



Être centenaire en Suisse: résultats de SWISS100

Prof. Dr. Daniela S. Jopp

Conférence et slides originales en allemand.
Slides ici partiellement traduites en français
(traduction libre).

Acknowledgment of Co-Authors



Stefano Cavalli



Armin von Gunten



François Herrmann



Mike Martin



Kim Uittenhove



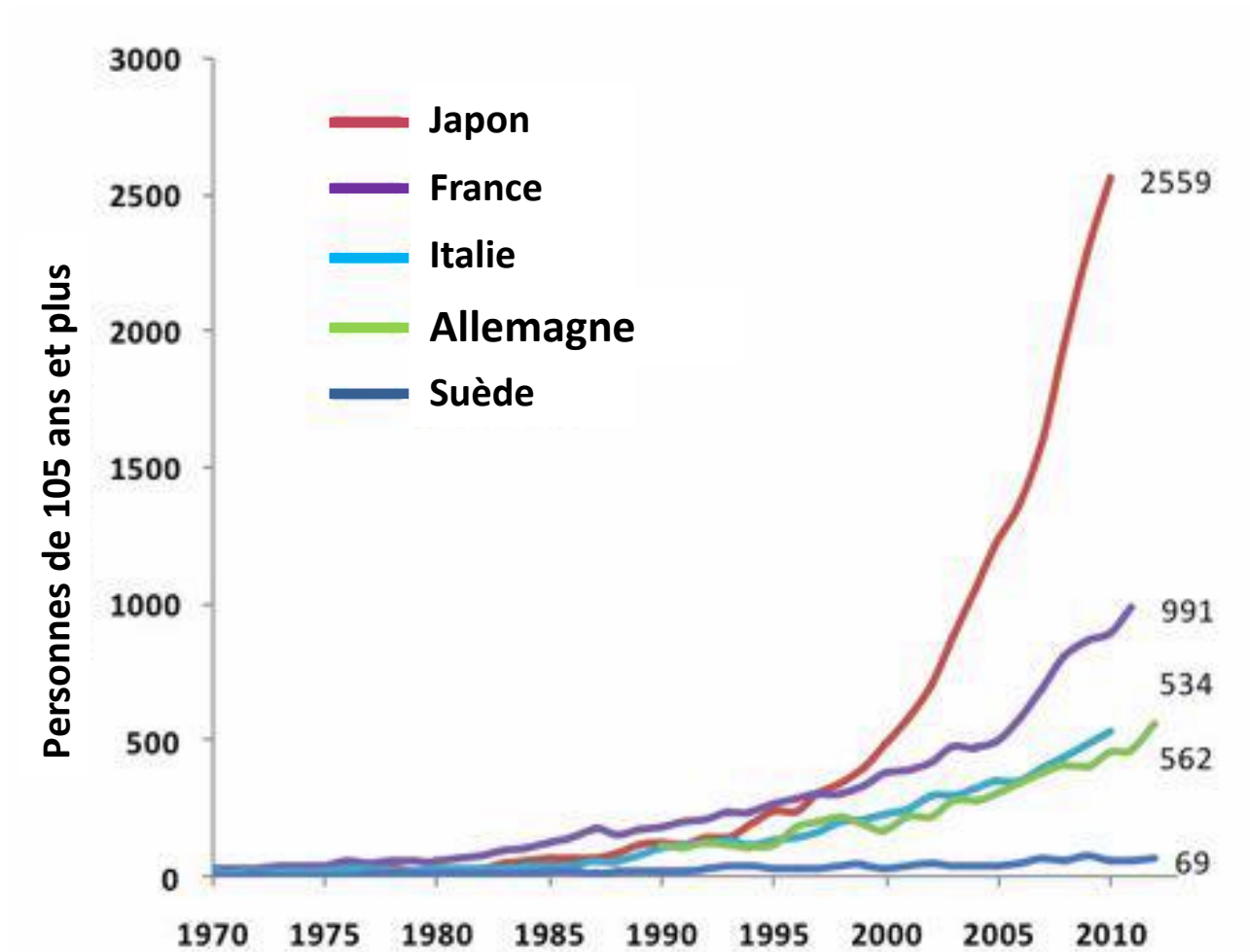
Justine Falciola



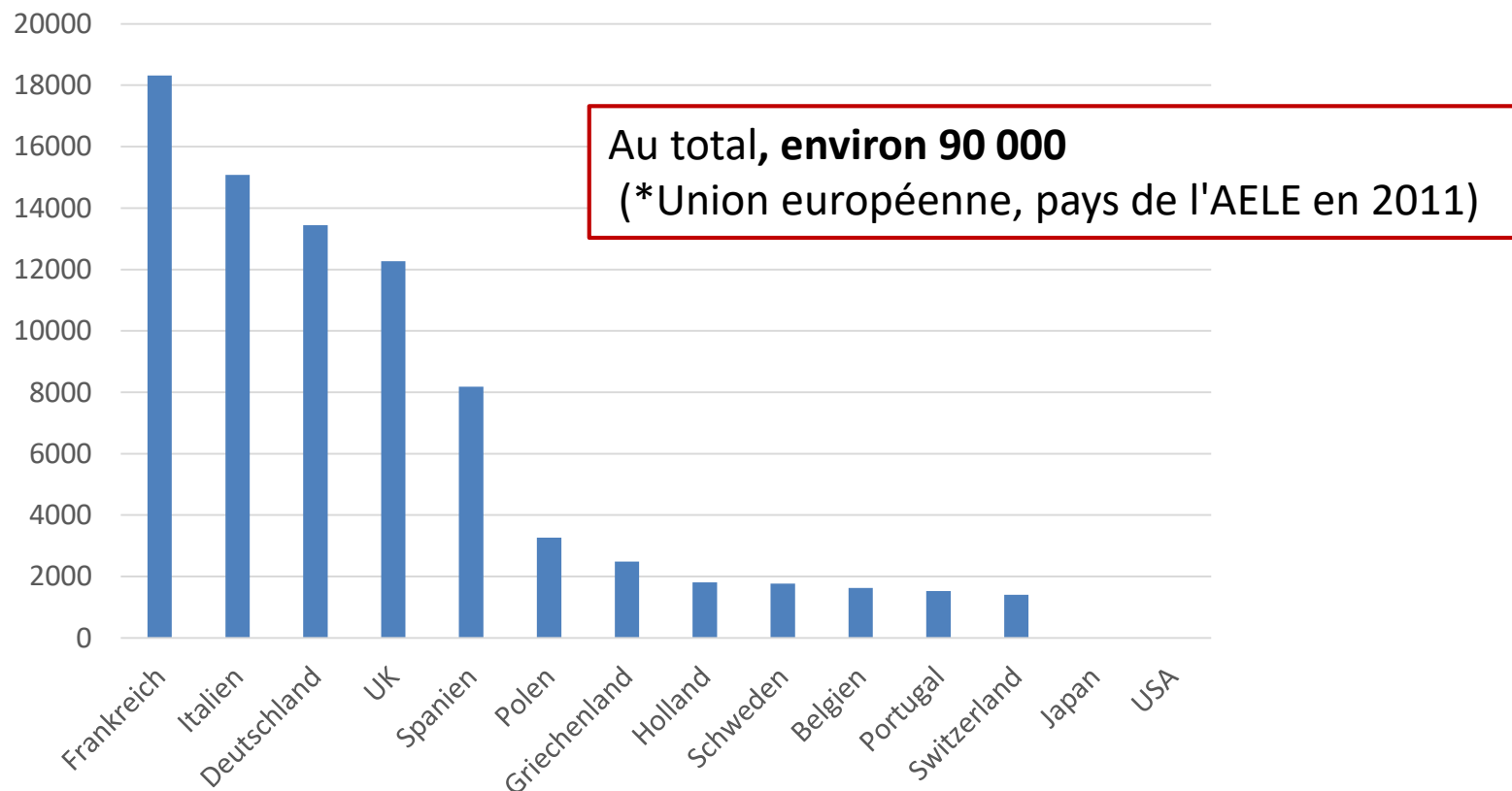
Adar Hoffman

Évolution démographique dans le monde

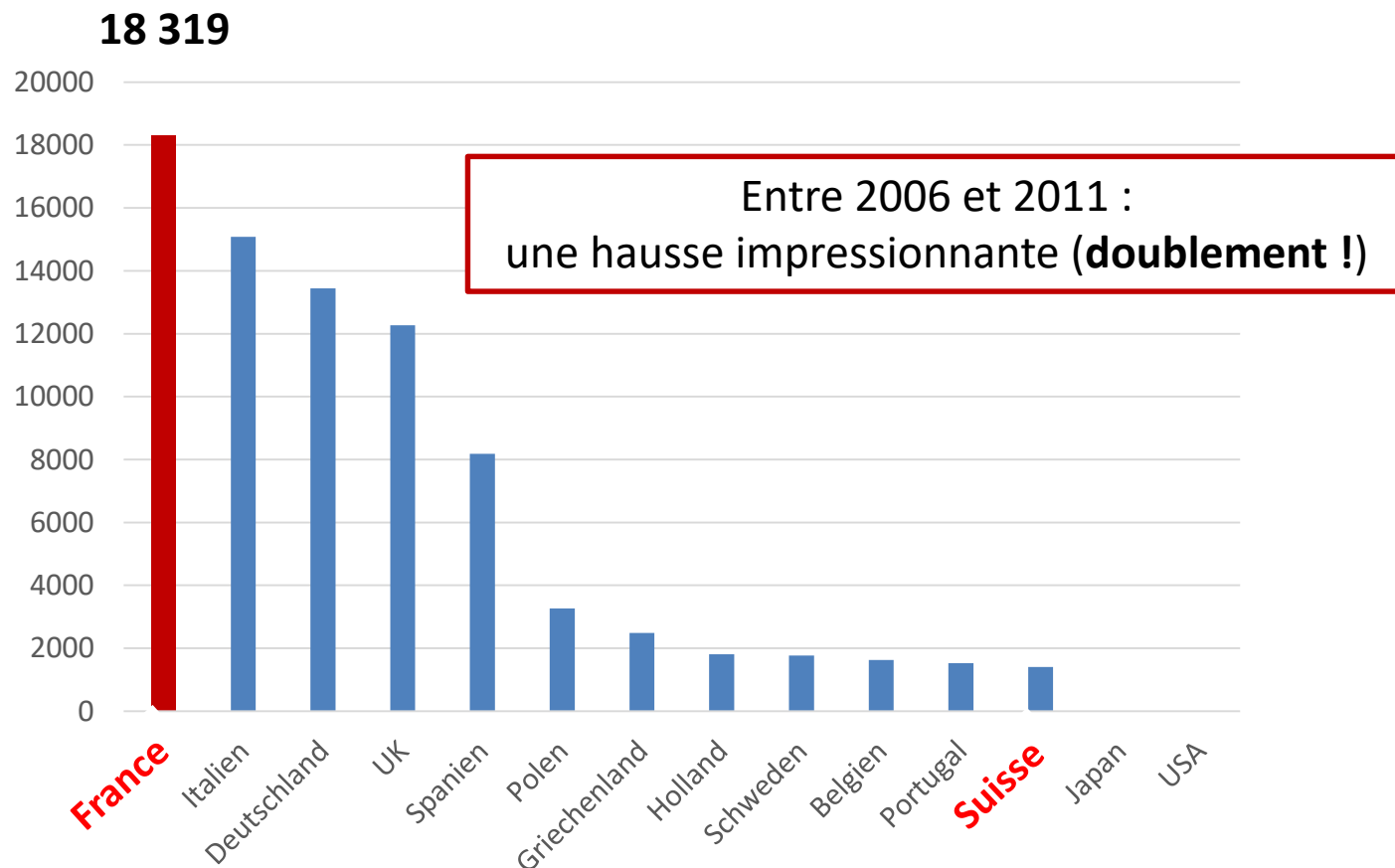
Forte augmentation des personnes âgées de 105 ans et plus



