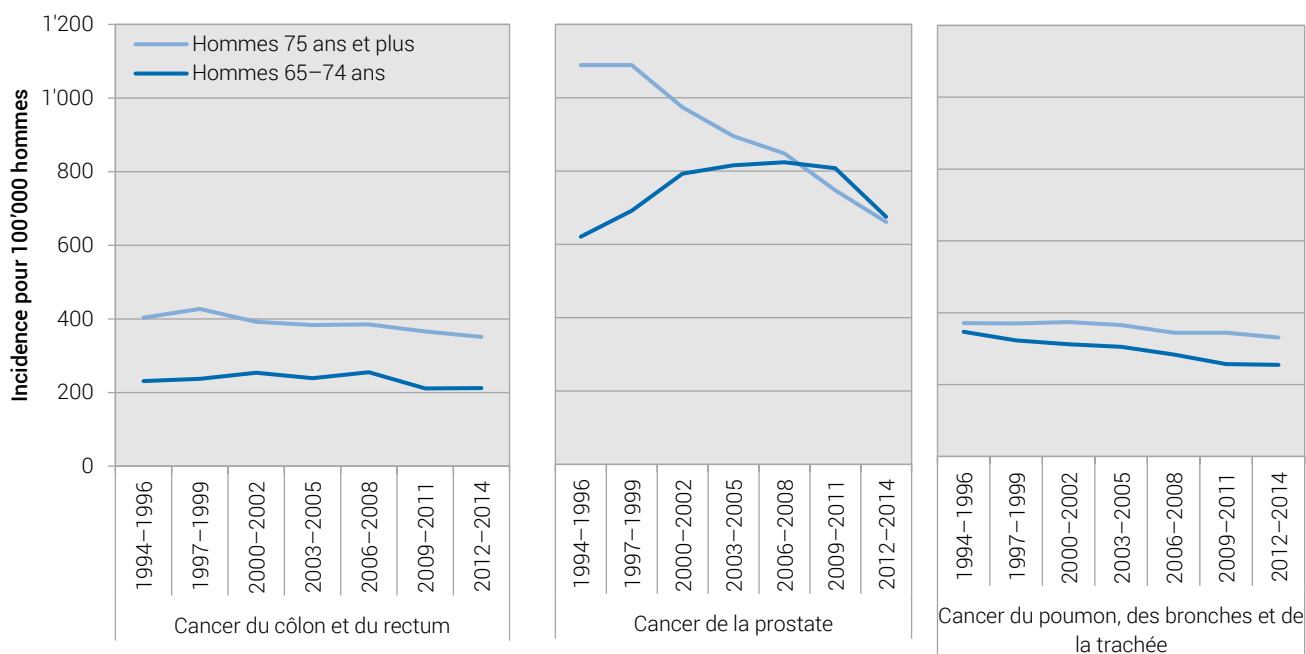
Si l'on compare les chiffres des 20 dernières années, on constate une diminution de la part des maladies cardiovasculaires parmi l'ensemble des causes de décès. Chez les personnes de 65 à 74 ans, cette part a diminué de 14,8 points entre 1995 et 2016. Dans le même groupe d'âge, on observe parallèlement une augmentation de 9,0 points des personnes décédant d'un cancer. Les mêmes constats peuvent être faits parmi les personnes de 75 ans et plus, mais avec une réduction moins marquée des décès dus aux maladies cardiovasculaires et une augmentation moindre de ceux dus aux cancers.

6 Cancer

G 10 Incidence du cancer du côlon, du sein et des poumons chez les femmes de 65 ans et plus, Suisse, 1994–2014



G 11 Incidence du cancer du côlon, de la prostate et des poumons chez les hommes de 65 ans et plus, Suisse, 1994–2014



Source des graphiques G10 et G11: les données suisses sur le cancer proviennent de l'Institut national pour l'épidémiologie et l'enregistrement du cancer (NICER) et des registres cantonaux. Les taux ont été calculés sur une moyenne de trois ans. © Obsan 2019

Pour la plupart des cancers, le nombre de nouveaux cas augmente avec l'âge. Étant donné que l'espérance de vie est en hausse et que les générations comptant de nombreux individus (les babyboomers) vieillissent, on peut s'attendre à une augmentation des cancers en chiffres absolus.

Le carcinome prostatique est le cancer le plus fréquent chez les hommes de plus de 65 ans. Le nombre de cas a toutefois diminué, en particulier chez les hommes de 75 ans et plus. Sur la moyenne des années 2012-2014, les taux d'incidence des deux groupes d'âge de plus de 65 ans se situent en-dessous des 700 cas pour 100 000 hommes (675/100 000 pour les 65 à 74 ans et 661/100 000 chez les 75 ans et plus).

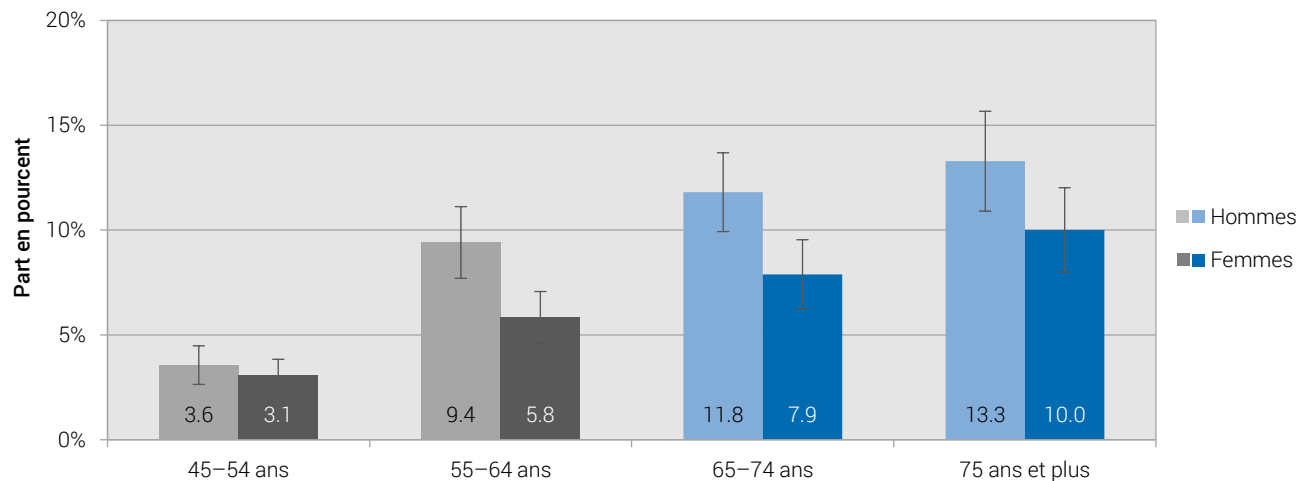
Chez les femmes de 65 ans et plus, le cancer le plus fréquent est le cancer du sein. Depuis le début des mesures (1994-1996), le taux d'incidence chez les femmes de 65 à 74 ans est passé de 288 à 384 cas pour 100 000 personnes (en 2012-2014). Cette augmentation n'est toutefois pas significative chez les femmes âgées de plus de 75 ans.

Le carcinome colorectal (cancer du côlon et du rectum) présente le deuxième taux d'incidence le plus élevé tant chez les femmes que chez les hommes. Chez les hommes, on enregistre sur l'ensemble de la période une diminution des nouveaux cas de 403 à 351 pour 100 000 habitants chez les individus de 75 ans et plus, les autres valeurs n'affichant pas d'évolution significative. Quant aux femmes, elles enregistrent des taux d'incidence dépassant légèrement la moitié de ceux des hommes.

Cette différence entre les sexes se retrouve dans les cas de cancer des poumons et de cancer des bronches et de la trachée: ici aussi, le nombre de nouveaux cas est nettement plus faible chez les femmes de 65 ans et plus que chez les hommes du même âge. Pour 2012 à 2014, on a enregistré en moyenne annuelle 141 nouveaux cas pour 100 000 habitantes chez les femmes de 65 à 74 ans (contre 255 chez les hommes), et 125 chez celles de 75 ans et plus (contre 331 chez les hommes). Depuis les années 1994 à 1996, ces taux ont toutefois augmenté chez les femmes, tandis qu'ils ont diminué chez les hommes (surtout dans le groupe d'âge des 65 à 74 ans).

