

# RÉFÉRENCES

## VIE SOCIALE

### Introduction

Tourigny A, Annie F. Collaborer pour diminuer l'isolement social des aînés à Québec: portrait d'un Collectif. 2017;:43.

Cotterell N, Buffel T, Phillipson C. Preventing social isolation in older people. *Maturitas*. 2018;113:80-4.

Charpentier M, Soulières M, Kirouac L. Vieillir et vivre seul-e. Montréal; 2019. [http://chairevieillissement.uqam.ca/fichier/document/VVS\\_RAPPORT\\_2019-01-25\\_MS\\_final.pdf](http://chairevieillissement.uqam.ca/fichier/document/VVS_RAPPORT_2019-01-25_MS_final.pdf)

Menec VH, Newall NE, Mackenzie CS, Shoostari S, Nowicki S. Examining individual and geographic factors associated with social isolation and loneliness using Canadian Longitudinal Study on Aging (CLSA) data. *PLoS One*. 2019;14:e0211143.

Bureau G, Cardinal L, Côté M, Gagnon É, Maurice A, Paquet S, et al. Rejoindre, comprendre et accompagner les personnes aînées isolées socialement : Une trousse d'accompagnement. Outil 1 - L'isolement social des aînés en bref. 2017;Québec : F. <https://www.fadoq.ca/wp-content/uploads/2017/12/outil-1-v-finale.pdf>.

Gilmour H, Ramage-Morin PL. Isolement social et mortalité chez les personnes âgées au Canada. *Rapp sur la santé* no 82-003-X. 2020;31:29-41. <https://www.doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.25318/82-003-x202000300003-fra>.

Chen YRR, Schulz PJ. The Effect of Information Communication Technology Interventions on Reducing Social Isolation in the Elderly: A Systematic Review. *J Med Internet Res*. 2016;18:e18.

Stephoe A, Shankar A, Demakakos P, Wardle J. Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2013;110:5797-801.

Gardiner C, Geldenhuys G, Gott M. Interventions to reduce social isolation and loneliness among older people: an integrative review. *Heal Soc Care Community*. 2018;26:147-57.

Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB. Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review. *PLoS Med*. 2010;7:e1000316. doi:10.1371/journal.pmed.1000316.

Kobayashi LC, Steptoe A. Social Isolation, Loneliness, and Health Behaviors at Older Ages: Longitudinal Cohort Study. *Ann Behav Med*. 2018;52:582-93.

Boulos C, Salameh P, Barberger-Gateau P. Social isolation and risk for malnutrition among older people. *Geriatr Gerontol Int*. 2017;17:286-94. doi:10.1111/ggi.12711.

### Appels vidéos

#### Solitude

Chippes et al. [2017], *J Telemed Telecare*, 23:817-27. Devis: Revue systématique de 12 revues systématiques, incluant 2 études expérimentales sur l'effet des appels vidéos sur Internet sur la solitude des personnes aînées; Participants: 202 personnes de plus de 60 ans; Intervention: Vidéoconférences axées sur la communication interpersonnelle; Suivi: Varie de 1 semaine à 12 mois.

### Stress avec les technologies

Kueider et al. [2012]. *PLoS One*: 7 : pages e40588. Devis : Revue systématique de 38 études expérimentales; Participants : 3 205 personnes âgées de 55 ans et plus sans troubles neurocognitifs légers et sans maladie d'Alzheimer; Intervention: Entraînement cognitif sur ordinateur pendant 2 à 68 semaines et de 20 à 120 minutes par jour.

### Jeux vidéos actifs

#### Solitude

Li et al. [2018], *J Med Internet Res*, 20:e10486. Devis: Revue systématique de 10 études primaires, incluant 4 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur la solitude; Participants: 263 personnes de plus de 55 ans; Intervention: Jeux vidéos axés sur l'activité physique; Suivi: Varie de 1 à 10 semaines.