Europe : nombre de centenaires

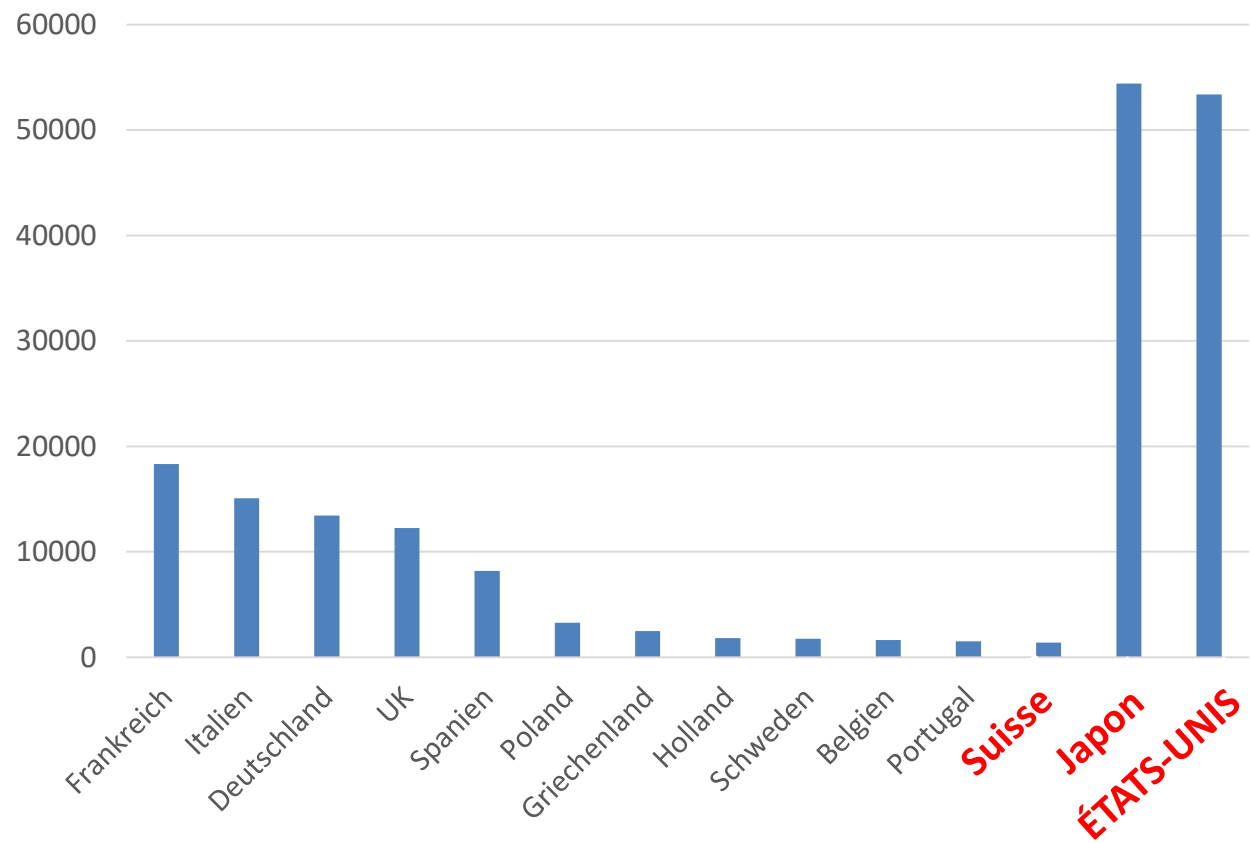


Europe : nombre de centenaires

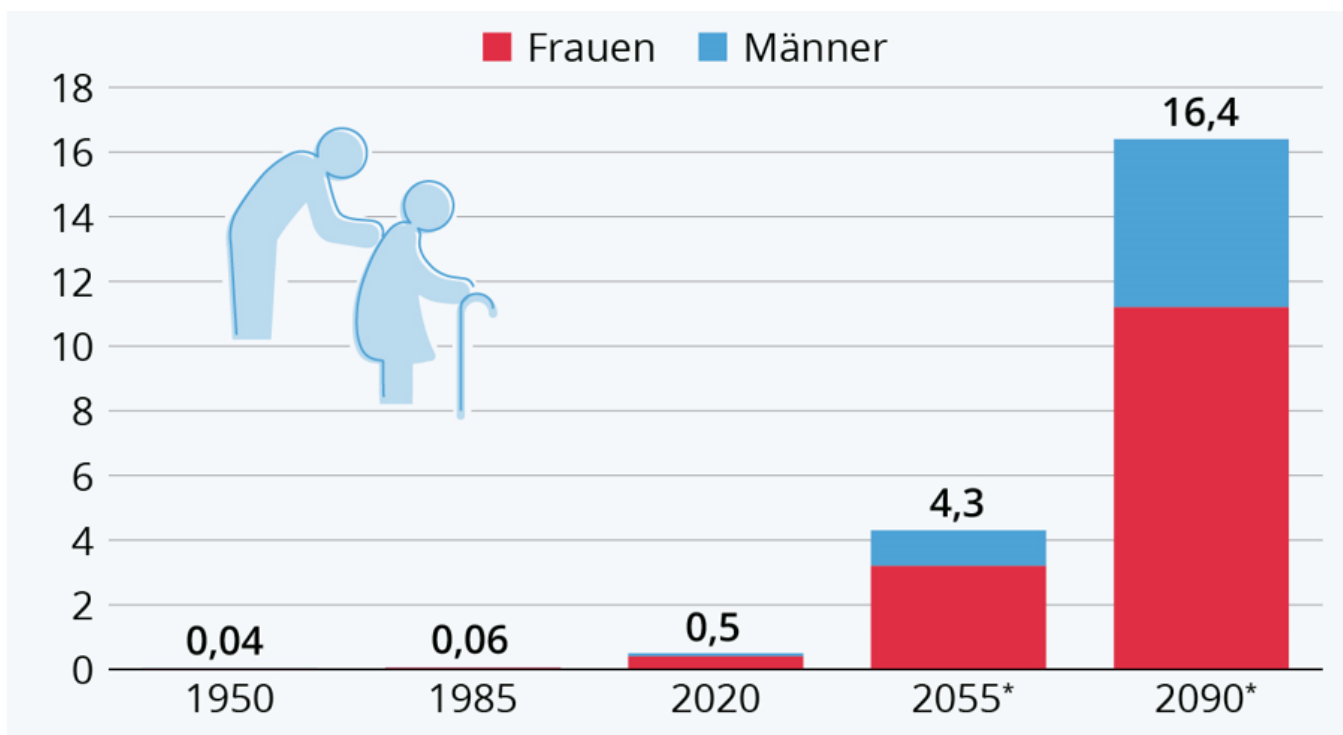


Teixeira, Araùjo, Jopp & Ribeiro (2016)

Monde : nombre de centenaires



Nombre de centenaires dans le monde (en millions)



* Prévision basée sur la fertilité moyenne

100 ans comme perspective de vie future

	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Canada	102	102	103	103	103	104	104	104
Denmark	99	99	100	100	101	101	101	101
France	102	102	103	103	103	104	104	104
Germany								
Italy								
Japan								
UK	100	101	101	101	102	102	103	103
USA	101	102	102	103	103	103	104	104

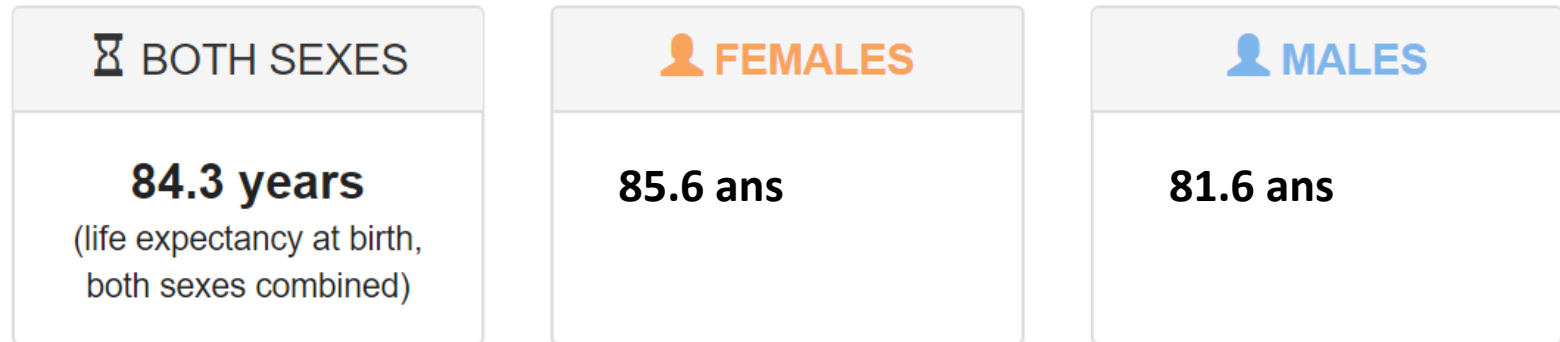
**50% des enfants nés après l'an 2000
deviennent centenaires !**

Data are ages in years. Baseline data were obtained from the Human Mortality Database and refer to the total population of the respective countries.