7 Diabète sucré

G 12 Diabète chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



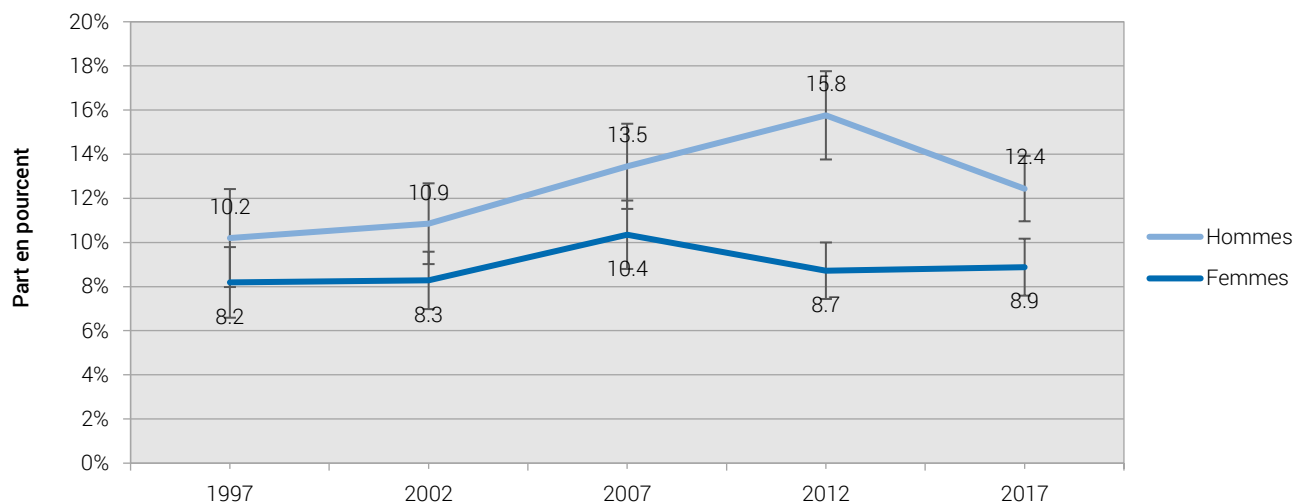
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Le diabète sucré est une maladie métabolique chronique dont l'incidence est en hausse dans le monde depuis quelques décennies. On distingue essentiellement deux types de diabète: le type 2 est fortement lié au style de vie et est associé au surpoids. C'est aussi le plus répandu chez les personnes âgées.

Avec l'âge les hommes sont nettement plus nombreux que les femmes à souffrir de diabète: 11,8% des hommes de 65 à 74 ans sont atteints de cette maladie contre 7,9% des femmes. À un âge avancé, soit à partir de 75 ans, on observe certes une différence entre les sexes (13,3% pour les hommes, contre 10,0% chez les femmes), mais elle n'est pas significative en raison du nombre peu élevé de personnes interrogées dans cette classe d'âge.

G 13 Diabète chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 1997-2017



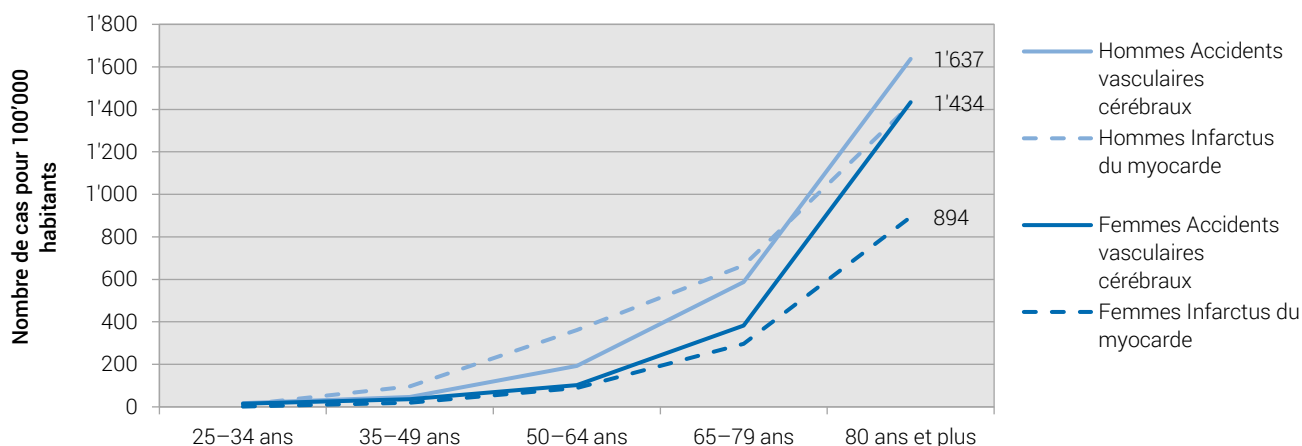
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Une comparaison dans le temps depuis 1997 des données des personnes de 65 ans et plus ne révèle ni chez les hommes ni chez les femmes de tendance nette à l'augmentation ou à la diminution. On observe toutefois un écart significatif entre les sexes depuis 2012.

8 Maladies cardiovasculaires

G 14 Infarctus du myocarde et attaque cérébrale en fonction de l'âge et du sexe, Suisse, moyenne 2012–2016

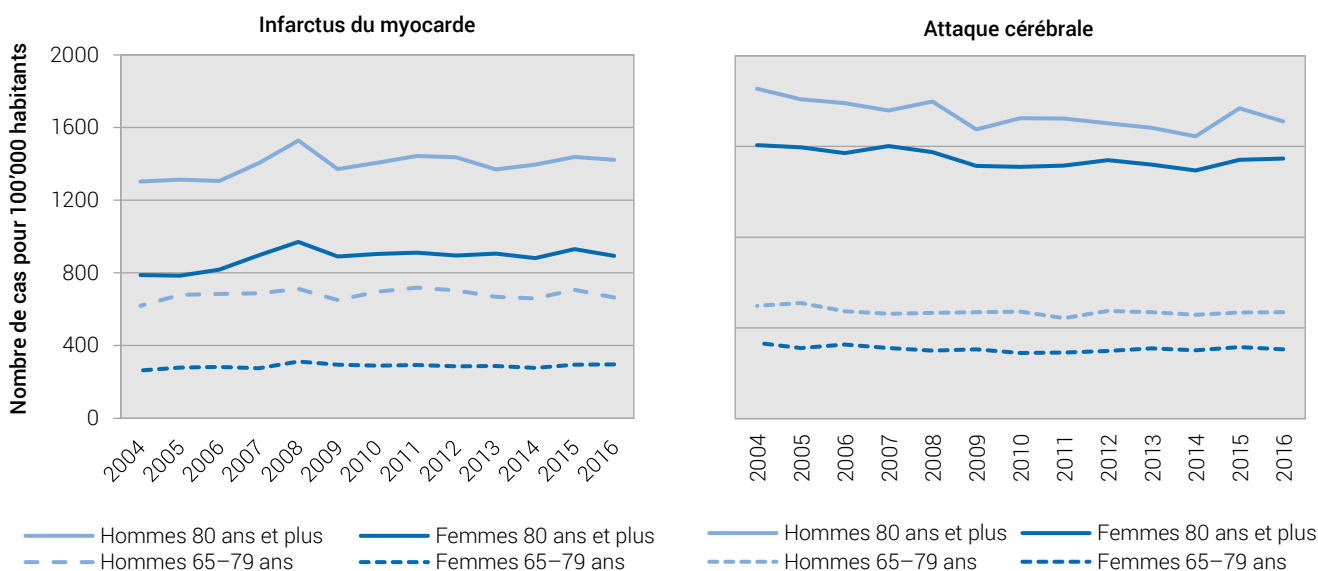


Source : OFS – Statistique médicale des hôpitaux et Statistique des causes de décès

© Obsan 2019

Les maladies cardiovasculaires comme l'infarctus du myocarde et l'attaque cérébrale deviennent non seulement plus fréquentes avec l'âge mais aussi la principale cause de décès. Chez les hommes, l'infarctus du myocarde peut toucher des individus relativement jeunes, ce qui est plus rare chez les femmes. Chez les personnes de 80 ans et plus, les hommes sont davantage sujets à l'infarctus du myocarde (1423 cas pour 100'000 habitants) que les femmes (894 cas pour 100'000 habitants; en moyenne sur 5 ans). L'écart entre les sexes est moins marqué en ce qui concerne l'attaque cérébrale: chez les 80 ans et plus, l'incidence est de 1637 hommes pour 100'000 habitants et 1434 femmes pour 100'000 habitantes.