### Stress avec les technologies

Kueider et al. [2012]. *PLoS One*: 7 : pages e40588. Devis : Revue systématique de 38 études expérimentales; Participants : 3 205 personnes âgées de 55 ans et plus sans troubles neurocognitifs légers et sans maladie d'Alzheimer; Intervention: Entraînement cognitif sur ordinateur pendant 2 à 68 semaines et de 20 à 120 minutes par jour.

### Tensions aux muscles ou aux tendons

Taylor et al. [2018]. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 41:108-23. Devis: Revue systématique et méta-analyse de 18 études contrôlées randomisées, incluant 2 études sur les effets néfastes; Participants: 81 personnes de 65 ans et plus vivant en communauté, en établissement de soins de longue durée ou aux soins aigus en milieu hospitalier;

Intervention: Jeux vidéo actifs (Nintendo Wii, système de matelas sensible à la pression, système de réalité virtuelle, «kinect motion sensor»); Suivi: 3 à 20 semaines.

### Étourdissements

Taylor et al. [2018]. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 41:108-23. Devis: Revue systématique et méta-analyse de 18 études contrôlées randomisées, incluant 2 études sur les effets néfastes; Participants: 81 personnes de 65 ans et plus vivant en communauté, en établissement de soins de longue durée ou aux soins aigus en milieu hospitalier;

Intervention: Jeux vidéo actifs (Nintendo Wii, système de matelas sensible à la pression, système de réalité virtuelle, «kinect motion sensor»); Suivi: 3 à 20 semaines.

### Activité physique adaptée aux personnes aînées

#### Solitude

Pels & Kleinert. [2016], *Int Rev Sport Exerc Psychol*, 9:231-60. Devis: Revue systématique de 37 études, incluant 5 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur la solitude chez les personnes aînées pratiquant de l'activité physique; Participants: 1072 personnes âgées d'en moyenne 77 ans; Intervention: Activité physique adaptée aux personnes âgées; Suivi: Varie entre 8 semaines et 8 mois.

#### Soutien social

McAuley et al. [2000] *Prev Med*. 2000 Nov;31(5):608-17. Devis: Étude contrôlée randomisée sur 12 mois; Participants: 174 personnes de 65 ans et plus; Intervention: Programme d'activité physique suivi 3 fois par semaine durant 6 mois; Suivi: 6 à 12 mois.



## Bien-être

McAuley et al. [2000] *Prev Med.* 2000 Nov;31(5):608-17. Devis: Étude contrôlée randomisée sur 12 mois; Participants: 174 personnes de 65 ans et plus; Intervention: Programme d'activité physique suivi 3 fois par semaine durant 6 mois; Suivi: 6 à 12 mois.

## Autres bénéfiques pour la santé

Nelson et al. [2007]. *Med Sci Sports Exerc*;39(8):1435-45. Physical activity and public health in older adults: recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association.

## Problèmes aux articulations, muscles et tendons

El-Khoury et al. [2013]. *BMJ* 2013, 347 :f6234 Devis: Revue systématique et méta-analyse de 17 études contrôlées randomisées, incluant 2 études rapportant des données sur les effets indésirables de l'activité physique; Participants: 4305 personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile;

Intervention: Activité physique (p. ex. Tai-chi, exercice d'équilibre, force musculaire) en vue de prévenir les chutes; Suivi: 6 mois à 30 mois.

Liu, C.-j., & Latham, N. K. [2009]. *Cochrane Database Syst Rev*(3). Devis: Revue systématique et méta-analyse de 121 études contrôlées randomisées, incluant 43 études rapportant des données sur les effets indésirables de l'activité physique; Participants: 6700 personnes âgées de plus de 60 ans; Intervention: Entraînement progressif en puissance; Suivi: Depuis la fin de l'intervention jusqu'à 1 an après la fin de l'intervention.

