

À la une : L'espérance de vie humaine a-t-elle atteint ses limites ?

Une étude menée par 3 chercheurs américains suggère qu'il pourrait être impossible de prolonger encore davantage l'espérance de vie humaine. D'après leurs calculs, la limite absolue de notre longévité serait de 125 ans. Et le record de longévité - 122 ans - reste détenu par Jeanne Calmant, décédée en 1997.

En compilant les données sur la population et la mortalité de plus de 40 pays via une vaste base de données appelée « Human Mortality Database », l'étude montre en effet que l'espérance de vie des centenaires n'augmente plus depuis les années 1990. Elle précise que la durée de vie maximale serait « limitée par des contraintes naturelles » et que ces limitations biologiques sont principalement d'origine génétique.

« Des progrès supplémentaires contre les maladies infectieuses et chroniques pourraient continuer à booster l'espérance de vie moyenne mais pas la longévité maximale », a commenté l'un de ces chercheurs, le Dr Vijg. « S'il est concevable que des avancées thérapeutiques puissent étendre la longévité humaine au-delà des limites que nous avons calculées, de telles avancées vont devoir outrepasser les nombreux variants génétiques qui semblent déterminer de façon collective la longévité humaine », a-t-il ajouté.

Les déterminants de la longévité au fil du temps dans les pays riches

Avant les années 1950, l'accroissement de la durée de vie est généralement attribué à la réduction de la mortalité infantile. Après, il s'explique par l'augmentation du niveau de vie ainsi que bons nombres de progrès en matière de salubrité, de nutrition, d'éducation, d'hygiène et de médecine. Le principal risque de mortalité lié au mode de vie au cours du XXe siècle était le tabac. Aujourd'hui, La majorité des décès dans le pays riches est due au mode de vie : alimentation, activité physique, tabac, alcool (étude de vaste ampleur réalisée par l'Institut des mesures et évaluations de la santé – IHME et publiée en octobre 2016).

Aujourd'hui les études sur les facteurs de longévité ne manquent pas. On peut notamment évoquer une étude récente qui révèle qu'en vivant proche de la nature on vivrait plus longtemps. Elle met en avant 4 facteurs : la diminution de la pollution de l'air, une activité physique plus régulière, l'augmentation de l'engagement social et, surtout, une meilleure santé mentale, mesurée par une faible prévalence de la dépression.

Une population néanmoins vieillissante : l'importance de mesurer l'espérance de vie en bonne santé

L'espérance de vie moyenne, elle, ne cesse de croître depuis deux siècles : En France, en 1810, elle était de 37 ans,

et en 1900 de 45 ans. Un garçon qui naît en 2016 peut espérer vivre jusqu'à près de 79 ans, une fille jusqu'à 85 ans. Il s'agit bien là d'espérance de vie moyenne de l'ensemble d'une population, alors que l'étude évoquée au début de cette lettre portait sur la longévité maximale de l'espèce.

Il en résulte un vieillissement de la population, et une hausse du nombre des personnes très âgées (85 ans et plus), qui enregistrent les plus fortes hausses démographiques dans de nombreux pays. Or vieillir s'accompagne de davantage de problèmes de santé, c'est pourquoi nous mesurons maintenant l'espérance de vie en bonne santé (AVBS - année de vie en bonne santé - ou EVSI - espérance de vie sans incapacité). Cet indicateur permet de savoir si ces années supplémentaires de vie que nous gagnons sont bien vécues (en bonne santé), ou non. En France, les études ont mis en évidence que l'EVSI régressait légèrement depuis 2006. A ce sujet il convient de préciser que dans les pays où l'espérance de vie est déjà élevée, les gains d'années de vie se font aux plus grands âges, et donc aux âges où la santé est devenue plus précaire.

Vivre en bonne santé tout en vieillissant, au-delà du bien être individuel, a un impact social important tant du point de vue familial que du système de santé ou de la protection sociale.

Le « mieux vieillir » est d'ailleurs l'une des thématiques largement abordée par la silver économie (l'économie dédiée à l'avancée en âge de nos sociétés) qui est en pleine expansion.

La réflexion sur le lien intergénérationnel lancée

A l'heure où nous découvrons que l'espérance de vie maximale pourrait être atteinte (ou du moins en longue stagnation) et que la population vieillit, mais peut-être en « moins bonne » santé, une réflexion sur le lien intergénérationnel a été lancée par l'un de nos adhérents - CNP Assurances – avec l'appui du laboratoire de développement du capital humain - The Boson Project, ainsi que des représentants du monde de l'entreprise et des syndicats.

Le sujet a été présenté lors d'un récent congrès international des assureurs :

« En tant qu'assureur de personnes, nous avons une responsabilité sociétale. Nous ne sommes pas juste des opérateurs marchands. A un moment donné, nous avons aussi un rôle sur la santé des personnes, sur leur bien vieillir » ... « La protection sociale des entreprises peut-être un moyen pour que le « vivre ensemble » fonctionne. Comment faire pour que les intérêts des générations soient plus convergents ? Nous y réfléchissons activement » a notamment évoqué Magaly Siméon de CNP Assurances.