G 15 Infarctus du myocarde et attaque cérébrale chez les personnes de 65 ans et plus, par sexe, Suisse, 2004-2016



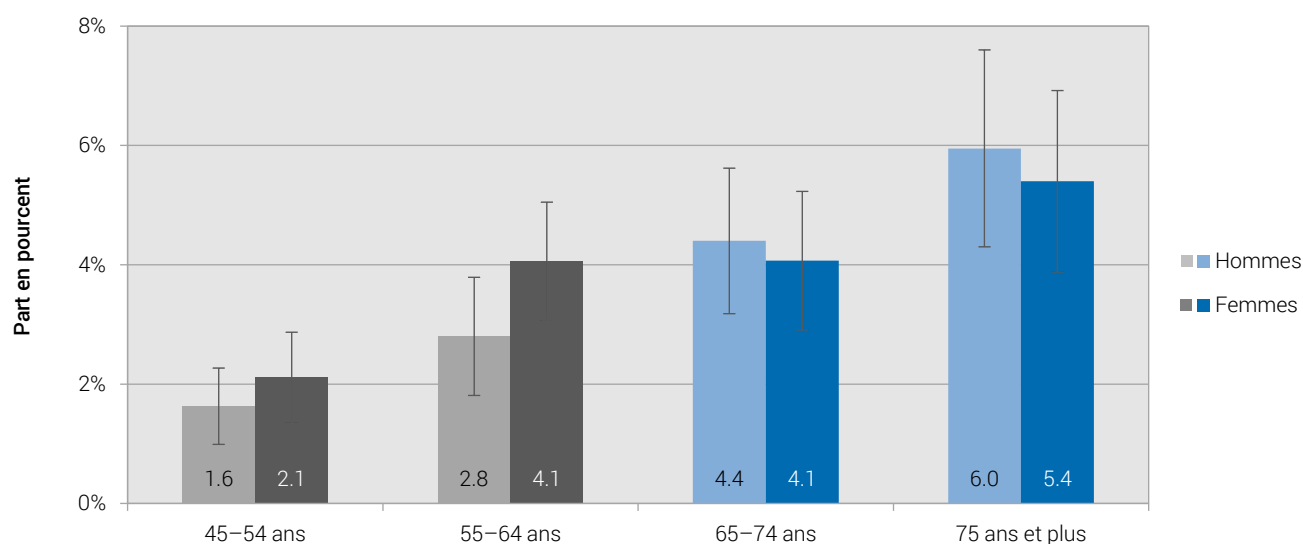
Source : OFS – Statistique médicale des hôpitaux et Statistique des causes de décès

© Obsan 2019

Ces dernières années, les infarctus du myocarde ont augmenté chez les personnes de 65 ans et plus. C'est chez les femmes de 80 ans et plus que cette hausse est la plus marquée: le nombre de cas passe de 788 pour 100 000 habitantes en 2004 à 894 en 2016, ce qui correspond à une augmentation de 13,4%. Quant aux attaques cérébrales, elles sont un peu moins fréquentes qu'il y a 12 ans. Les hommes de 80 ans et plus enregistrent la plus forte diminution, avec 1818 cas pour 100 000 habitants en 2004 et 1637 en 2016, soit une baisse de 10%.

9 Maladies pulmonaires

G 16 Bronchite chronique et emphysème pulmonaire chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

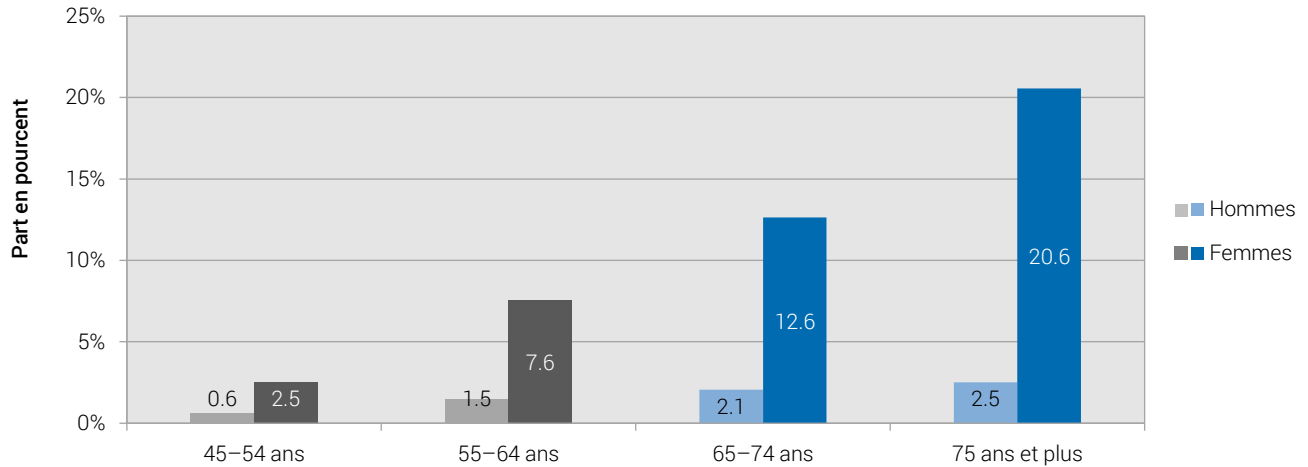
© Obsan 2019

La bronchopneumopathie chronique obstructive BPCO est un terme générique qui désigne des maladies respiratoires, au premier rang desquelles la bronchite chronique et l'emphysème pulmonaire. Ces affections touchent en particulier les personnes qui ont fumé pendant longtemps.

En 2017, 4,4% des hommes de 65 à 74 ans et 6,0% de ceux de 75 ans et plus disent souffrir de bronchite chronique ou d'emphysème. Chez les femmes, les proportions sont de 4,1% chez les 65-74 ans et de 5,4% chez les 75 ans et plus. Les écarts entre les sexes pourraient n'être dus qu'au hasard, mais la fréquence plus élevée de maladies pulmonaires dans le groupe d'âge le plus âgé par rapport au plus jeune groupe d'âge pris en compte ici (45 à 54 ans) est statistiquement significative (chez les hommes, c'est même le cas par rapport aux deux groupes d'âge les plus jeunes).

10 Ostéoporose

G 17 Ostéoporose chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



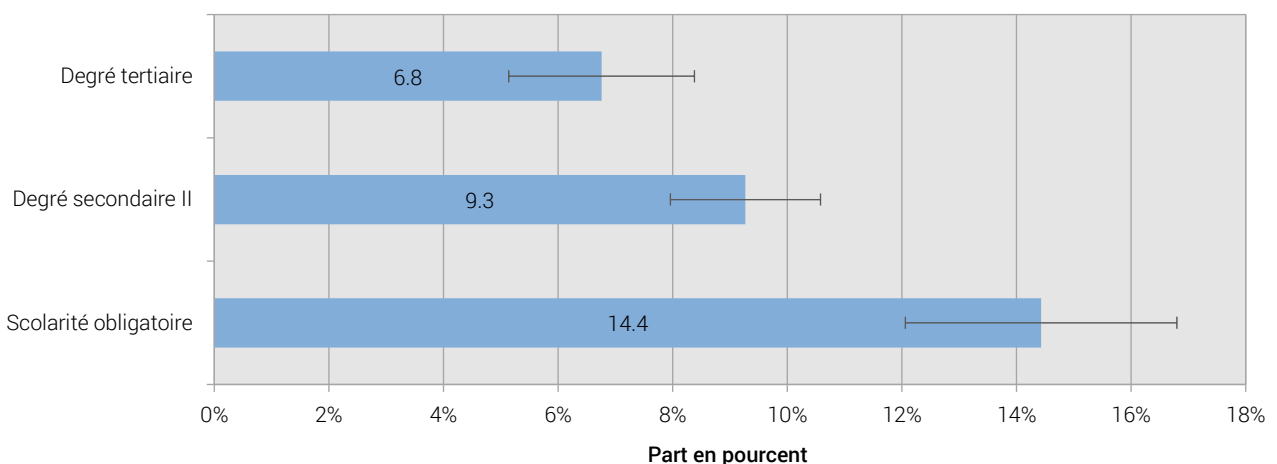
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

L'ostéoporose est caractérisée par une diminution de la substance et de la structure osseuse. La maladie, qui touche surtout les femmes âgées, est un facteur de risque accru de fractures osseuses, en particulier du col du fémur et des vertèbres. Outre le sexe et l'âge, d'autres facteurs de risques de développer l'ostéoporose sont l'immobilité, l'insuffisance pondérale, la fumée, l'alcool et certains médicaments.