## Temps requis

Lee et al. [2017] *Exercise prescriptions in older adults. Recommendation de l'American Academy of Family Physicians. Am. Fam. Physician* 95, 425-432 (2017). Repéré à : <https://www.aafp.org/afp/2017/0401/p425.html>

## Activités de loisirs et de formation

### Solitude

Williams et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue systématique rapide de 58 études, incluant 14 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur le lien entre les activités de loisirs et de formation et la solitude des personnes âgées; Participants: 1176 personnes âgées qui vivent à la maison ou en résidence; Intervention: Activités de loisirs ou de formation incluant plusieurs types comme le jardinage, l'utilisation de l'ordinateur, etc.; Suivi: Le suivi variait entre 1 semaine et 12 mois.

### Isolement social

Williams et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue systématique rapide de 58 études, incluant 7 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur le lien entre les activités de loisirs et de formation et la solitude des personnes âgées; Participants: 1465 personnes âgées qui vivent à la maison ou en résidence; Intervention: Activités de loisirs ou de formation incluant plusieurs types comme le jardinage, l'utilisation de l'ordinateur, etc.; Suivi: Le suivi variait entre 6 semaines et 12 mois.

### Déplacement

Freedman, A., et al. [2020]. *Canadian Family Physician*, 66 (3): 176-182. Devis: Guide de pratique; Participants: Personnes âgées; Intervention: Activités sociales; Suivi: NA.

## Coûts à prévoir

Freedman, A., et al. [2020]. *Canadian Family Physician*, 66 (3): 176-182. Devis: Guide de pratique; Participants: Personnes âgées; Intervention: Activités sociales; Suivi: NA.

## Visites d'amitié

### Solitude

Williams et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue systématique rapide de 58 études, incluant une étude expérimentale rapportant des données prometteuses sur le lien entre les visites d'amitié et la solitude des personnes âgées; Participants: 20 personnes âgées qui vivent à la maison ou en résidence; Intervention: Visites d'amitiés; Suivi: Le suivi était d'une durée de 2 mois.

Gardiner et al. [2018], *Heal Soc Care Community.* 2018;26:147-57. Devis: Revue intégrative de 39 études, dont 1 étude qualitative rapportant des données prometteuses sur la solitude chez les personnes âgées qui reçoivent des visites d'amitiés par téléphone; Participants: 40 personnes âgées de plus de 55 ans; Intervention: Visites d'amitié par téléphone. Les personnes qui participent au service ne reçoivent pas nécessairement de formation; Suivi: Peu varier.

### Soutien social

Cotterell et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue de littérature narrative incluant 7 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur le lien entre les visites d'amitié et le soutien social perçu par les personnes âgées; Participants: Personnes âgées vivant avec ou sans condition de santé chronique; Intervention: Visites d'amitiés; Suivi: Non-répertorié.

### Isolement social

Chen & Schulz. [2016], *J Med Internet Res.* 2016;18:e18. Devis: Revue systématique de 30 études dont 1 étude qualitative rapportant des données prometteuses sur l'isolement social chez les personnes âgées qui reçoivent des visites d'amitiés par téléphone; Participants: 40 personnes âgées de plus de 55 ans; Intervention: Visites d'amitiés par téléphone. Les personnes qui participent au service ne reçoivent pas nécessairement de formation; Suivi: Peu varier.

## Porter attention à votre satisfaction face à votre vie sociale, sans faire de changement

### Isolement social ou solitude

Chippes et al. [2017], *J Telemed Telecare*, 23:817-27. Devis: Revue systématique de 12 revues systématiques, incluant 2 études expérimentales sur l'effet des appels vidéos sur Internet sur la solitude des personnes âgées; Participants: 202 personnes de plus de 60 ans; Intervention: Vidéoconférences axées sur la communication interpersonnelle; Suivi: Varie de 1 semaine à 12 mois.