Christensen et al., 2009

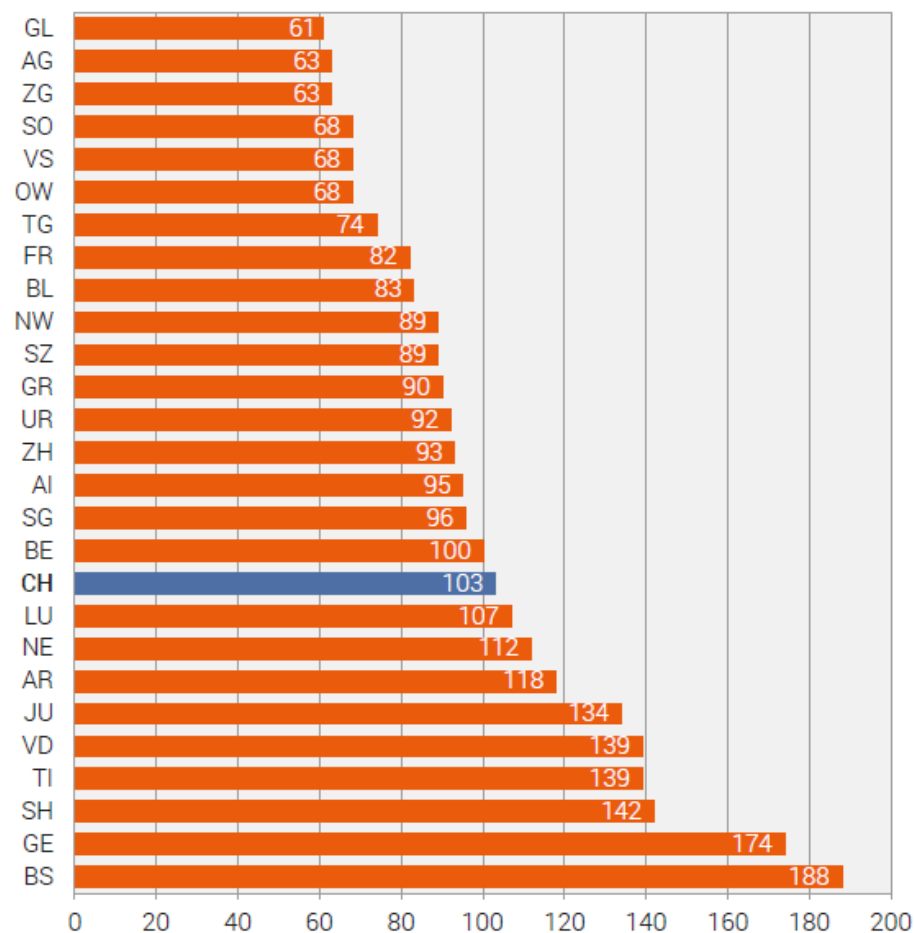
Évolution du grand âge en Suisse

Espérance de vie en Suisse

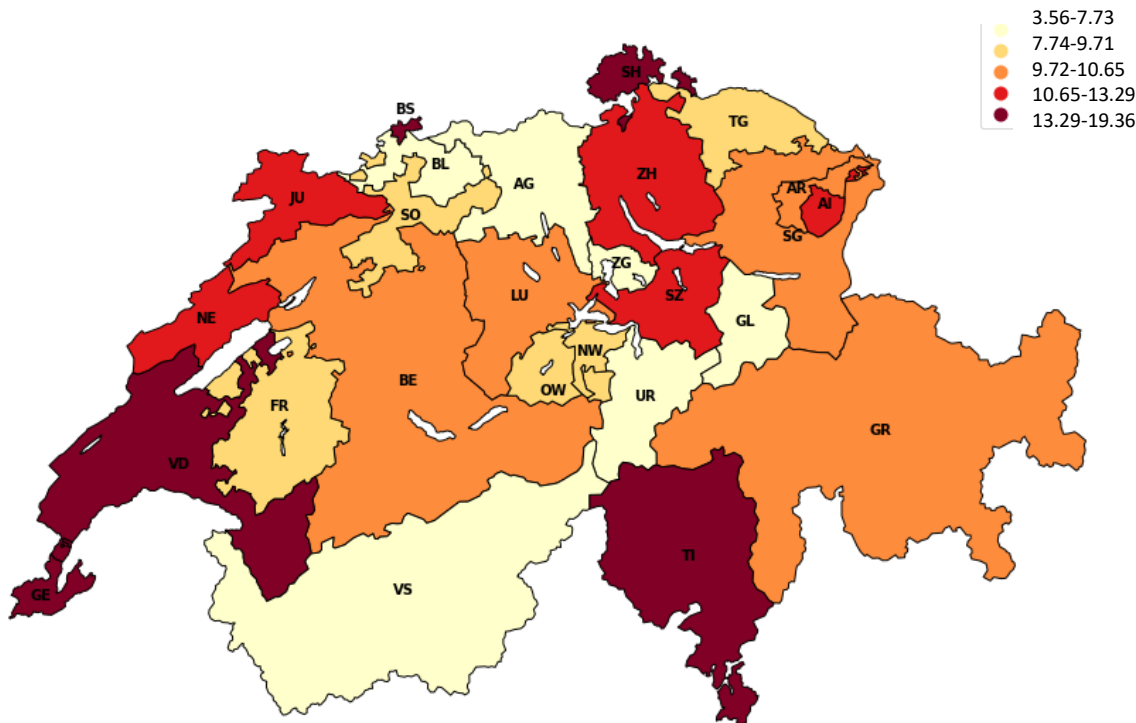


Centenaires pour 100 000 personnes âgées

Anzahl Hundertjährige und Ältere je 100000 Personen ab 65 Jahren nach Kanton, am 31. Dezember 2019



Suisse : nombre de centenaires pour 10'000 personnes âgées (2022)



Rapport centenaires/population 65+ par canton

Canton	Ratio	Canton	Ratio
BS	19.36	SG	10.00
GE	17.00	AR	9.82
TI	15.31	NW	9.71
VD	14.34	OW	9.35
SH	13.36	FR	8.93
JU	13.29	SO	8.09
AI	12.28	TG	7.73
NE	12.01	UR	7.73
ZH	10.72	BL	7.68
SZ	10.71	VS	6.14
GR	10.65	GT	5.55
BE	10.38	ZG	3.99
LU	10.09	GL	3.56

Comment est la vie à 100 ans ?

Une vie agréable à 100 ans est-elle possible - ou des articles comme celui-ci ne décrivent-ils que des exceptions ?


HOME PAGE TODAY'S PAPER VIDEO MOST POPULAR TIMES TOPICS

The New York Times **Health**

WORLD U.S. N.Y. / REGION BUSINESS TECHNOLOGY SCIENCE HEALTH SPORTS OPINION

Search Health 3,000+ Topics **Inside Health**
Research | Fitness & Nutrition

PERSONAL HEALTH
100 Candles on Her Next Cake, and Three R's to Get Her There



Alex di Suvero for The New York Times

Esther (Faity) Tuttle is vibrant and active at age 99.

De fortes différences entre les centenaires : vulnérabilité et résilience



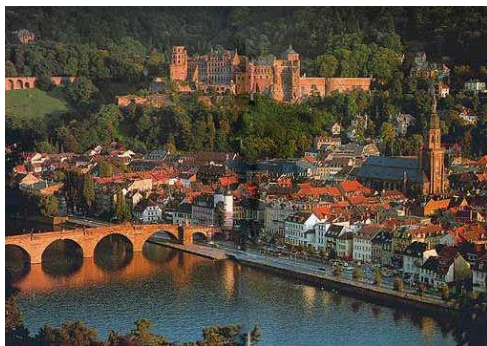
100 ans



100 ans

Études sur les centenaires : notre réseau

- **Heidelberger Hundertjährigen-Studien** (HD100-I, HD100-II; Jopp, Rott, Boerner & Kruse)
- **Fordham Hundertjährigen-Studie** (Fordham Centenarian Study; Jopp)
- **Porto Hundertjährigen-Studie** (Ribeiro, Paul et al.)



SWISS100 – LA PREMIÈRE ÉTUDE NATIONALE SUR LES CENTENAIRES EN SUISSE



SWISS100 est la première étude nationale concernant sur les centenaires en Suisse, menée par des experts de différentes disciplines. Le projet se déroulera entre 2020 et 2024. Il vise à identifier les caractéristiques, les défis et les besoins spécifiques des centenaires suisses.

En plus de permettre aux centenaires et à leurs familles de partager leurs expériences personnelles, nous souhaitons également aider le public à comprendre les défis liés à l'âge très avancé. De plus, nous souhaitons aider les instances politiques à prendre des décisions éclairées sur les aspects pouvant influencer la qualité de vie des centenaires et de leurs proches.

- Projet Sinergia financé par le Fonds national suisse de la recherche scientifique
- Projet de recherche interdisciplinaire (médecine, biologie, psychiatrie, psychologie, sociologie)
- Collaboration entre différentes universités et hôpitaux (UNIL, CHUV, UNIGE, HUG, UZH, SUPSI, HESSO-Valais, Baden Hospital)
- Durée du projet: 01.2020-12.2023

Projet FNS SWISS100 : Vulnérabilité et résilience chez les centenaires

- Objectif : interroger 240 centenaires & leurs familles de manière longitudinale
- Étude téléphonique SWISS100
- SWISS100 Étude principale

SWISS100 : questions centrales

- Comment est la **vie à 100 ans** en **Suisse** ?
 - Quels sont les **défis à relever** ?
 - Les centenaires ont-ils **des points forts** ?
 - **La qualité de vie** peut-elle exister à l'**âge de 100 ans** ?
- + Pandémie de COVID-19 : le vécu des centenaires & leurs familles**

Depuis 2020 en Suisse : SWISS100

100 SWISS Étude sur les centenaires en Suisse
Schweizer Hundertjährige-Studie
Studio sui centenari in Svizzera



DIE ERSTE LANDESWEITE STUDIE ÜBER HUNDERTJÄHRIGE IN DER SCHWEIZ

EINLADUNG TELEFONGESPRÄCH

SWISS100
PROJEKTVERANTWORTLICHE


Prof. Daniela S. Jopp
UNIL


Prof. Stefano Cavalli
SUPSI


Prof. François Hermann
HUG


Prof. Armin von Gunten
CHUV

PROJEKTPARTNER


Prof. Mike Martin
UZH

Wo kann ich mehr erfahren?
Universität Zürich, UFSP
„Dynamik Gesunden Alterns“,
Andreasstrasse 15,
8050 Zürich

+41 77 533 44 88

SWISS100@dynage.uzh.ch
www.wp.unil.ch/swiss100/de

SWISS100 ECKPUNKTE

- Eine Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen, finanziert vom Schweizerischen Nationalfonds.



- Die Datenerhebung wird in Lausanne (UNIL), Zürich (UZH) und Manno (SUPSI) organisiert.
- Studiendaten werden im Universitätsspital Genf (HUG) gespeichert.



SWISS100 umfasst sechs angesehene Schweizer Forschungsinstitute:



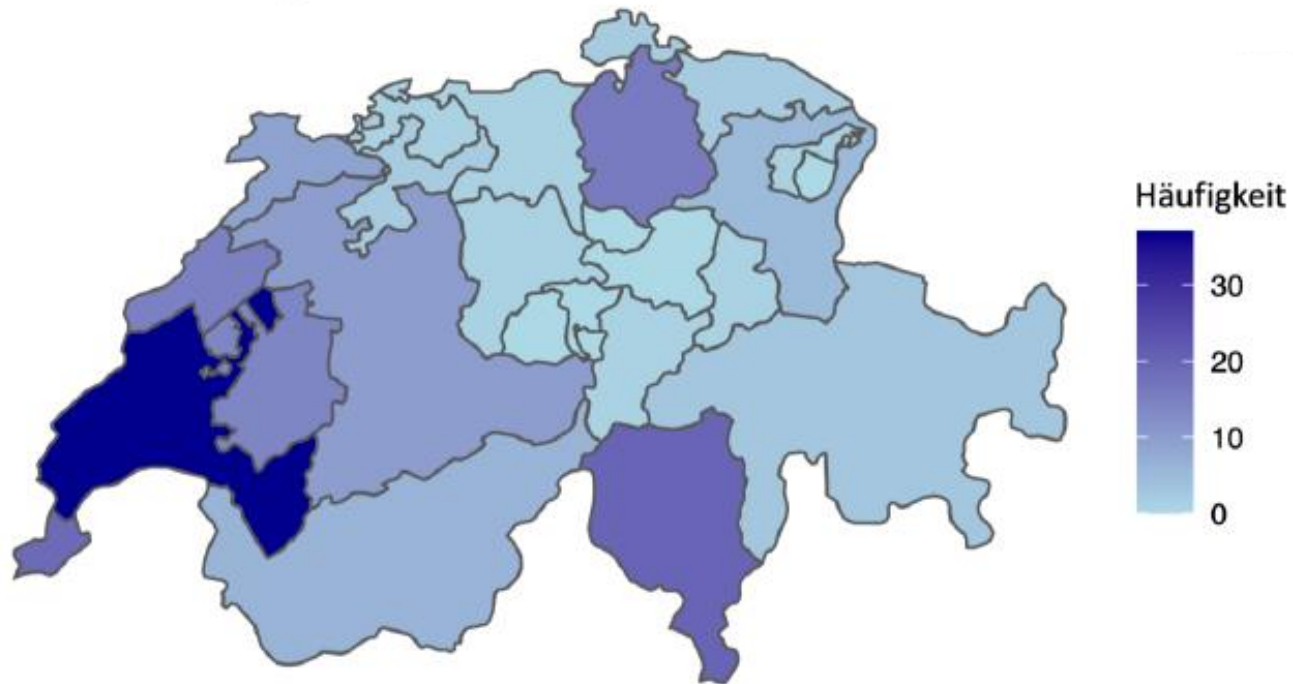
Étude téléphonique SWISS100 (12/2020 - 05/2022)