Le graphique G17 montre la part des personnes vivant en ménage privé qui déclarent avoir souffert d'ostéoporose durant les 12 derniers mois. Tandis que chez les hommes, cette part n'augmente pas démesurément avec l'âge (et atteint son maximum avec 2,5% dans la classe d'âge des 75 ans et plus), elle connaît une forte hausse chez les femmes d'un âge avancé: si 12,6% des femmes de 65 à 74 ans disent souffrir d'ostéoporose, elles sont 20,6% à le faire chez celles de 75 ans et plus.

G 18 Ostéoporose chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par niveau de formation, Suisse, 2017



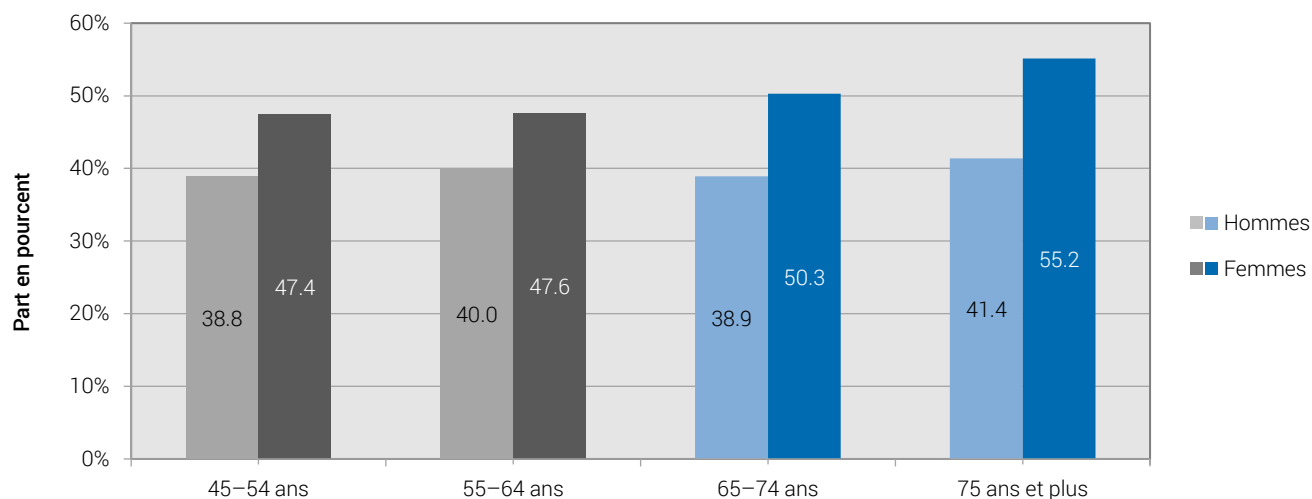
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Les personnes n'ayant pas suivi de formation postobligatoire sont nettement plus touchées par l'ostéoporose (14,4%) que celles qui en ont suivi une.

11 Maux de dos

G 19 Maux de dos (faibles à forts) de la population de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017

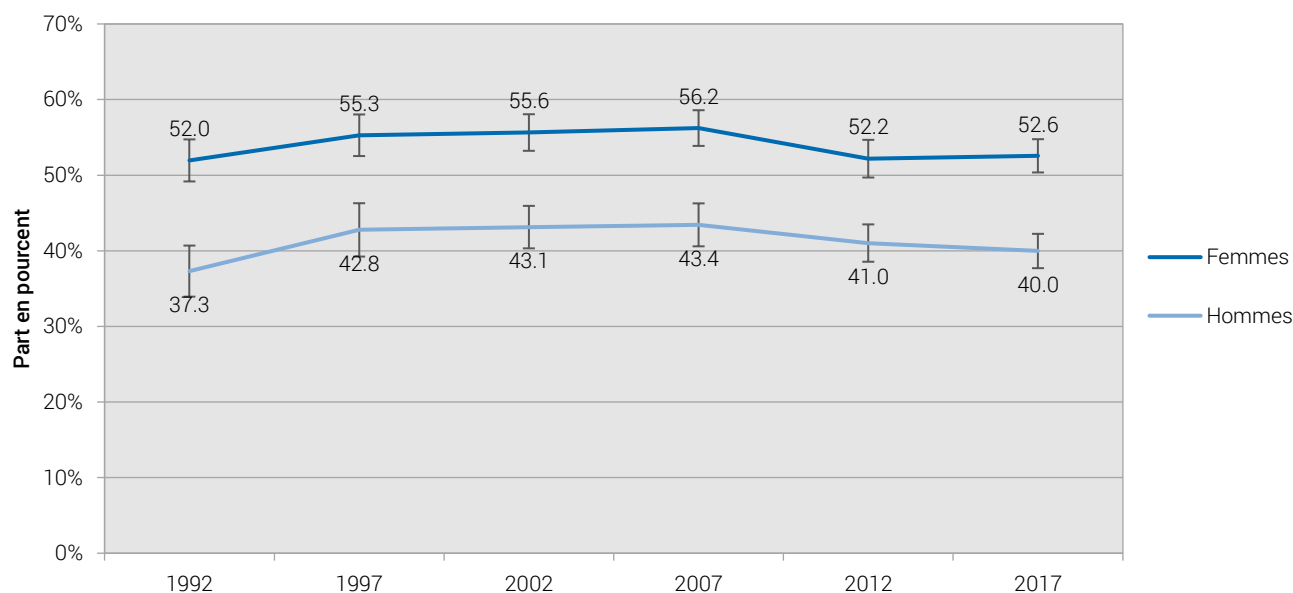


Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Chez les femmes, la part des personnes souffrant de maux de dos augmente avec l'âge. Elle se situe à 47,4% chez les 45 à 54 ans pour monter ensuite à plus de 50% à partir de 65 ans: en 2017, 55% des femmes de 75 ans et plus disaient avoir des maux de dos (légers à forts). Chez les hommes, cette proportion reste aux alentours des 40% pour tous les âges considérés.

G 20 Maux de dos (faibles à forts) de la population de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 1992-2017



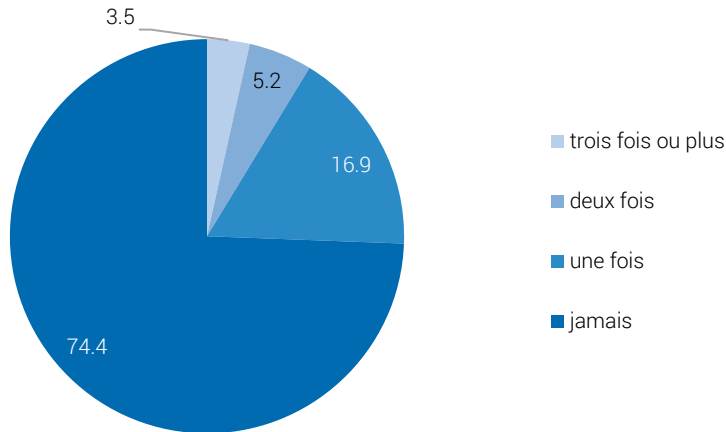
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Durant les 25 dernières années, la courbe retraçant les maux de dos dessine un arc de cercle tant chez les femmes que chez les hommes. La proportion de femmes atteintes de maux de dos en 2017 (52,6%) est pratiquement identique à celle de 1992 (52,0%). La différence entre ces deux années n'est pas non plus significative chez les hommes (37,3% en 1992 et 40,0% en 2017).

