



## 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.

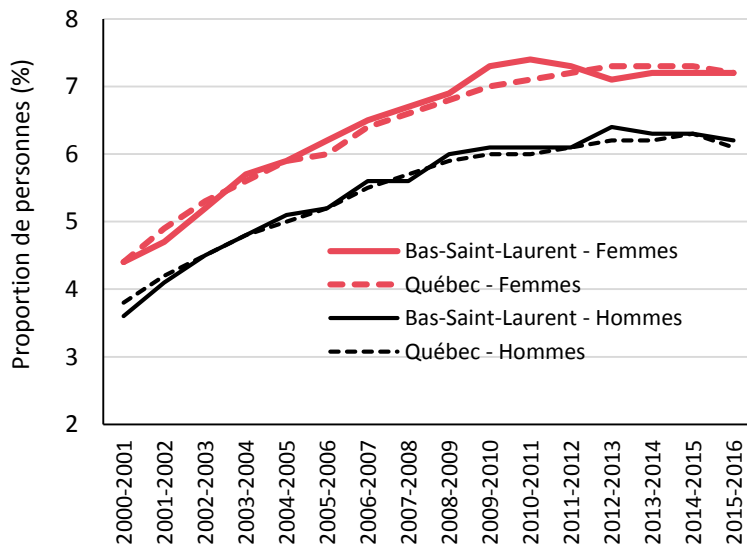
Source : Organisation mondiale de la Santé, 2012.

**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

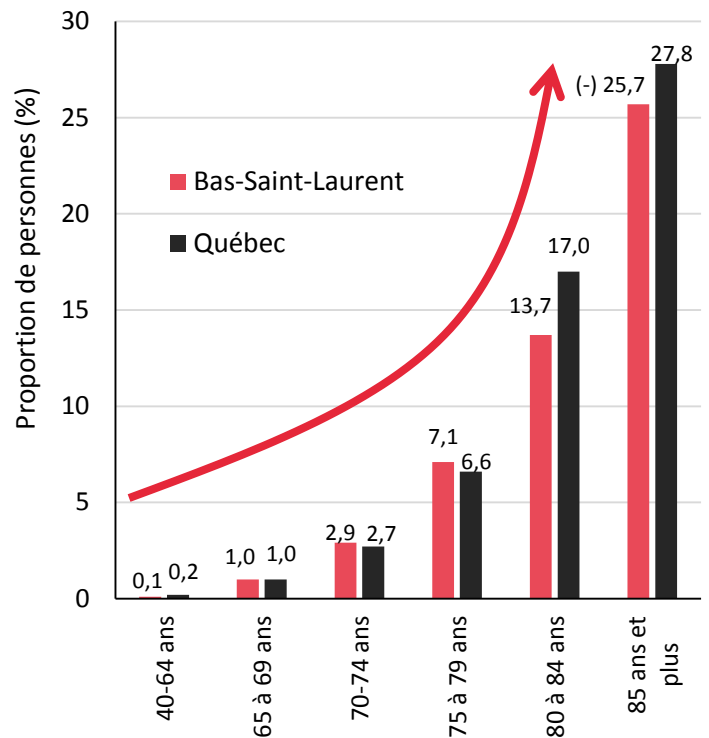
- Entre 2000-2001 et 2015-2016, la prévalence de la maladie d'Alzheimer est similaire au Bas-Saint-Laurent et au Québec (Graphique 1).
- Pour les mêmes années, les femmes du Bas-Saint-Laurent et du Québec sont davantage atteintes que les hommes par cette maladie (Graphique 1).

**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**.

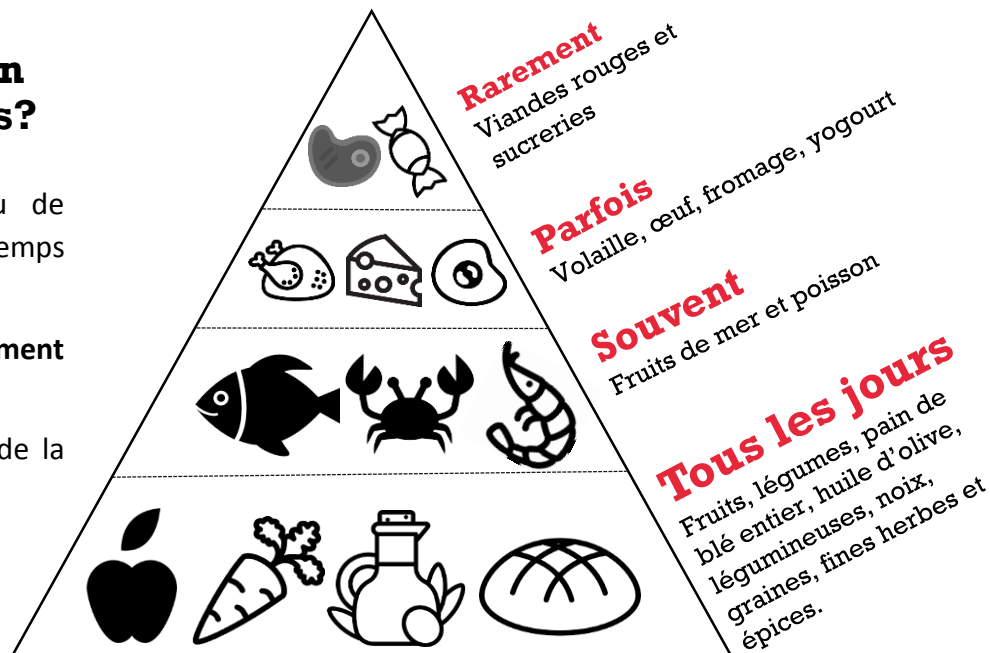


Image 1 : Diète méditerranéenne

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