- Objectif : recenser les caractéristiques de base et les conditions de vie des centenaires de tous les cantons suisses.
- Représentatif grâce au recrutement via les adresses de l'Office fédéral suisse de la statistique.
- Pas de critère d'exclusion
- Entretiens téléphoniques (M = 45 minutes, range : 20-180)
- Approche des méthodes mixtes
- Intégration de différentes sources de données :
 - Centenaire
 - *Proxy* via le centenaire, si celui-ci n'est pas en mesure de participer
 - *Proxy* pour compléter les données sur les centenaires

Participant·e·s à l'étude

- **171 "cas" centenaires ($M_{\text{âge}} = 101,8$ ans ; intervalle 100-110) ; 75% de femmes**
 - 96 centenaires ($M_{\text{âge}} = 101,6$ ans ; range : 100-107) ; 75% de femmes
 - 102 *proxies* (représentant·e·s) ($M_{\text{âge}} = 69,1$ ans ; range : 25-94) ; 63% de femmes, pour la plupart des enfants

Fréquence de participation par canton

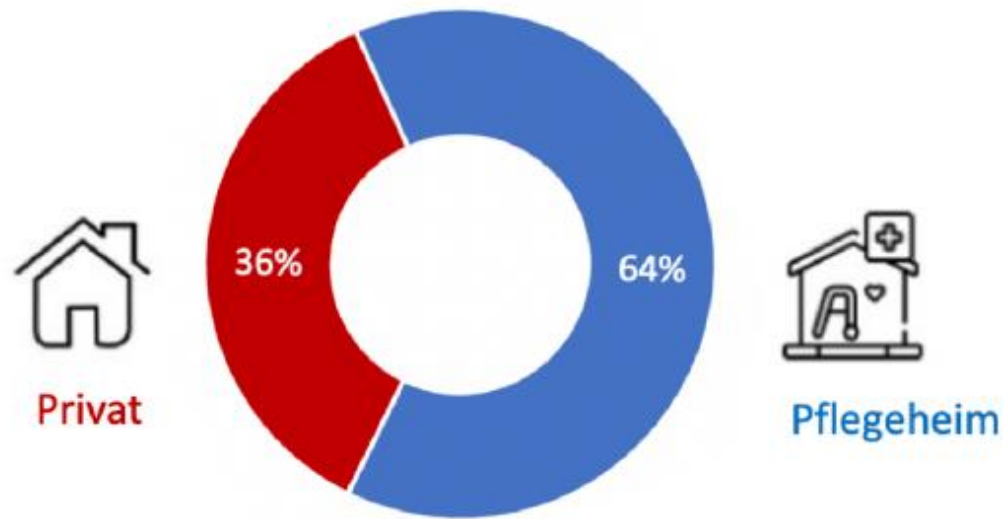


Expériences d'études

- Recrutement difficile
 - 770 centenaires contacté·e·s par lettre
 - Contact établi avec 426 centenaires ou *proxies* par téléphone
 - 208 entretiens réalisés
- Raisons de la non-participation
 - Pas intéressé·e : 27%
 - Limitations cognitives : 11%
 - Surdité : 11%
- *Proxies* et EMS: rôle de door-keeper
 - Ne voulaient pas que les centenaires soient "dérangés".
 - Les résidents des EMS n'avaient pas le temps d'effectuer des tâches supplémentaires (2 me vague COVID-19, vaccinations, trop d'études)
- Les centenaires et leurs familles étaient pour la plupart très intéressés.
- Les membres de la famille étaient reconnaissants pour la valorisation.
- En réponse aux problèmes d'audition, développement supplémentaire de questionnaires papier.

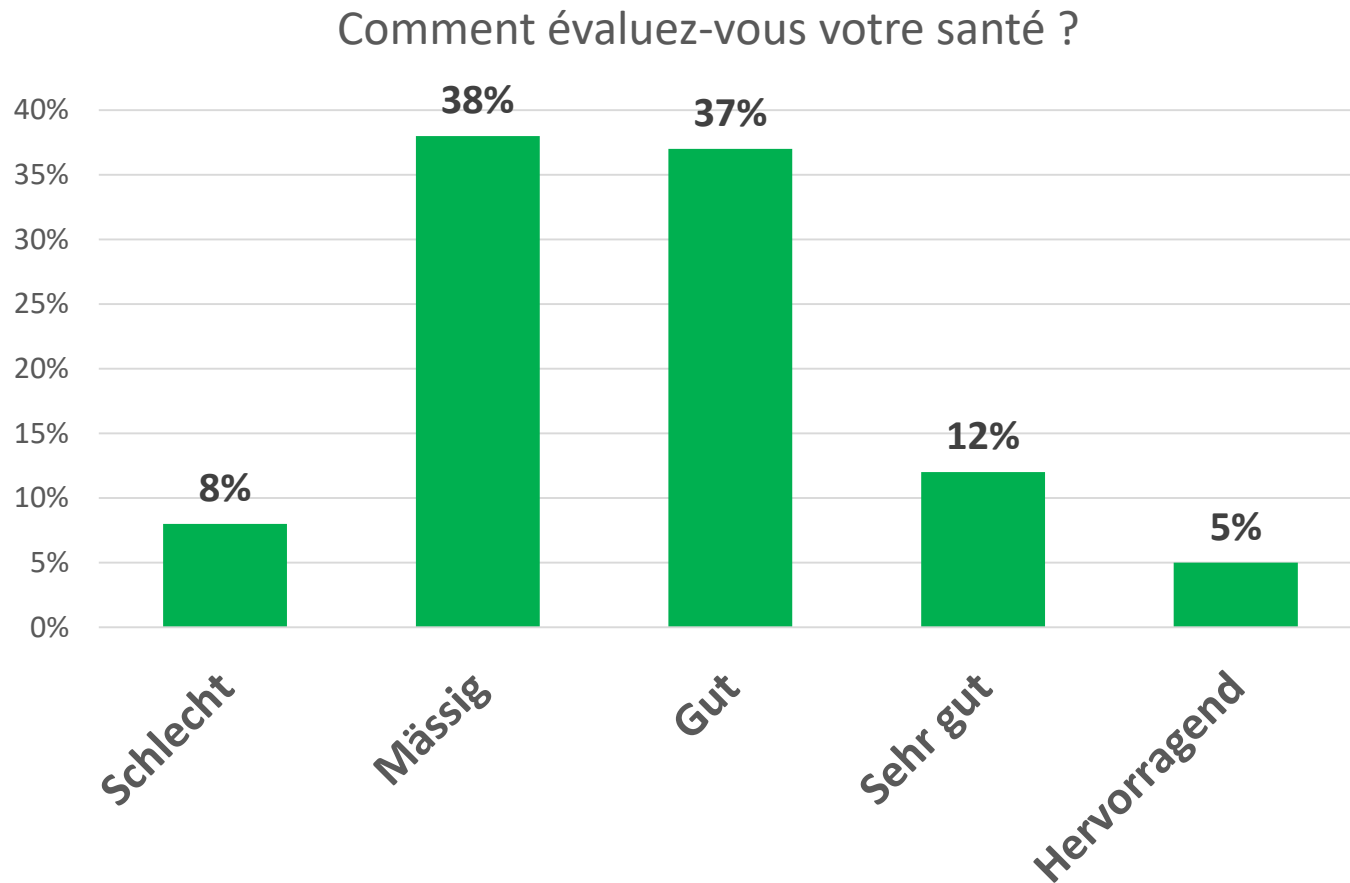
Situation de vie des participant·e·s à l'étude : majoritairement en EMS (?)

Wohnsituation der Hundertjährigen der Telefonbefragung:
Privat oder Pflegeheim?



