

Le Gers, un département de centenaires où l'espérance de vie bat des records

Notre département est sur le podium en terme de centenaires. Et il se classe à la 2e place des départements pour l'espérance de vie, selon les données de l'INSEE.



Le Gers, un département de centenaires où l'espérance de vie bat des records

Le bonheur est dans le Gers, à en croire Étienne Chatiliez, réalisateur du film « Le bonheur est dans le pré » en 1995. Mais le département a bien d'autres atouts, notamment celui de figurer à la 2e place des départements où l'on vit le plus longtemps.

L'analyse porte sur plus de 16 mois consécutifs de Janvier 2019 à Mai 2020* et elle est basée sur l'âge atteint au moment du décès. Dans le Gers, vous pouvez espérer vivre jusqu'à **82,6 ans en moyenne**, à peine 80 jours de moins qu'en Aveyron qui arrive en tête de ce classement (France métropolitaine + Outre mer).

Dans le Gers, 8 centenaires sur 10 sont des femmes

Si l'on s'intéresse au nombre de centenaires, le résultat reste impressionnant. Le Gers se classe 3e (France métropolitaine) juste derrière la Lozère et les Hautes Alpes. On dénombre ainsi 59 personnes ayant dépassé l'âge de 100 ans au moment du décès ; ce qui fait un ratio de 2,02 % de centenaires (59 personnes sur 2926 décès). En prenant en compte l'outre mer, ce sont les départements de la Martinique puis de la Guadeloupe qui enregistrent le plus de centenaires décédés (respectivement 2,85 % et 2,82 % des décès).

Si l'on s'intéresse au sexe et toujours selon les mêmes données*, nous constatons que mesdames sont privilégiées car 81 % des centenaires sont des femmes.

Au 1er Janvier 2020, le pays comptait 20.944 centenaires, et **ce chiffre devrait doubler en 2025** pour atteindre 42.618 selon les projections de l'INED (Institut National d'Études Démographiques).

Une multitude de facteurs dont la génétique et le cadre de vie

Les experts indiquent que la longévité est favorisée par plusieurs facteurs dont la génétique. Acciaroli est un petit port de pêche, entre mer et montagne, situé au sud de Naples. Plus d'un habitant sur dix est centenaire. Les scientifiques ont analysé le patrimoine génétique de ces derniers et se sont aperçu que les gènes APOE (Apolipoprotéine E2 et E3) sont beaucoup plus présents chez eux que dans le reste de la population. Cela leur permet d'avoir une meilleure micro-circulation sanguine.

Parmi les autres critères, le cadre de vie. Acciaroli est un lieu entre mer et montagne, loin de la pollution urbaine. Nous observons également que les régions qui consomment beaucoup de poisson, des produits de la campagne, leurs propres lapins et poulets ou légumes sont favorisées. Les centenaires profitent aussi des effets bénéfiques de certains produits consommés au quotidien, « comme le romarin, qui améliore les capacités du cerveau » selon Alan S. Maisel, professeur de médecine cardiovasculaire, à San Diego aux États-Unis.

Enfin, n'oublions pas l'exercice physique régulier qui reste un facteur important (marche, tâches ménagères,...). Et nous concluons avec **Shigeaki Hinohara**, médecin japonais décédé à 105 ans, pour qui « il faut essayer de passer du bon temps et de s'amuser pour vivre plus longtemps ».

*Données publiées par l'INSEE (Institut National de la Statistique et des Études Économiques) le 15/05/2020 et liées à l'évolution de la mortalité par département, âge et sexe. Nous avons retenu la période du 01/01/2019 au 04/05/2020. Les données brutes sont téléchargeables sur le site de l'INSEE sous la forme d'un fichier tableur, et nécessitent de faire l'objet d'un traitement analytique (filtres et formules de calcul) <https://www.insee.fr/fr/statistiques/4487837?sommaire=4487854#consulter-sommaire>