



## En quelques mots

- La maladie d'Alzheimer et les autres troubles cognitifs majeurs apparaissent le plus souvent à partir de 60 ans.
- Ces troubles altèrent la mémoire, le jugement, la capacité à organiser la vie quotidienne, l'orientation, les émotions et les comportements des individus atteints.
- La maladie d'Alzheimer représente **54 %** des cas de démence.

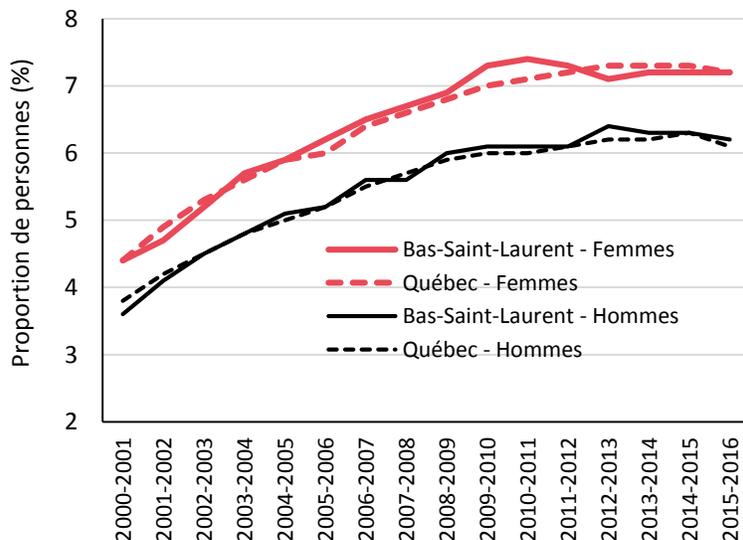
Source : Organisation mondiale de la Santé, 2012.

**À noter :** Dans cette fiche, la «maladie d'Alzheimer» sera utilisée pour désigner la maladie d'Alzheimer **ET** les autres troubles cognitifs majeurs.

## Une maladie chronique qui touche davantage les femmes

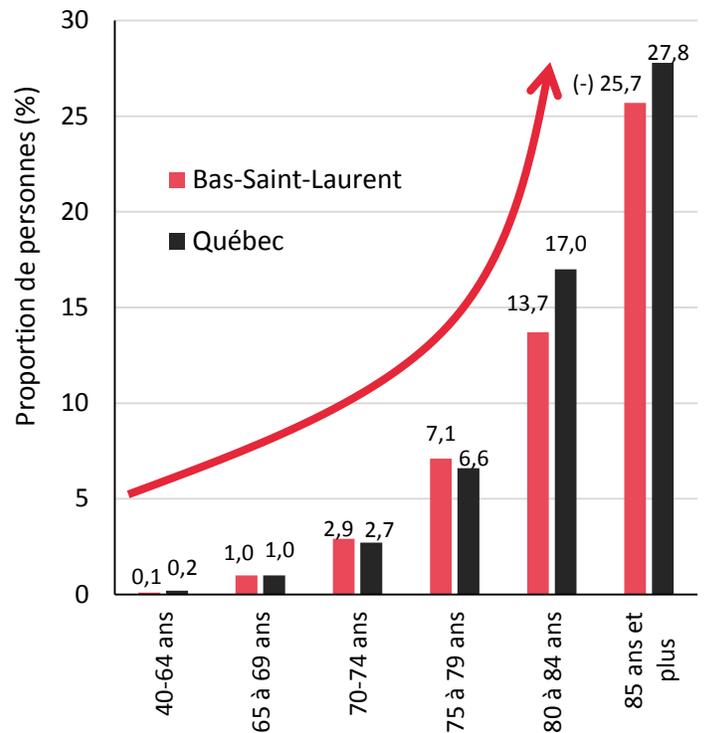
- Entre 2000-2001 et 2015-2016, la prévalence de la maladie d'Alzheimer est similaire au Bas-Saint-Laurent et au Québec (Graphique 1).
- Pour les mêmes années, les femmes du Bas-Saint-Laurent et du Québec sont davantage atteintes que les hommes par cette maladie (Graphique 1).

**Graphique 1**  
Prévalence<sup>1</sup> de la maladie d'Alzheimer, population de 65 ans et plus selon le sexe, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2000-2001 à 2015-2016



Note :  
1 : Prévalence ajustée selon la structure par âge.  
Source : INSPQ, SISMACQ, 2015-2016.

**Graphique 2**  
Prévalence de la maladie d'Alzheimer chez la population de 40 ans et plus, 2001-2002 à 2014-2015, Bas-Saint-Laurent et Québec



Notes:  
(-) Valeur significativement inférieure à celle du reste du Québec, au seuil de 1%.  
Source : INSPQ, SISMACQ, 2014-2015.

## Une prévalence qui augmente avec l'âge

- La prévalence de la maladie d'Alzheimer est de **0,1 %** chez les personnes qui ont entre 40 et 64 ans (Graphique 2).
- Chez les personnes âgées de plus de 85 ans, elle atteint **26 %** (Graphique 2).
  - Dans ce groupe d'âge, la prévalence de la maladie d'Alzheimer est légèrement plus faible au Bas-Saint-Laurent que dans l'ensemble du Québec.