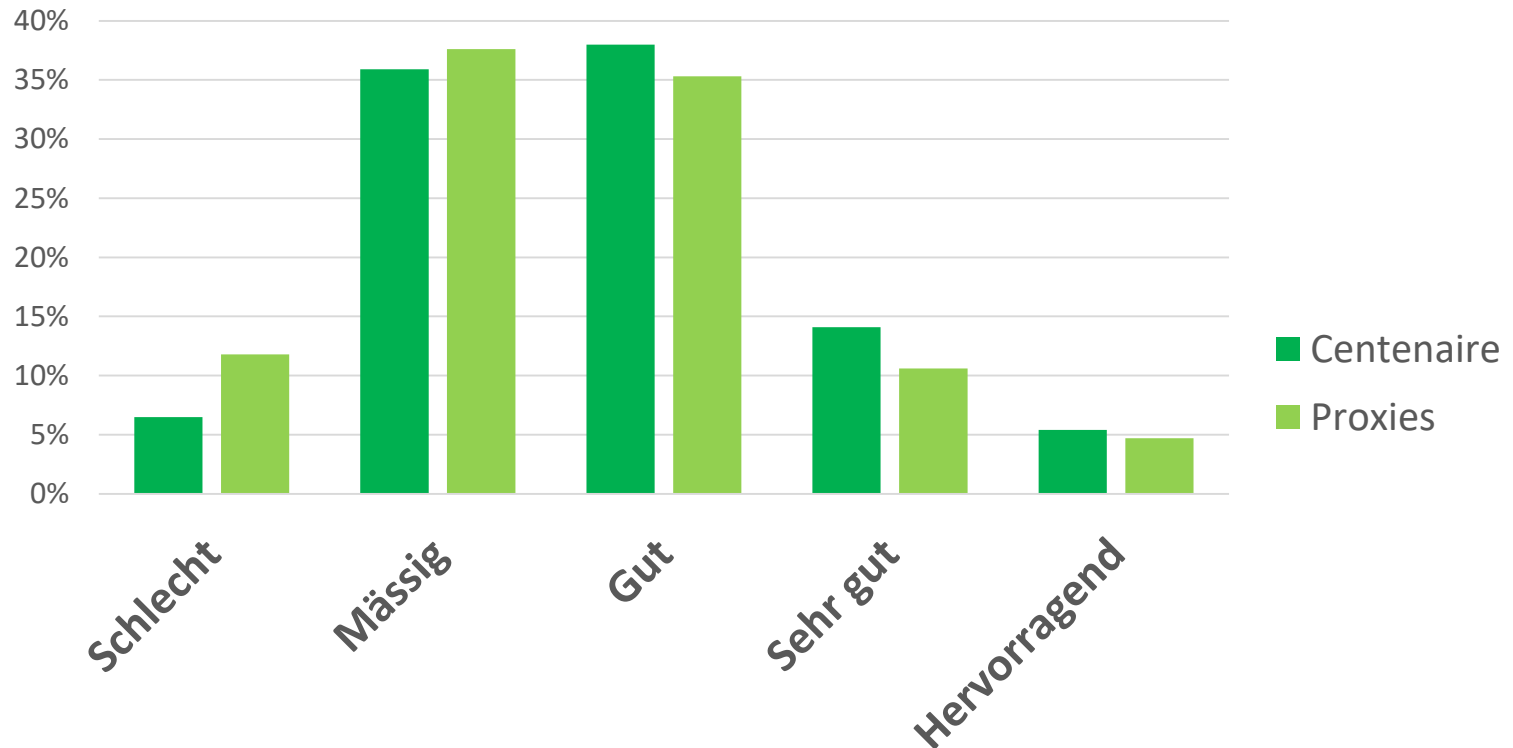
Domaine de la santé

Santé subjective moins bonne qu'attendu



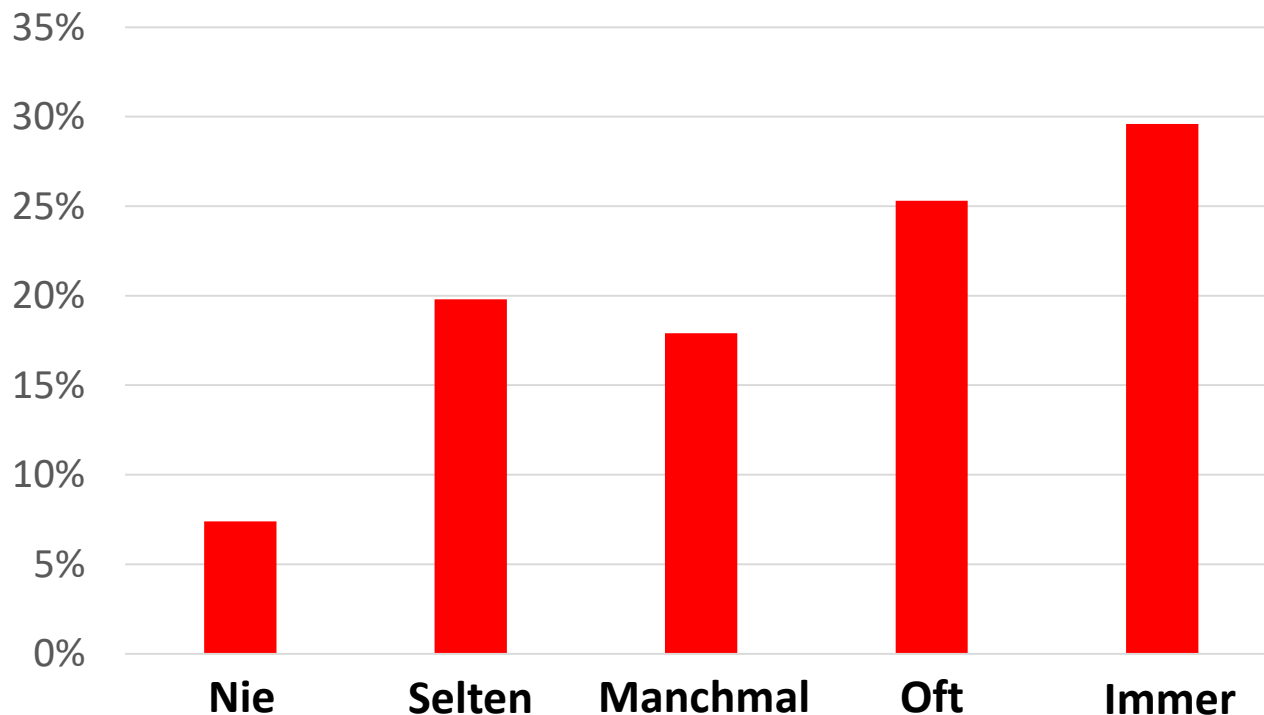
Santé subjective : comparaison des déclarations des centenaires vs *proxy*

Comment évaluez-vous votre santé ou celle du-de la centenaire ?



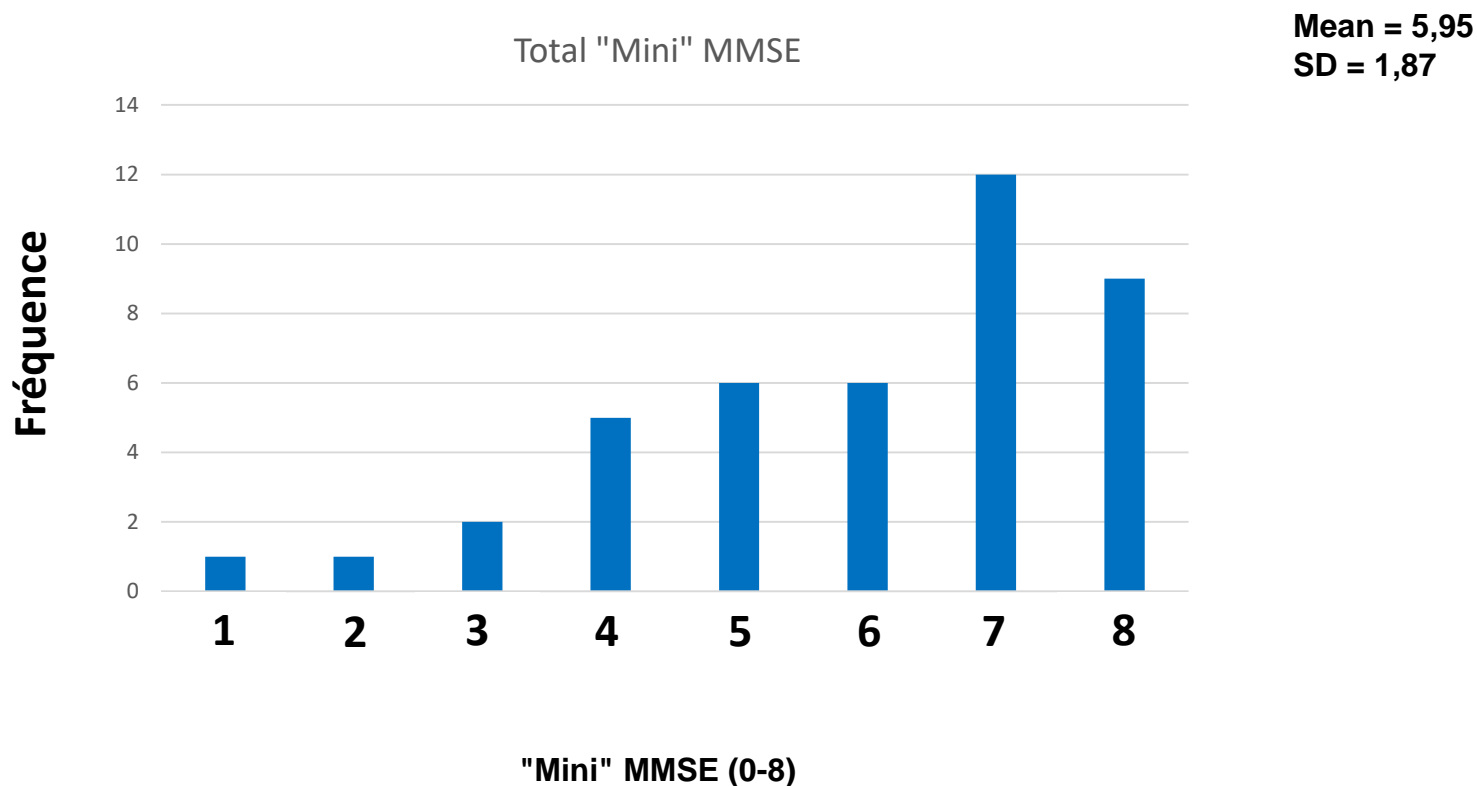
Beaucoup font état de restrictions liées à la santé

À quelle fréquence votre santé limite-t-elle vos activités ?

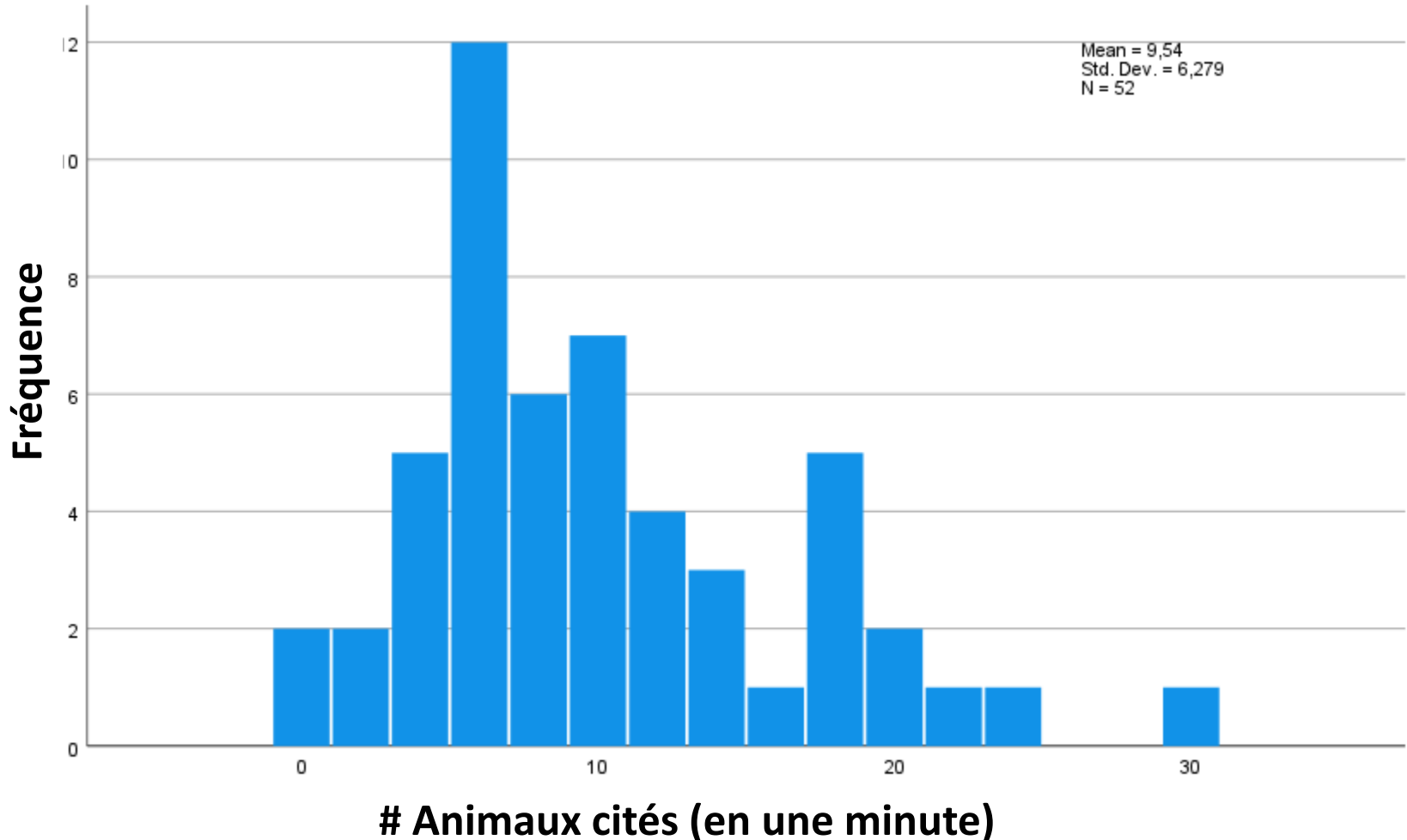


Domaine des performances cognitives

Informations de base sur le niveau de fonctionnement cognitif - possible au téléphone