12 Chutes

G 21 Chutes chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, Suisse, 2017



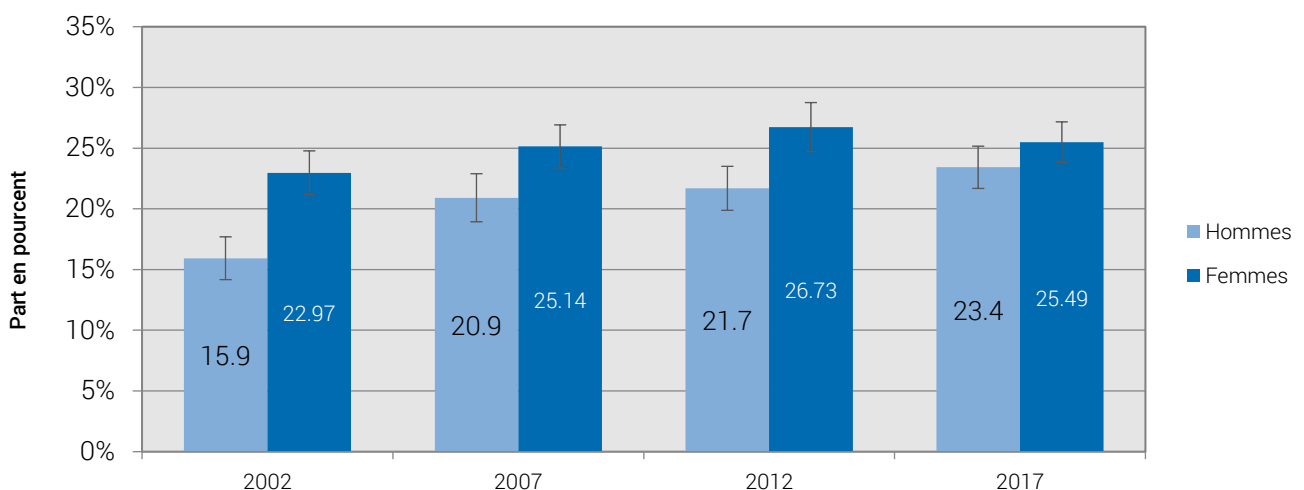
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Les chutes sont la principale cause d'accident chez les personnes âgées. Une chute peut entraîner une perte d'autonomie voire une hospitalisation ou une entrée en établissement médico-social.

Un quart des personnes de 65 ans et plus vivant à leur domicile déclarent avoir été victimes d'une chute dans l'année écoulée, et de chutes répétées pour 8,7% d'entre elles. La comparaison dans le temps à partir de 2002 montre des chiffres stables chez les femmes, tandis que chez les hommes, on observe entre 2002 et 2007 une augmentation du nombre de personnes qui ont fait des chutes, puisque cette part est passée de 15,9% à 20,9% durant cette période. À partir de 2007, on enregistre une stabilisation chez les hommes également.

G 22 Part de personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé qui ont fait au moins une chute durant les douze mois précédant l'enquête, Suisse, 2002–2017

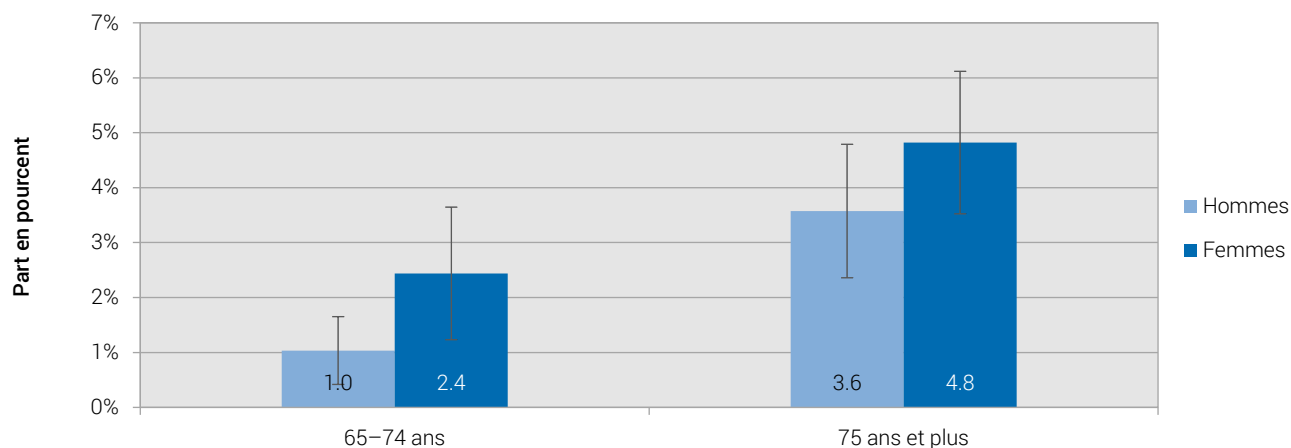


Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

13 Limitations dans les activités quotidiennes

G 23 Grandes difficultés ou incapacité à réaliser des activités de la vie quotidienne (ADL), personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 2017



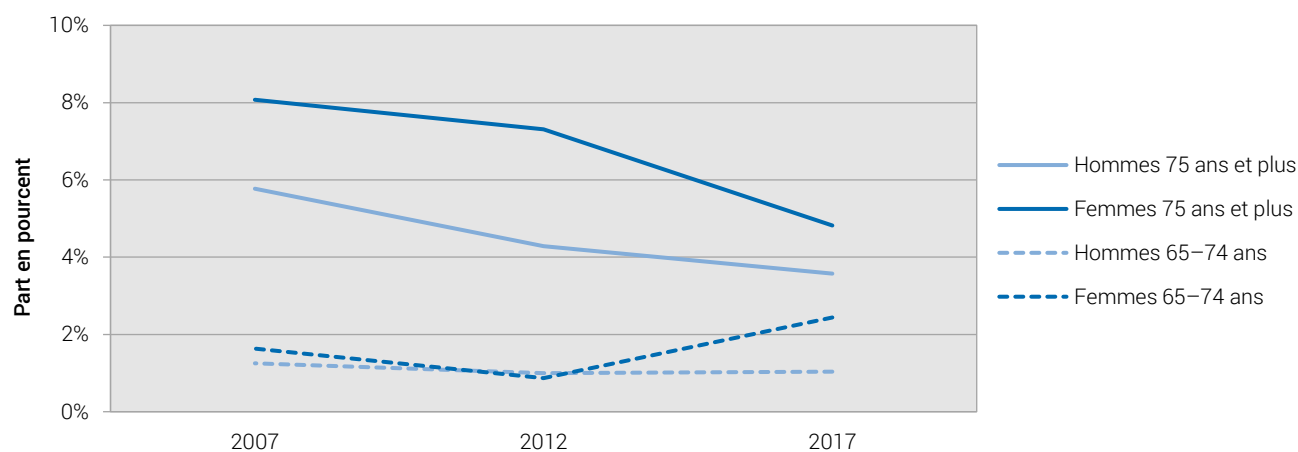
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Les limitations dans les activités quotidiennes (prendre un bain ou une douche, s'habiller et se déshabiller, aller aux toilettes, sortir du lit, se lever d'un fauteuil ou manger) signifient une perte d'autonomie. Elles peuvent nécessiter un soutien externe.

Chez les personnes vivant en ménage privé, 2,4% des femmes de 65 à 74 ans et 1,0% des hommes du même âge ont de grandes difficultés à réaliser au moins l'une des activités quotidiennes mentionnées. Chez les 75 ans et plus, ce taux est respectivement de 4,8% et de 3,6%.

