

Êtes-vous à risque de faire une chute?

La mobilité joue un rôle essentiel dans le maintien d'un mode de vie actif et autonome. Malheureusement, les risques de chute nous empêchent parfois de réaliser nos activités préférées.

Voici certains des facteurs de risque :



Âge : Les personnes âgées sont plus susceptibles de tomber que les jeunes adultes. Les chutes représentent la cause principale d'hospitalisation liée à une blessure chez les personnes de 65 ans et plus au Canada¹.



Troubles de la vue : Les problèmes de vision, causés par exemple par les cataractes et le glaucome, peuvent restreindre la capacité à réaliser les tâches quotidiennes qui sollicitent la focalisation des yeux et l'équilibre².



Troubles cognitifs : L'alcool et certains médicaments influent sur la perception de l'environnement et l'équilibre, ce qui peut augmenter les risques de chutes¹.



Problèmes de santé déjà présents : Certains problèmes de santé, liés par exemple à un AVC, au diabète de type 2 et aux maladies cardiovasculaires, peuvent entraîner des troubles cognitifs qui nuisent à l'équilibre et à la mobilité².



Obésité : Le poids peut avoir une influence sur l'équilibre et rendre les gens plus susceptibles aux chutes².

Chaque année, de **20 à 30 %** des aînés font une chute au Canada¹.

Le Compagnon Santé connectée^{MC} de TELUS, un service personnel d'alerte d'urgence avec fonction de détection des chutes, peut vous aider lors d'une urgence médicale.



Parlez à votre professionnel de la santé ou contactez-nous :

1-844-979-2008 | telus.com/santeconnectee

1. Gouvernement du Canada. Chute chez les aînés au Canada : Deuxième rapport. 2014.

2. Harvard Medical School. Mobility and Independence: Keys to Staying Active and Self-Sufficient as You Age. Acheté sur <https://www.health.harvard.edu>. Consulté en décembre 2019.