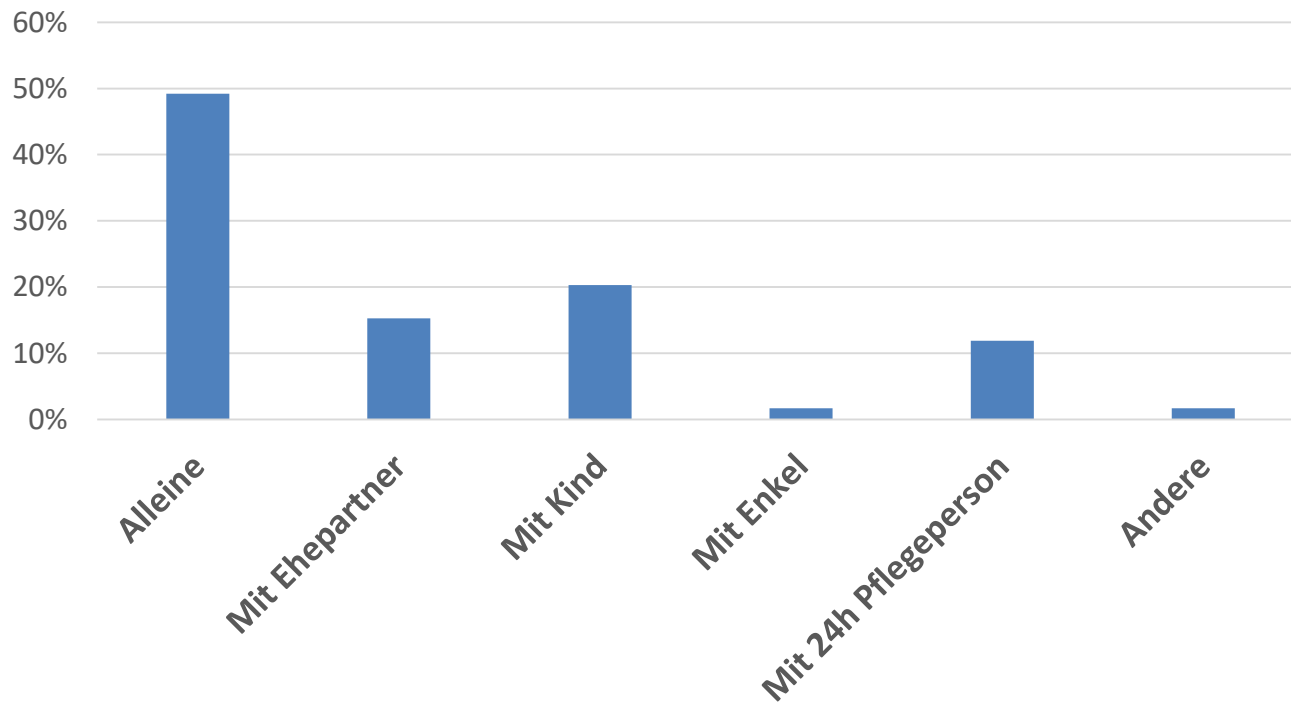
Différences interindividuelles chez les centenaires : Test de fluence „nommer des animaux“



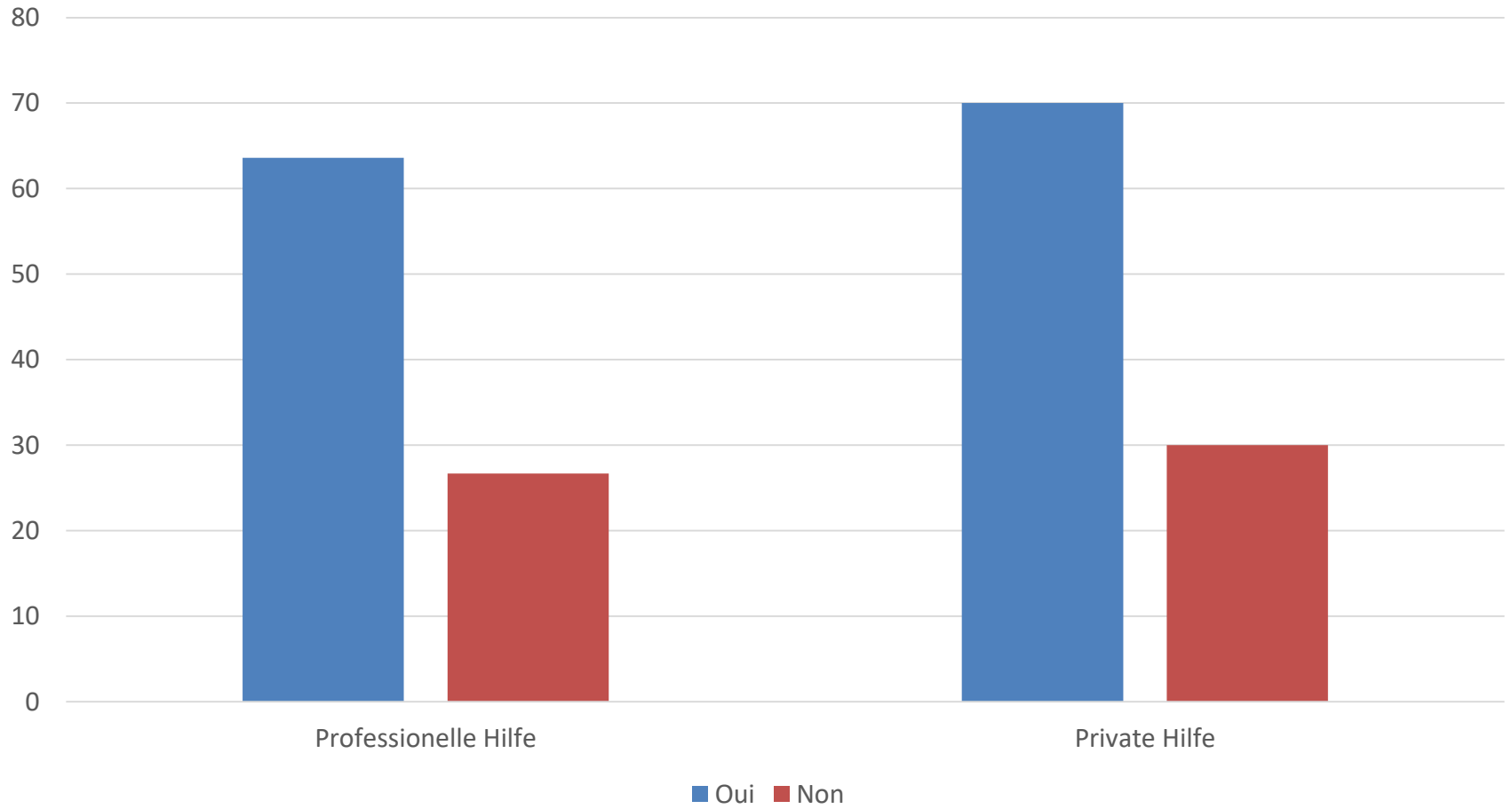
Domaine des aspects sociaux

Contexte social & environnement résidentiel (privé)

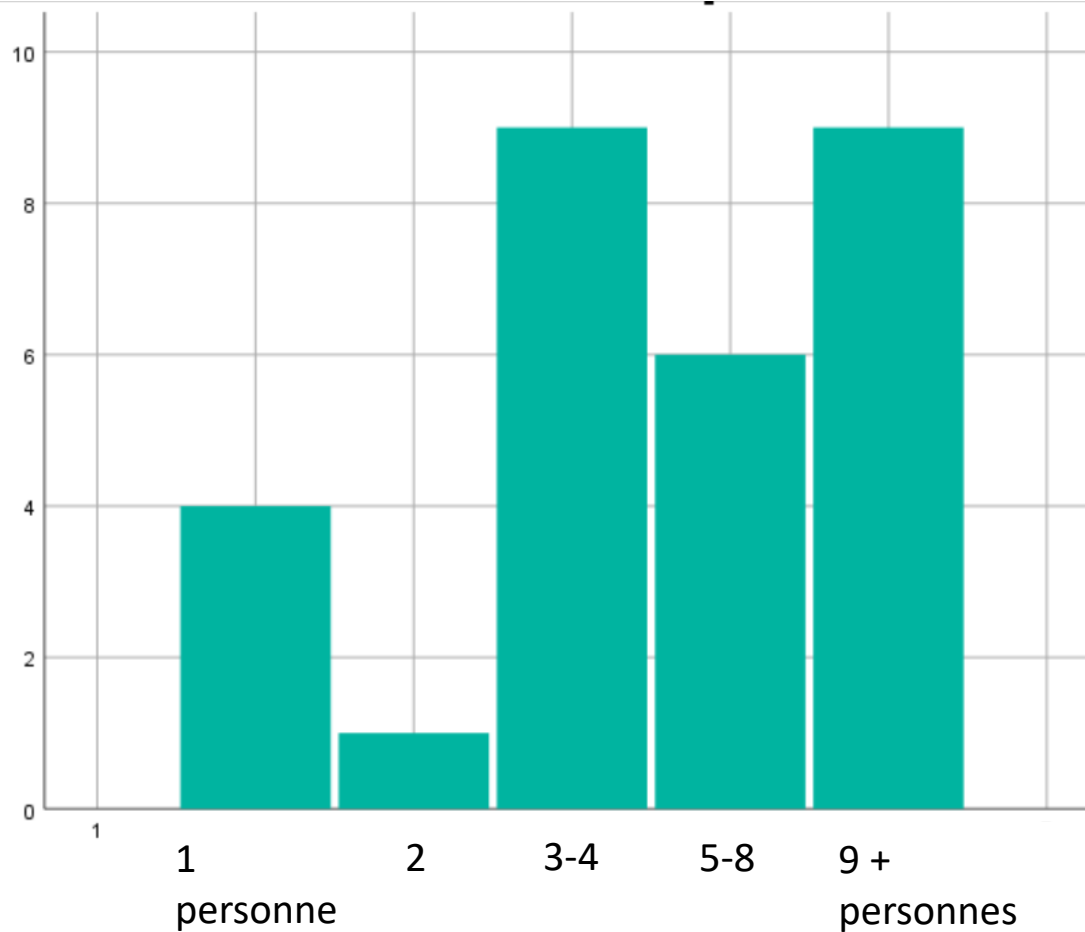
- 76% veuf/veuve
- 85% ont des enfants (M = 2,6 enfants ; range 1-12)