G 24 Grandes difficultés ou incapacité à réaliser des activités de la vie quotidienne (ADL), personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 2007-2017



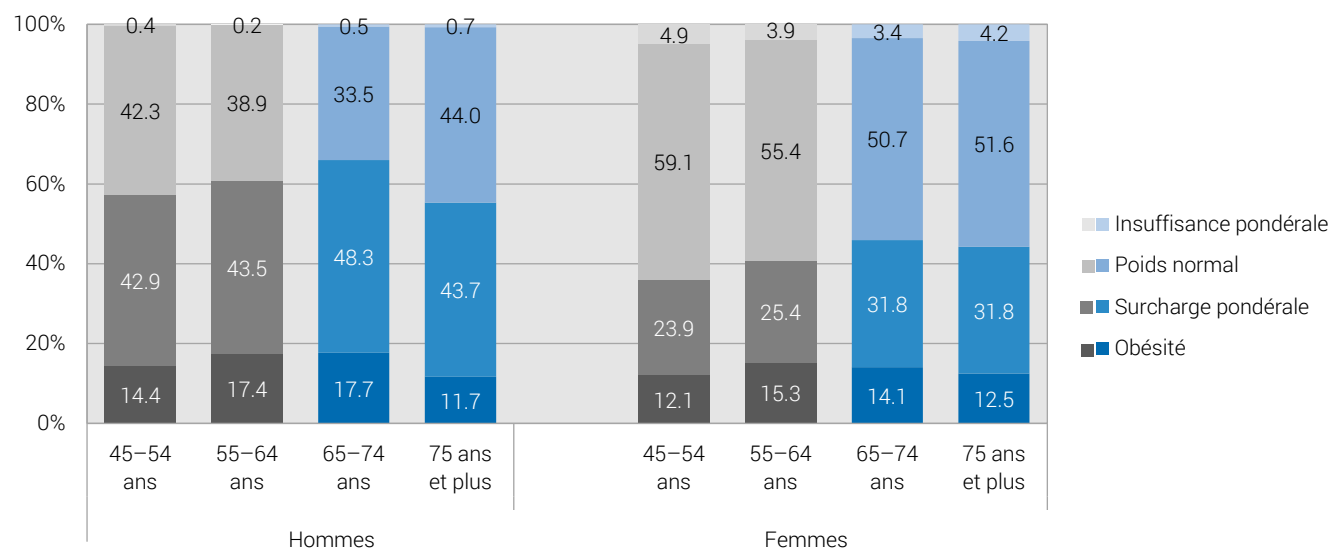
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Depuis 2007, la part des personnes de 75 ans et plus vivant en ménage privé qui ont de grandes difficultés ou sont incapables de réaliser au moins l'une des ADL a diminué. Chez les femmes, elle était de 8,1% en 2007, contre 4,8% en 2017. Chez les hommes, elle est passée de 5,8% à 3,6% durant la même période.

14 Poids corporel

G 25 Poids corporel des personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



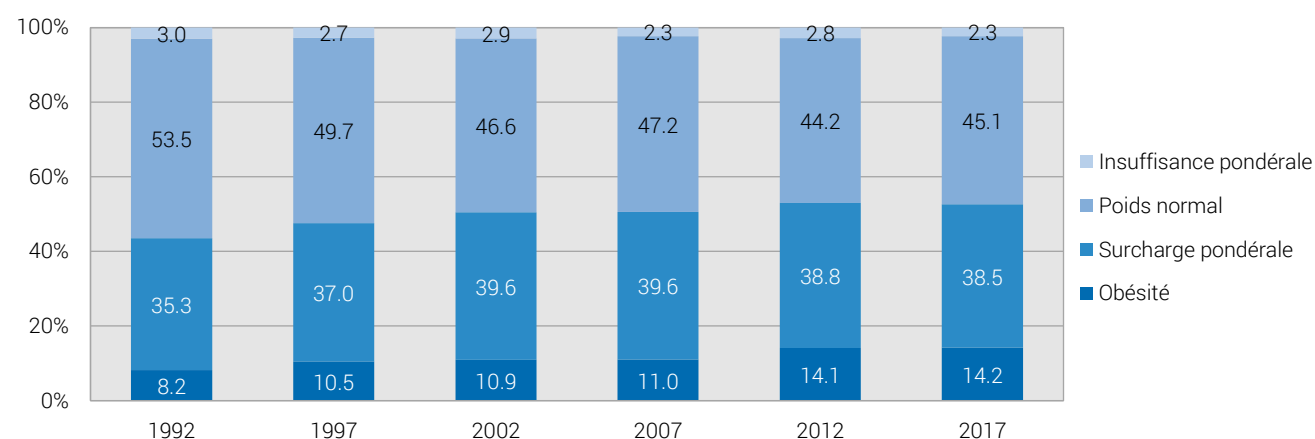
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Le surpoids est un important facteur de risque de nombreuses maladies non transmissibles comme les maladies cardiovasculaires, le diabète sucré de type 2 et certains cancers. L'obésité (= surpoids important), le surpoids, le poids normal et l'insuffisance pondérale sont déterminés à partir de l'indice de masse corporelle (IMC), qui est fonction du poids et de la taille (IMC < 18.5 = insuffisance pondérale, 18.5 < IMC < 25 = poids normal, 25 < IMC < 30 = surcharge pondérale, 30 < IMC = obésité).

La proportion de personnes en surpoids ou obèses augmente généralement avec l'âge, indépendamment du sexe, et se situe à un niveau plus élevé chez les hommes que chez les femmes. Chez les hommes, la tendance s'inverse à partir de 75 ans. Le pourcentage d'individus en surpoids (obésité comprise) culmine dans le groupe d'âge des 65 à 74 ans, avec 66,0% chez les hommes et 45,9% chez les femmes.

G 26 Poids corporel chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, Suisse, 1992-2017



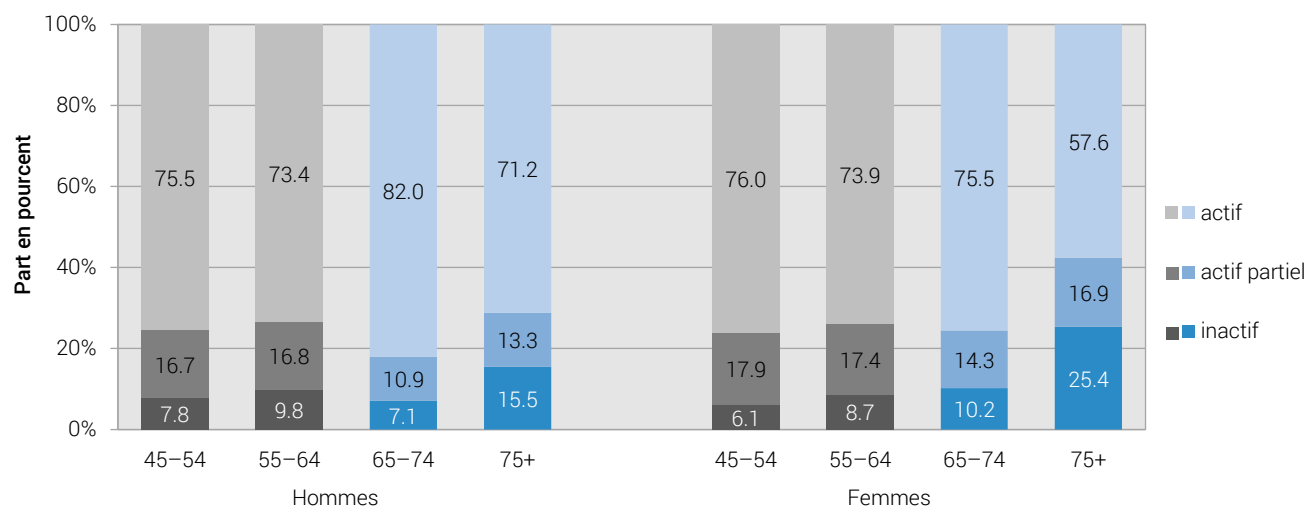
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Ces 25 dernières années, le surpoids (obésité comprise) a augmenté chez les personnes de 65 ans et plus: en 1992, 43,5% de la population était en surpoids, contre 52,7% en 2017, soit plus de la moitié.