Cotterell et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue de littérature narrative incluant 7 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur le lien entre les visites d'amitié et le soutien social perçu par les personnes âgées; Participants: Personnes âgées vivant avec ou sans condition de santé chronique; Intervention: Visites d'amitiés; Suivi: Non-répertorié.

Li et al. [2018], *J Med Internet Res*, 20:e10486. Devis: Revue systématique de 10 études primaires, incluant 4 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur la solitude; Participants: 263 personnes de plus de 55 ans; Intervention: Jeux vidéos axés sur l'activité physique; Suivi: Varie de 1 à 10 semaines.



---

McAuley et al. [2000] *Prev Med.* 2000 Nov;31(5):608-17. Devis: Étude contrôlée randomisée sur 12 mois; Participants: 174 personnes de 65 ans et plus; Intervention: Programme d'activité physique suivi 3 fois par semaine durant 6 mois; Suivi: 6 à 12 mois.

Pels & Kleinert. [2016], *Int Rev Sport Exerc Psychol*, 9:231-60. Devis: Revue systématique de 37 études, incluant 5 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur la solitude chez les personnes âgées pratiquant de l'activité physique; Participants: 1072 personnes âgées d'en moyenne 77 ans; Intervention: Activité physique adaptée aux personnes âgées; Suivi: Varie entre 8 semaines et 8 mois.

Williams et al. [2021], *PLoS One.* 2021;16:e0247139. Devis: Revue systématique rapide de 58 études, incluant 14 études expérimentales rapportant des données prometteuses sur le lien entre les activités de loisirs et de formation et la solitude des personnes âgées; Participants: 1176 personnes âgées qui vivent à la maison ou en résidence; Intervention: Activités de loisirs ou de formation incluant plusieurs types comme le jardinage, l'utilisation de l'ordinateur, etc.; Suivi: Le suivi variait entre 1 semaine et 12 mois.

### Admission en centre soins de longue durée

Russell et al. [1997], *Psychol Aging.* 1997 Dec;12(4):574-89. Devis: Étude longitudinale rapportant l'association entre le niveau de solitude et l'admission en centre soins de longue durée. Participants: 3763 personnes âgées de plus de 65 ans résidant en région rurale. Intervention: Surveillance active. Suivi: 4 ans.

### Dépression

Courtin et Knapp. [2017], 25:799-812. Devis: Revue de littérature, incluant 32 études à devis variés rapportant des données sur la santé mentale; Participants: Personnes âgées de plus de 50 ans; Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

Park et al. [2020], *Psychiatry Res* 2020;294:113514. Devis: Revue systématique et méta-analyse, incluant 108 études à devis variés rapportant des données sur la santé mentale (incluant la dépression, l'anxiété et le risque suicidaire); Participants: Toute personnes voulant y participer (incluant tous les groupes d'âge, de sexe, d'ethnicité); Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

### Santé

Courtin et Knapp. [2017], 25:799-812. Devis: Revue de littérature, incluant 15 études à devis variés rapportant des données sur la santé cardiovasculaire; Participants: Personnes âgées de plus de 50 ans; Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

Park et al. [2020], *Psychiatry Res* 2020;294:113514. Devis: Revue systématique et méta-analyse, incluant 108 études à devis variés; Participants: Population générale (adulte?); Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

### Qualité du sommeil

Park et al. [2020], *Psychiatry Res* 2020;294:113514. Devis: Revue systématique et méta-analyse, incluant 11 études à devis variés rapportant des données sur le sommeil; Participants: Toute personnes voulant y participer (incluant tous les groupes d'âge, de sexe, d'ethnicité); Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

### Capacités mentales

Park et al. [2020], *Psychiatry Res* 2020;294:113514. Devis: Revue systématique et méta-analyse, incluant 19 études à devis variés rapportant des données sur les capacités mentales; Participants: Toute personnes voulant y participer (incluant tous les groupes d'âge, de sexe, d'ethnicité); Intervention: Surveillance active; Suivi: N/A

