



Des chercheurs de l'Académie Sahlgrenska, Suède, ont examiné quelles étaient les causes de décès chez des hommes de plus de 80 ans, et à contrario quel était l'état de santé qui maintenait en vie les centenaires.

Pour cela 973 hommes nés en 1913 ont été identifiés puis examinés en 1963, à l'âge de 50 ans, et réexaminés à 54, 60, 67, 75, 80 et 100 ans.

Plus d'un quart d'entre eux (**soit 232 participants**) **vécurent jusqu'à 80ans, 13% jusqu'à 90ans, et 10 participants (soit 1,1%) sont aujourd'hui centenaires.**

La cause la plus fréquente de mortalité a été la maladie cardiovasculaire avec 42% des décès après 80 ans. Les autres causes de mortalité ont été les suivantes :

- maladies infectieuses : 20%
- crise cardiaque : 8%
- cancer : 8%
- pneumonie : 6%
- autres causes : 16%

Les chercheurs ont observé que **23% des plus de 80 ans étaient atteints de démence. Sur les 10 hommes centenaires, 2 étaient atteints de démence.**

Les chercheurs ont également mis en évidence **que leur longévité était liée à :**

- **l'âge tardif de décès de la mère,**
- **au fait de ne pas fumer,**
- **au fait d'appartenir à une classe sociale élevée à 50ans,**
- **et au fait d'être encore capable d'avoir une activité physique (intense) à l'âge de 54 ans.**

Des facteurs génétiques mais aussi, et surtout, environnementaux sont donc en cause dans les secrets de longévité.

Il a été reporté que 7 des 10 centenaires suivis sont encore en vie aujourd'hui. Deux d'entre eux vivent encore à leur domicile, aucun ne fume, tous ont un IMC normal et ont encore une bonne cognition spatiale et temporelle. Par ailleurs tous portent des aides auditives et la plupart portent des lunettes, et ils sont tous capables de lire ou de regarder la télévision.