15 Activité physique

G 27 Activité physique chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



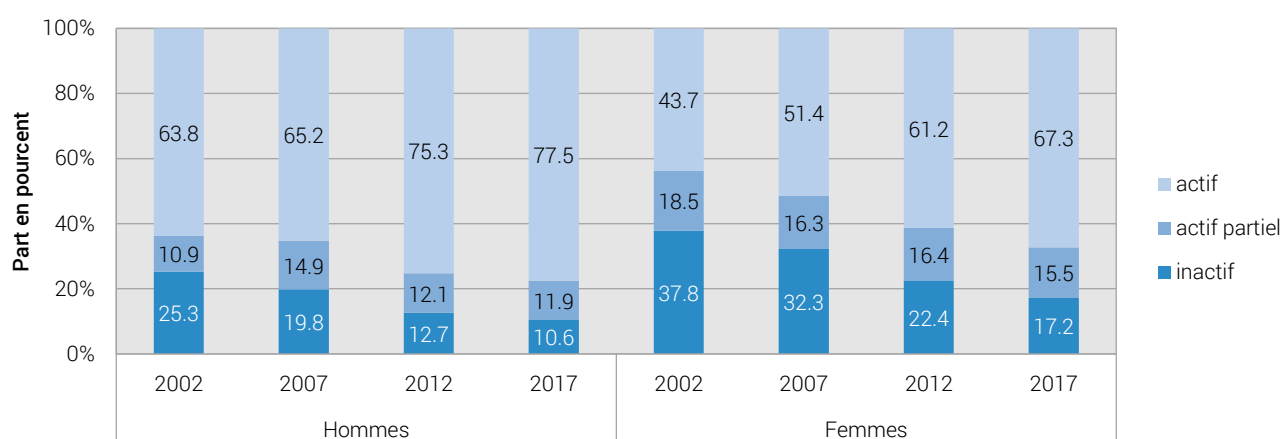
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

La pratique régulière d'une activité physique contribue au maintien de la mobilité des personnes âgées et permet d'éviter ou de retarder la perte d'autonomie et la dépendance. Pour les personnes âgées «robustes», les recommandations sont les mêmes que pour les adultes en général: deux heures et demie d'activité physique par semaine sous forme de sport ou de travaux quotidiens d'intensité moyenne ou une heure et quart de sport ou d'activité physique d'intensité élevée. Il est également conseillé d'entraîner la force et l'équilibre, notamment pour prévenir les chutes.

S'ils montrent qu'une part importante de la population âgée et très âgée peut être considérée comme «active», les résultats de l'ESS révèlent aussi que la proportion de personnes inactives augmente fortement avec l'âge. Chez les 65-74 ans, 82% des hommes et trois quarts (75,5%) des femmes pratiquent une activité physique. À partir de 75 ans, les proportions sont encore de 71,2% pour les hommes et de 57,6% pour les femmes.

G 28 Activité physique chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 2002-2017



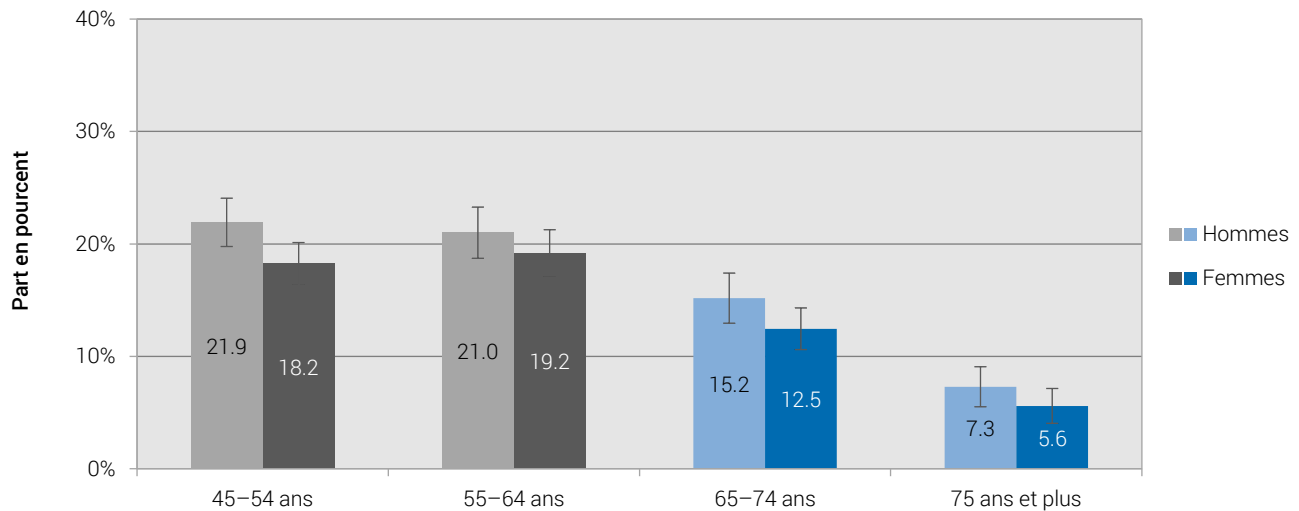
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

On observe ces 15 dernières années une tendance des individus à faire davantage d'exercice physique, même à un âge avancé. Chez les 65 ans et plus, la part des individus physiquement actifs est passée, de 2002 à 2017, de 63,8% à 77,5% chez les hommes et de 43,7% à 67,3% chez les femmes.

16 Tabagisme

G 29 Fumeurs quotidiens parmi les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

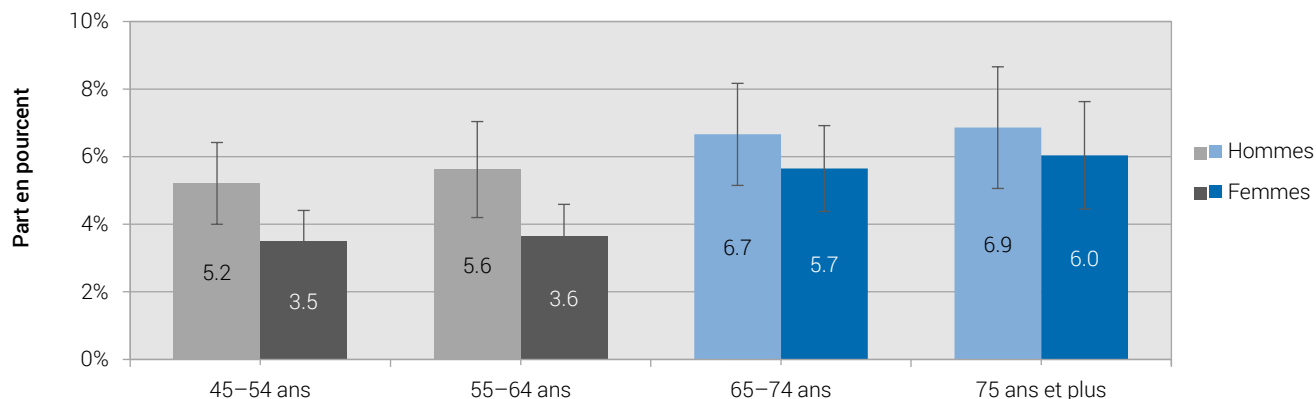
Le tabagisme est le plus important facteur de risque de maladies non transmissibles comme le cancer du poumon, les maladies cardiovasculaires, d'autres types de cancers (p. ex. cancers de la langue et de la gorge) et les affections respiratoires. Dans la prévention, le tabagisme doit être pris en considération à tous les âges de la vie car on sait que l'abandon du tabac est bénéfique pour la santé même chez les fumeurs de longue date.

La proportion de fumeurs est nettement moindre chez les personnes de 65 ans et plus que chez les plus jeunes: 15,2% des hommes et 12,5% des femmes de 65 à 74 ans fument quotidiennement; chez les 75 ans et plus, la proportion est de 7,3% pour les hommes et de 5,6% pour les femmes.

Le comportement de la population de 65 ans et plus n'a pas connu de différences significatives en matière de tabagisme ces dix dernières années (données non illustrées).