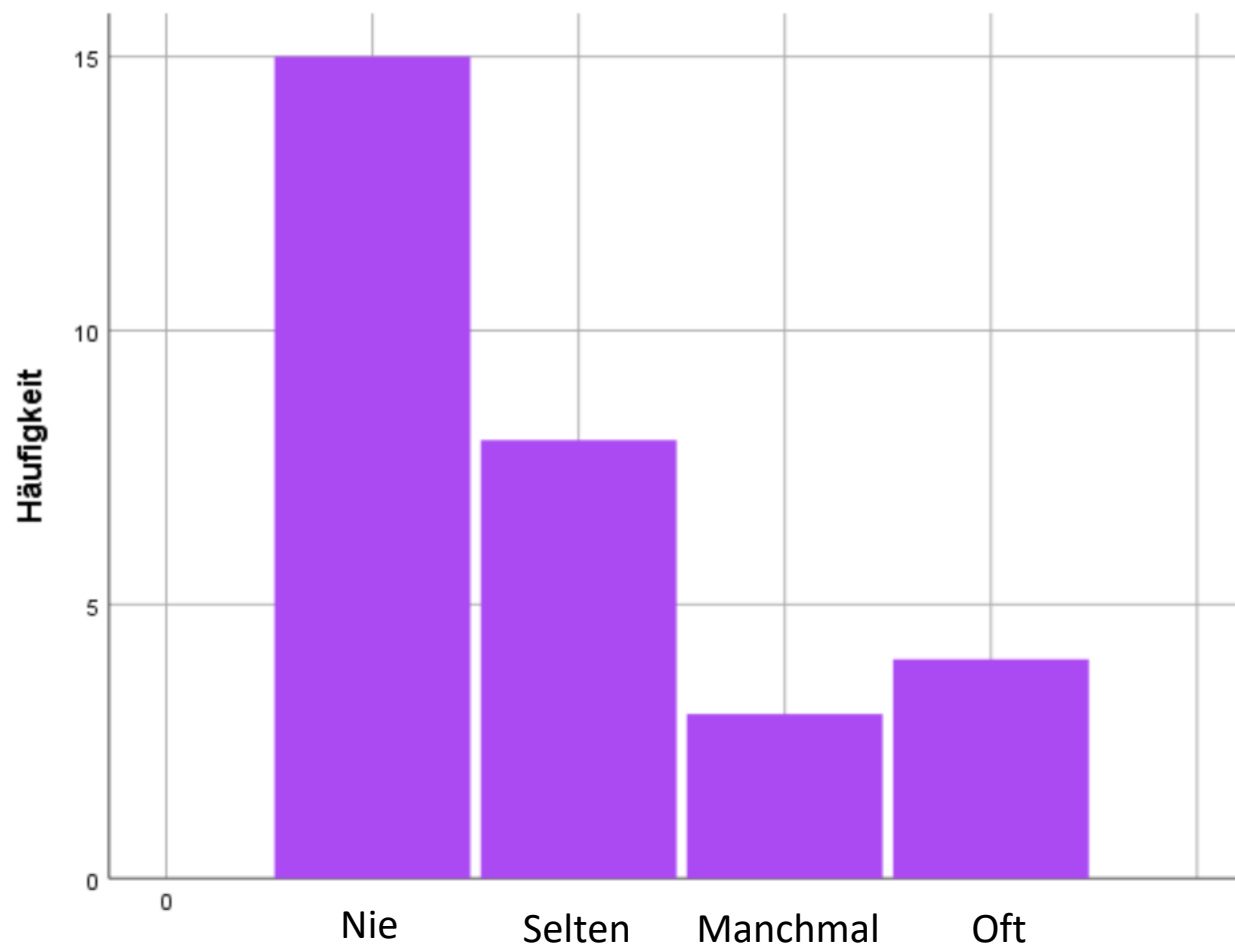
Soutien au quotidien



Contacts sociaux des centenaires

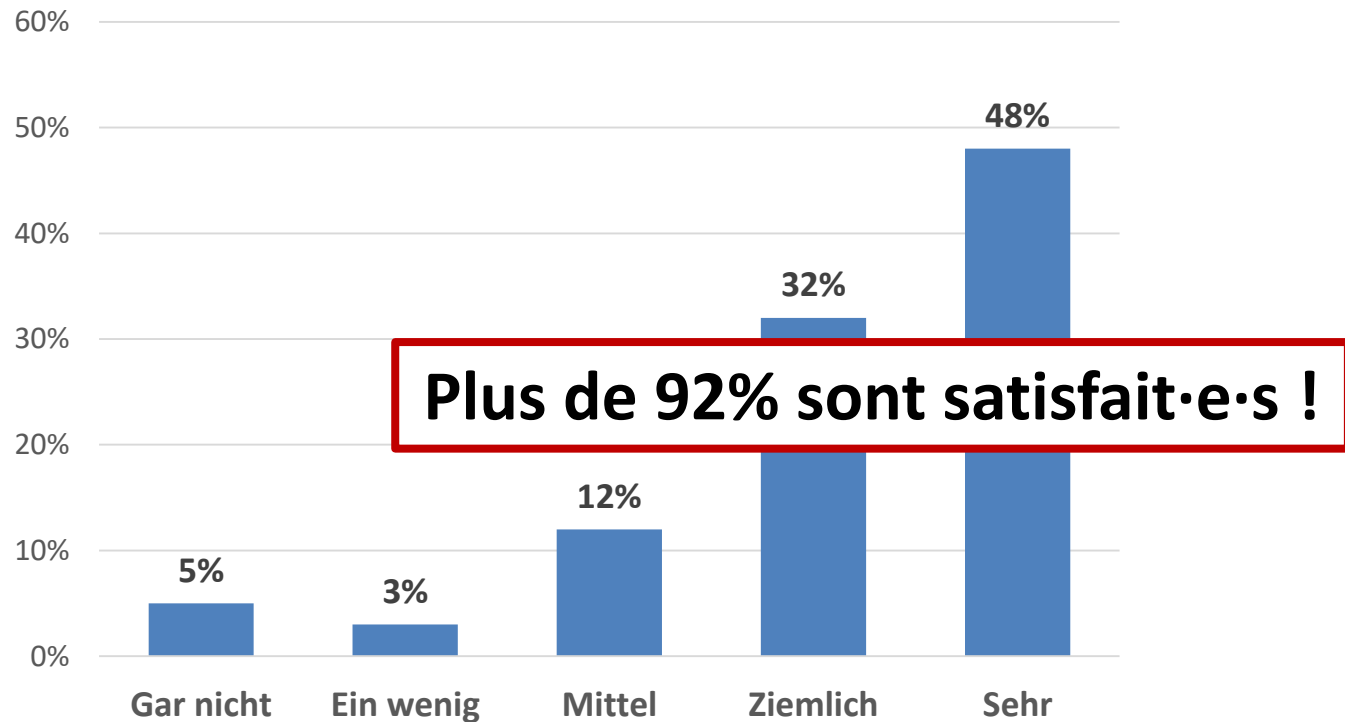


Centenaires : ne pas se sentir seul·e

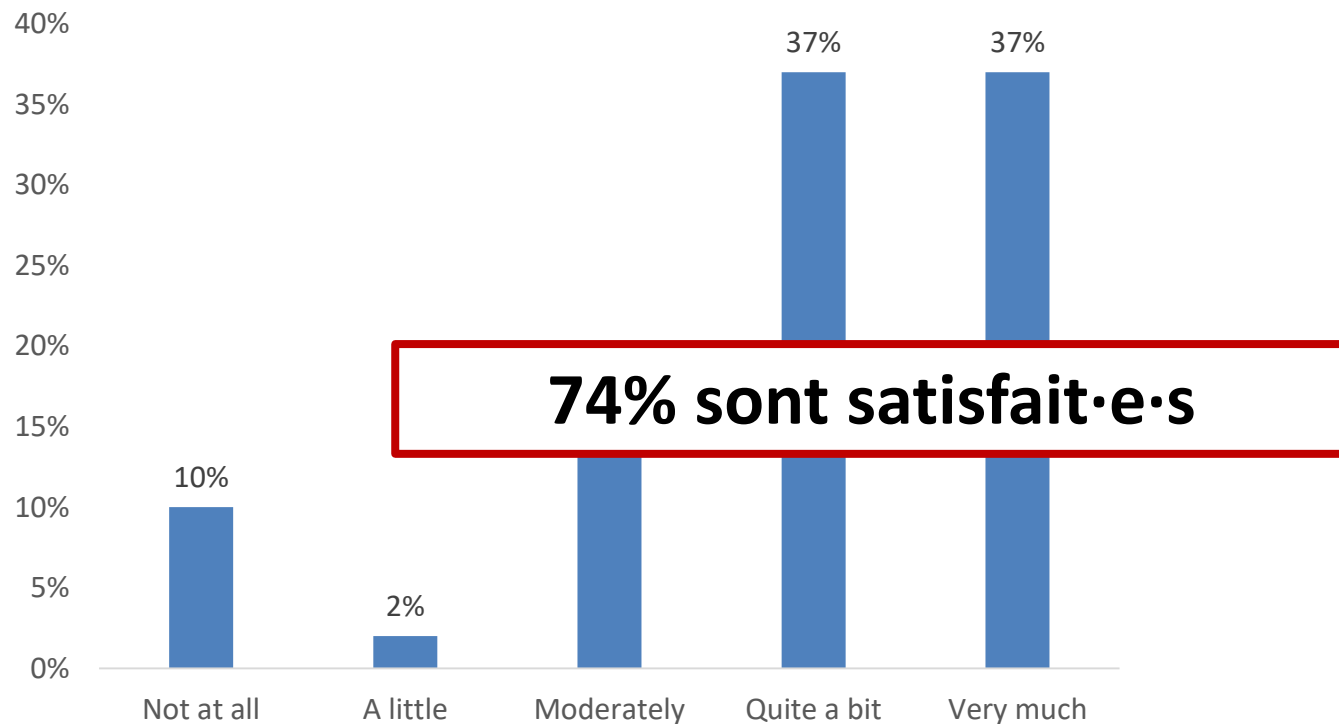


Domaine de la psychologie

Les centenaires suisses pendant la COVID-19 sont satisfait·e·s de leur vie

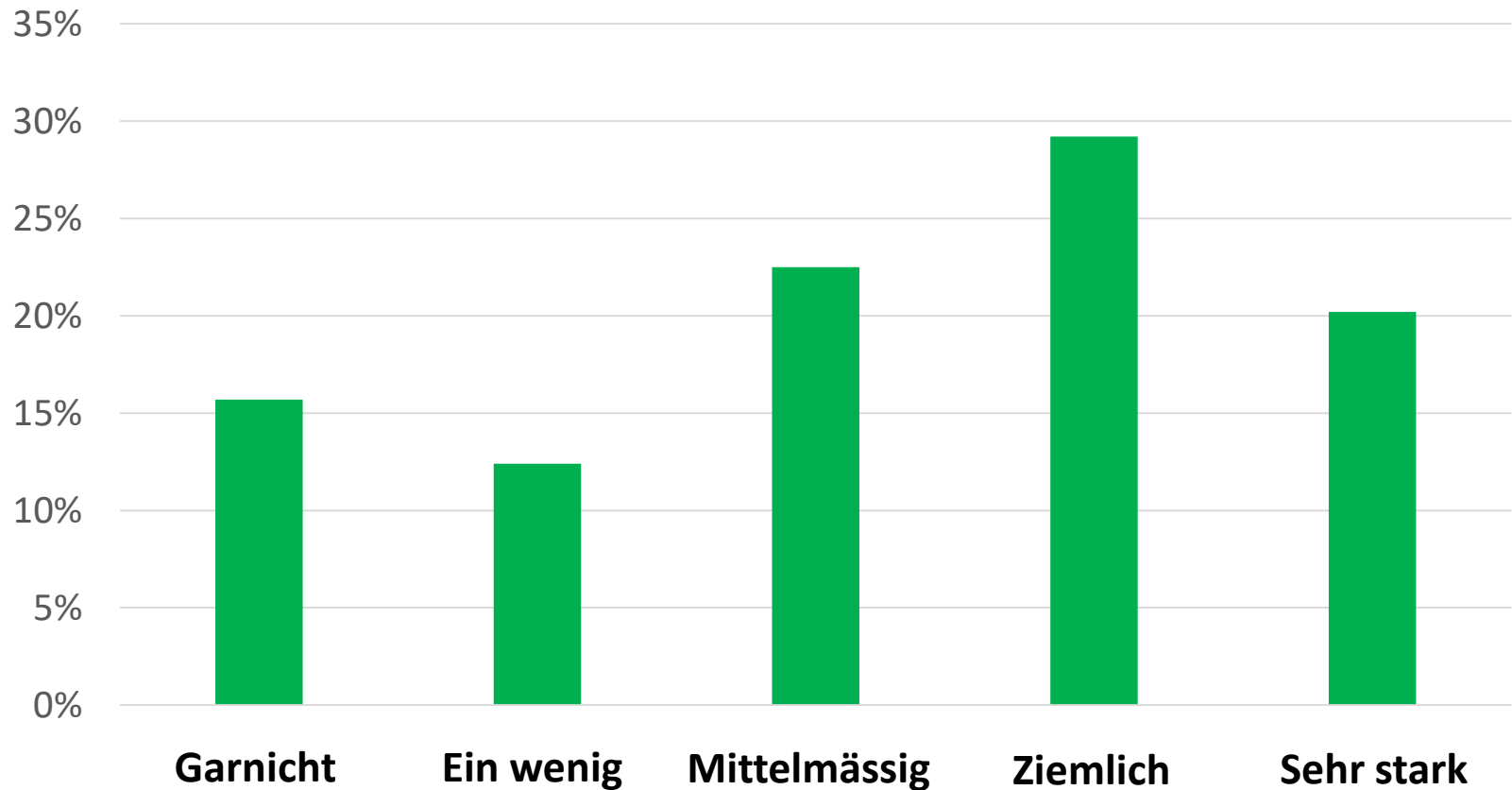


Évaluation des conditions de vie : malgré des restrictions COVID-19

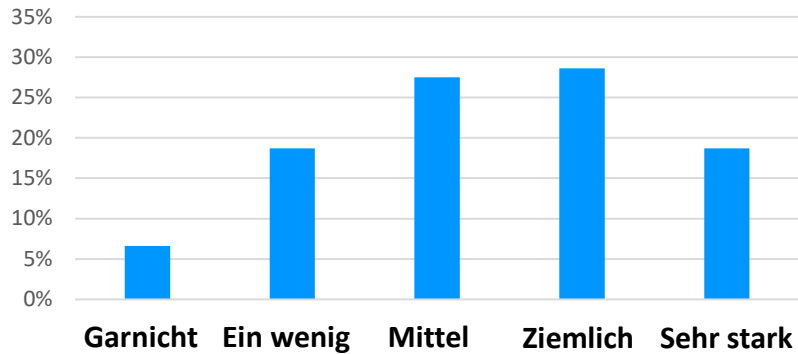


Points forts psychologiques : à un niveau élevé

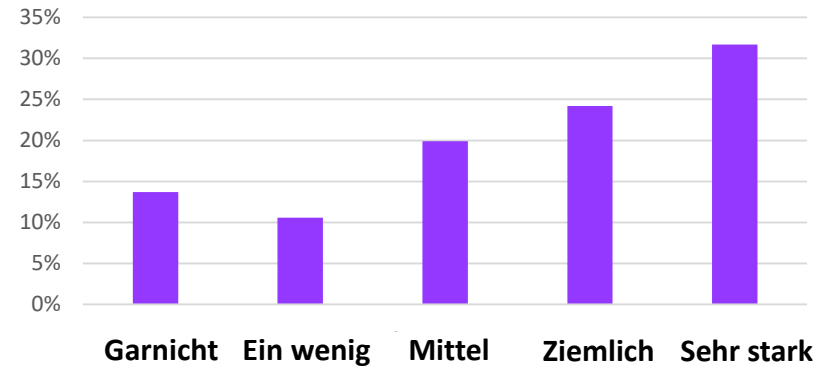
Vous sentez-vous confiant·e en ce moment ?



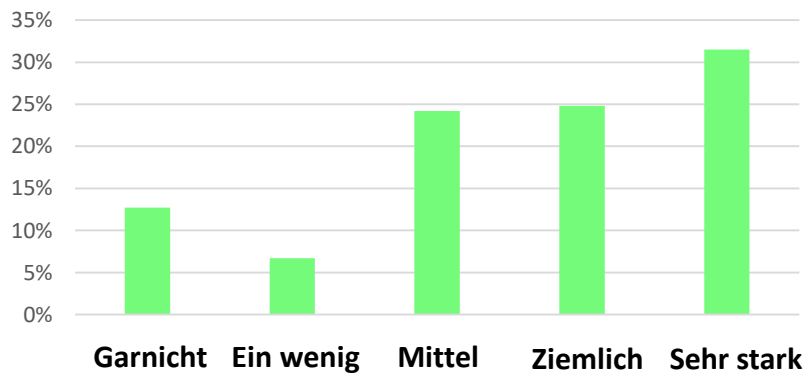
Avez-vous beaucoup de choses à attendre de chaque nouvelle journée ?



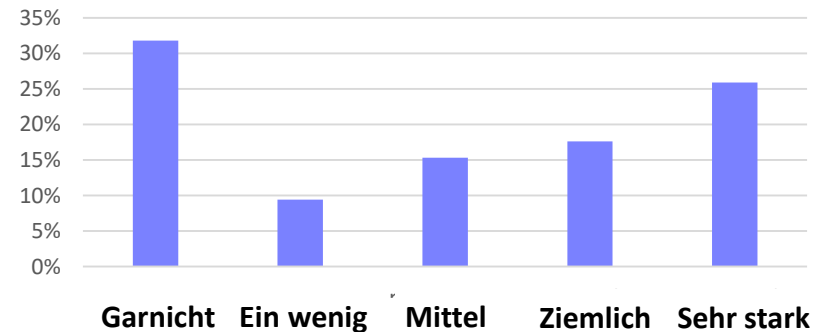
La vie a-t-elle un sens pour vous ?



Avez-vous une forte envie de vivre ?



Votre vie est-elle guidée par de forts sentiments religieux ou d'autres croyances ?



Centenaires suisses pendant la COVID-19 : les forces psychologiques vont de pair avec une plus grande satisfaction de la vie

Vous sentez-vous <u>plein d'espoir</u> ?	.59**
Avez-vous chaque jour quelque chose à attendre avec impatience ?	.42**
La vie a-t-elle un <u>sens</u> pour vous ?	.43**
Avez-vous une <u>forte envie de vivre</u> ?	.44**
Votre vie est-elle guidée par de forts <u>sentiments religieux</u> ?	.38**

** p < .001

La COVID-19 comme „Natural Experiment“ – que nous apprend la pandémie sur la vulnérabilité et la résilience à un âge très avancé ?

COVID-19 Expériences des centenaires

- Deux groupes :
 - Actif avant :
 - Souffraient clairement de restrictions
 - Activités disparues
 - Manque de rencontres sociales
 - Traitements et rééducation limités
 - Les proches ont signalé une perte de capacité fonctionnelle

COVID-19 Expériences des centenaires

- Deux groupes :
 - Actif avant :
 - Souffraient clairement de restrictions
 - Activités disparues
 - Manque de rencontres sociales
 - Traitements et rééducation limités
 - Les proches ont signalé une perte de capacité fonctionnelle
 - Avant fortement limité (santé, social) :
 - Peu de changements
 - Problèmes pour comprendre ce qui se passe

Expériences de COVID-19 : vulnérabilité

Je vis mal la situation parce que nous sommes enfermés dans la chambre, nous ne pouvons pas avoir de visites, nous ne pouvons rendre visite à personne. Certaines visites viennent quand c'est possible, mais il faut descendre [dans la salle de visite], on ne peut pas être dans sa chambre.

Tout a changé, avant j'étais bien, je faisais tout.

La centenaire est triste et se sent seule parce qu'elle ne voit plus grand monde.

La centenaire est un peu frustrée, mais elle a la chance d'avoir un grand appartement. Elle peut donc peindre. Cependant, elle n'est pas libre de faire ce qu'elle veut quand elle veut. Elle supporte assez bien les restrictions. [Sa vie est] Un peu lente par rapport à ce qu'elle faisait avant.

Expérience de COVID-19 : autres effets négatifs

J'ai été enfermée pendant un certain temps, j'étais en quarantaine, maintenant je suis à nouveau dehors. Pendant quelques semaines, les filles [grands-petits-enfants] ne sont plus venues à cause des restrictions, mais elles reviendront bientôt. La solitude et le fait de rester assis dans un fauteuil sont difficiles. Ne pas quitter la chambre, manger dans la chambre, j'ai beaucoup souffert. Après, j'étais tellement heureuse de sortir à nouveau de la quarantaine, de parler aux gens.

Nous avons observé les effets négatifs de la pandémie, une accélération de la dégradation [physique] [de la centenaire], jusqu'à la chute qu'elle a faite en août dernier. Si nous avions pu continuer la physiothérapie et la marche, cela ne serait peut-être pas arrivé. Elle a dû interrompre ses activités quotidiennes normales

Expériences de COVID-19 : exemples de résilience