Tableau 1

Prévalence<sup>1</sup> de la maladie d'Alzheimer pour 100 personnes, population de 65 ans et plus, par MRC, Bas-Saint-Laurent et Québec, 2010-2011 à 2014-2015

	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014	2015-2016
Kamouraska	(+) 8,0	(+) 7,8	7,5	7,5	7,6
Rivière-du-Loup	(+) 7,5	7,3	6,8	6,7	6,5
Témiscouata	7,2	7,4	7,2	7,4	7,0
Les Basques	(-) 4,6	(-) 4,9	(-) 5,2	(-) 5,3	(-) 5,1
Rimouski-Neigette	6,7	6,8	6,6	6,8	6,8
La Mitis	6,4	6,9	7,1	7,2	7,1
La Matanie	(+) 7,8	(+) 7,6	(+) 8,2	(+) 8,3	(+) 8,1
La Matapédia	(-) 4,6	(-) 4,7	(-) 5,1	(-) 5,0	(-) 5,1
Bas-Saint-Laurent	6,8	6,9	6,8	6,9	6,8
Québec	6,8	6,9	6,9	6,9	6,8

## Des réalités locales différentes

- Au cours de la période 2010-2011 à 2015-2016, la prévalence de la maladie d'Alzheimer chez les 65 ans et plus est supérieure dans la MRC de La Matanie qu'ailleurs au Bas-Saint-Laurent.
- En 2014-2015, la prévalence de cette maladie est plus faible dans les MRC des Basques et de La Matapédia qu'ailleurs dans la région.
- La prévalence de la maladie d'Alzheimer est en partie basée sur les diagnostics inscrits par les médecins dans leur facturation. Pour cette raison, la prévalence réelle de la maladie pourrait être sous-estimée.
- Les écarts de prévalence observés entre les MRC pourraient être causés par les différents modes de rémunération des médecins de ces territoires.

Notes :

1 : Prévalence ajustée selon la structure par âge.

(+) ou (-): Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du Bas-Saint-Laurent au seuil de 1 %.

Source : INSPQ, SISMACQ, 2014-2015.

## Quels facteurs de protection contre les troubles cognitifs?

- Garder son **cerveau stimulé** (niveau de scolarité élevé, travail et passe-temps stimulants, activités sociales).
- Entretenir un **mode de vie physiquement actif**.
- Avoir une **alimentation saine** inspirée de la diète méditerranéenne (Image 1).
- Garder un **poids santé**.
- Surveiller sa **pression artérielle**.

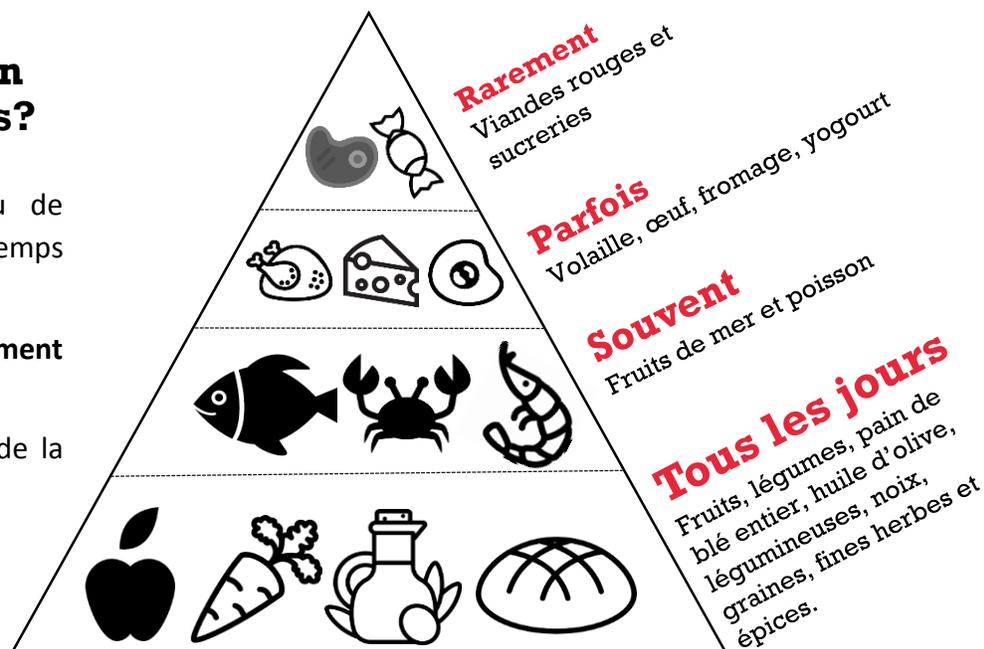


Image 1 : Diète méditerranéenne

Source : Bengt Winblad et al. Defeating Alzheimer's disease and other dementias : a priority for European science and society. The Lancet Neurology Commission. Vol 15 April 2016, p. 455-532.

Source : Institut national de santé publique du Québec, SISMACQ, 2014-2015.

Réalisé par l'Équipe de surveillance de la santé

Direction de la santé publique du Bas-Saint-Laurent

Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent

Québec