17 Alcool

G 30 Consommation chronique à risque d'alcool chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



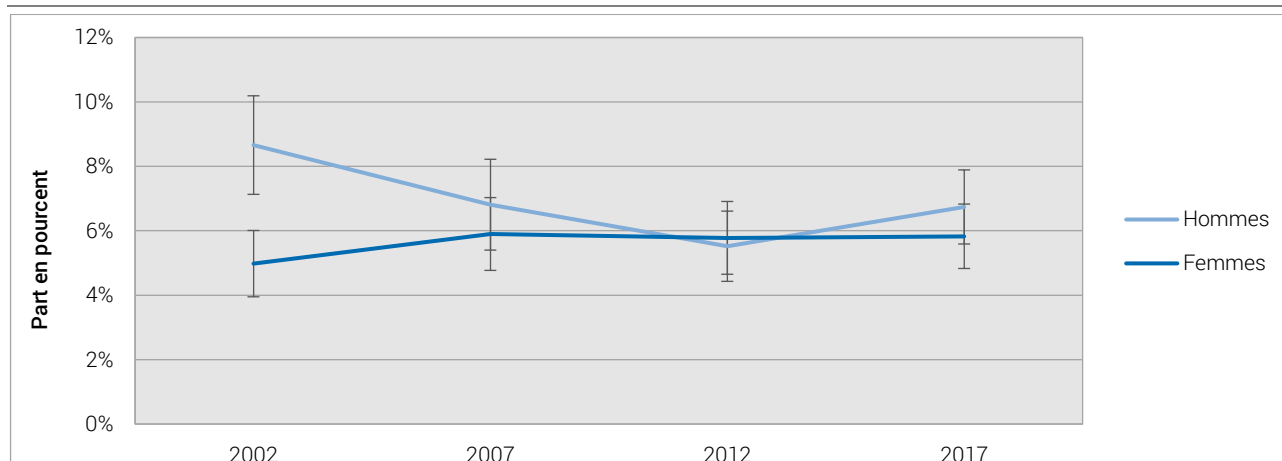
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

La consommation problématique d'alcool est difficilement détectable chez les personnes âgées. Les interactions négatives entre l'alcool et les médicaments constituent ici le problème majeur. On considère qu'il y a consommation chronique à risque d'alcool quand la consommation journalière moyenne dépasse 20 grammes pour une femme et 40 grammes pour un homme. La question de savoir à partir de quelle quantité journalière l'alcool doit être considéré comme mauvais pour la santé fait l'objet de débats à l'échelle internationale. En 2018, la Commission fédérale pour les problèmes liés à l'alcool a revu à la baisse les repères de consommation d'alcool à faible risque: elle recommande aux personnes en bonne santé d'éviter de boire plus de deux verres d'alcool par jour pour les hommes, et plus d'un pour les femmes. La commission conseille également de s'abstenir de consommer de l'alcool durant plusieurs jours par semaine.

Selon l'ESS, 6,7% des hommes et 5,7% des femmes de 65 à 74 ans sont concernés par une consommation chronique à risque. Chez les personnes de 75 ans et plus, la proportion est légèrement plus élevée pour les deux sexes, mais l'écart n'est pas statistiquement significatif.

G 31 Consommation chronique à risque d'alcool chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 2002-2017



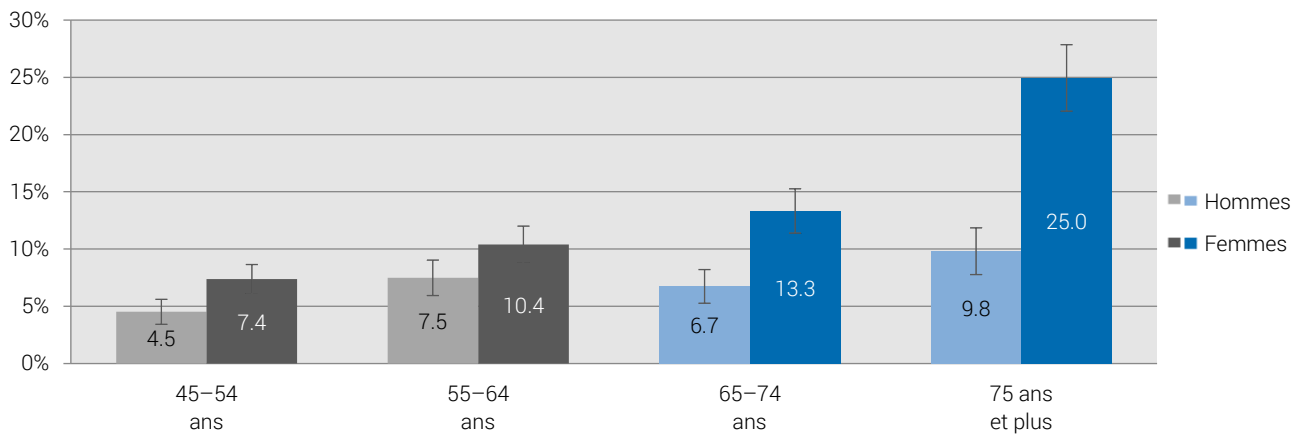
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

En 2002, on observait une différence entre hommes et femmes pour ce qui est des individus de 65 ans et plus dont la consommation d'alcool à risque est chronique. Depuis 2007 toutefois, les écarts statistiques entre sexes se sont estompés et les données restent relativement stables.

18 Consommation de somnifères/tranquillisants

G 32 Consommation de somnifères ou de tranquillisants durant les 7 derniers jours chez les personnes de 45 ans et plus vivant en ménage privé, par âge et par sexe, Suisse, 2017



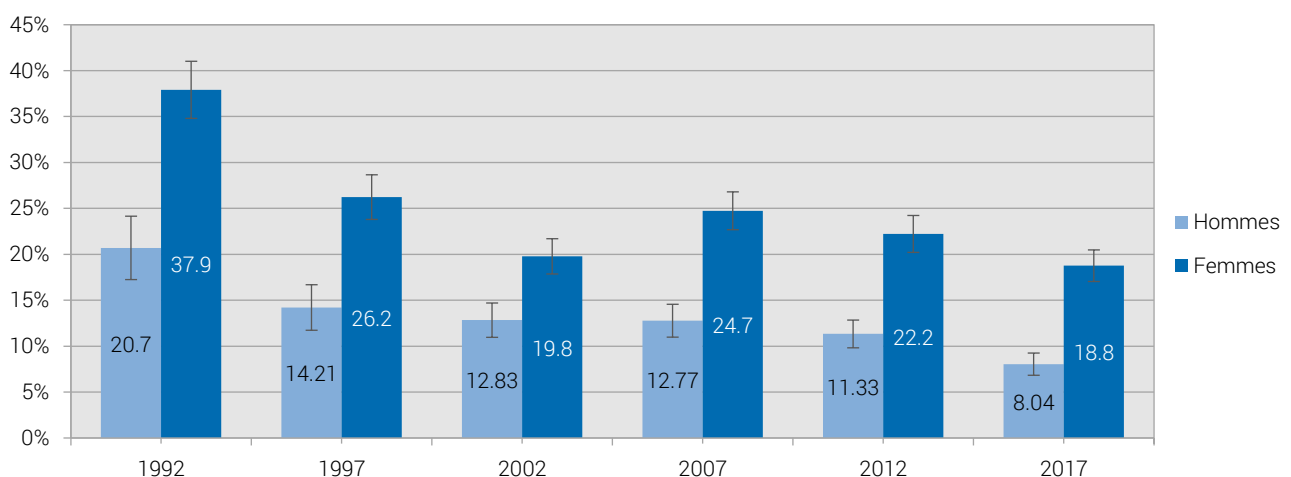
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

Il y a abus de médicaments lorsqu'un individu prend une médication sans indication médicale claire ou en quantités inutiles. Dans la pratique, les catégories suivantes de médicaments sont particulièrement concernées: les somnifères, les analgésiques, les tranquillisants, ainsi que les modérateurs d'appétit et les stimulants. La prise régulière de somnifères et de tranquillisants devrait être réservée à des cas exceptionnels.

La proportion de personnes qui prennent des somnifères et des tranquillisants augmente avec l'âge: 6,7% des hommes et 13,3% des femmes de 65 à 74 ans interrogées dans le cadre de l'enquête disent avoir pris un tel médicament durant les 7 jours écoulés. La proportion est de 9,8% (hommes) et de 25,0% (femmes) chez les 75 ans et plus.

G 33 Consommation de somnifères ou de tranquillisants durant les 7 derniers jours chez les personnes de 65 ans et plus vivant en ménage privé, par sexe, Suisse, 1992-2017



Source: OFS - Enquête suisse sur la santé

© Obsan 2019

La consommation de somnifères et de tranquillisants a diminué ces 25 dernières années chez les personnes âgées, contrairement à celle des analgésiques (données non illustrées). Dans la population de 65 ans et plus, elle est ainsi passée de 20,7% à 8,0% chez les hommes et de 37,9% à 18,8% chez les femmes.