- **Ne se sont pas sentis vulnérables**

Je n'ai pas peur du coronavirus, à mon âge on n'a plus peur de rien.

COVID est comme une petite chanson - elle est là maintenant, et elle passe

Expériences de COVID-19 : exemples de résilience

- **Ne se sont pas sentis vulnérables**

Je n'ai pas peur du coronavirus, à mon âge on n'a plus peur de rien.

COVID est comme une petite chanson - elle est là maintenant, et elle passe

- **Savaient s'occuper**

Malgré mon manque de mobilité, je peux m'occuper de beaucoup de choses et je m'intéresse à beaucoup de choses : lire, jouer à des jeux, regarder la télévision, téléphoner et avoir des contacts par e-mail avec trois amis. J'écoute de la musique, je médite et je prie.

Expériences de COVID-19 : exemples de résilience

- **Ne se sont pas sentis vulnérables**

Je n'ai pas peur du coronavirus, à mon âge on n'a plus peur de rien.

COVID est comme une petite chanson - elle est là maintenant, et elle passe

- **Savaient s'occuper**

Malgré mon manque de mobilité, je peux m'occuper de beaucoup de choses et je m'intéresse à beaucoup de choses : Lire, jouer à des jeux, regarder la télévision, téléphoner et avoir des contacts par e-mail avec trois amis. J'écoute de la musique, je médite et je prie.

- **Activation de stratégies d'adaptation internes**

Je prends le positif de ce qu'il me reste ! Je vis sereinement, car je ne peux rien changer. Je garde le contact avec le monde extérieur, surtout avec d'autres personnes de mon âge qui vivent plus ou moins seules ou en EMS. Je m'autorise à vivre !

Résumé: enquête téléphonique SWISS100

- **SWISS100 : première étude sur les centenaires à l'échelle suisse**
- **Une étude téléphonique avec des centenaires est possible**
 - Recrutement difficile pendant la COVID-19.
 - Représentativité limitée, mais informations précieuses.
- **Les centenaires suisses font preuve de vulnérabilité & de résilience**
 - Ils semblent vivre plus souvent au foyer.
 - Semblent avoir une santé plus fragile.
 - Forte variabilité interindividuelle des performances cognitives.
 - Niveau élevé de forces psychologiques.
 - Meilleur bien-être (?)
 - Une résilience impressionnante pendant la COVID-19.
- **Réplication importante pour mieux comprendre les effets de la sélectivité et de la situation pandémique.**

Conclusion : vivre à 100 ans

- **Vulnérabilité ET résilience à un âge avancé :**
 - Les domaines biologiques présentent une plus grande vulnérabilité.
 - Forte résilience dans le domaine psychologique.
- **Image complexe, nécessite la prise en compte de :**
 - différents domaines fonctionnels
 - des facteurs actuels et des facteurs de “durée de vie”
- **De grandes différences interindividuelles nécessitent une approche différentielle de l'individu**
 - COVID-19 met en évidence la vulnérabilité et la résilience, montre l'importance des mesures axées sur les personnes
- **Défis pour la recherche et la pratique**

More coming soon... Merci beaucoup !



Contact : daniela.jopp@unil.ch

SWISS100 Team

Projektleiter



Prof. Daniela S. Jopp
Lead Principal Investigator
UNIL



Prof. Stefano Cavalli
Principal Investigator
SUPSI



Prof. Armin von Gunten
Principal Investigator
CHUV



Prof. François Herrmann
Principal Investigator
HUG

Senior Researchers



Dr. Daniele Zaccaria
SUPSI



Dr. Barbara Masotti
SUPSI



Dr. Kim Uittenhove
UNIL



Adar Hoffman
UNIL

Zentrale Projektpartner



Prof. Mike Martin
UZH



Prof. Karl-Heinz Krause
UNIGE



Dr. Christina Röcke
Healthy Longevity Center



Dr. Flavian Delhaes
UNIGE



Dr. Mona Neysari
UNIGE



Dr. Justine Falciola
UNIGE

Weitere aktive Projektpartner



Dr. med. Graziano Ruggeri
Clinica Hildebrand



Prof. Emiliano Albanese
USI



Prof. Pasqualina Perrig-Chiello
UNIBE

Junior Researchers



Carla Gomes da Rocha
HES-SO Valais-Wallis/CHUV



Melanie Becker
UZH



Garnelle Ziade
UNIL