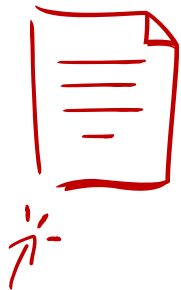




# SCIENCE SPOTLIGHT

Highlighting Canadian research on dementia and brain health



**A roadmap for conducting more inclusive research on brain resilience in aging and dementia** / [Rajah, M. N., Dixon, R. A., Einstein, G., Stern, Y., & Brain Resilience and Diversity in Aging and Dementia Collaboratory \(2025\)](#)

## Key message

We recommend that researchers conduct more studies that include often neglected factors that protect or harm the brain as we age. These factors include aspects of human diversity like culture, ethnicity, race, sex and gender. To help achieve this goal, we propose a plan for effective research staffing, participant recruitment, research methodology, and data analyses.



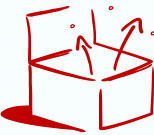
## The question we studied

First, how to know which lifetime, community, social and biological factors protect or harm the brain as we age? Second, how to study the link between diversity (in culture, ethnicity, race, sex and gender) and these factors?



## How we studied it

We hosted a meeting with researchers from different areas of science, health professionals, and people with lived experience of dementia. The goal was to reflect on how we study what makes our brains stay healthy during aging (brain resilience) and what we can learn when research is done in a more inclusive way.



## What we found

We developed a plan to integrate diversity into all aspects of brain resilience research in aging. The plan identified five strategies: (1) Build long-term relationships between researchers and various understudied communities, (2) Form research teams with members from diverse backgrounds, (3) Take into account a broader range of human diversity factors that affect how the brain ages in research participants, (4) Improve research designs, measures and analyses to better address diversity when aging and promote communication with other researchers and the public, and (5) Explore novel scientific approaches that reflect the complexities of the human experience as we grow older.



## Why it matters

We proposed a plan for researchers studying how diversity affects brain resilience in aging. It will provide researchers with clearer pathways to include culture, ethnicity, race, sex and gender in research studies. This will lead to greater knowledge of brain health during aging and how to promote resilience among diverse populations.



# PLEINS FEUX SUR LA SCIENCE

La recherche canadienne sur les troubles neurocognitifs  
et la santé du cerveau à l'honneur



**Feuille de route pour mener une recherche plus inclusive sur la résilience du cerveau associé au vieillissement et à la neurodégénérescence** (A roadmap for conducting more inclusive research on brain resilience in aging and dementia) / [Rajah, M. N., Dixon, R. A., Einstein, G., Stern, Y., & Brain Resilience and Diversity in Aging and Dementia Collaboratory \(2025\)](#)

## Message principal

Nous recommandons que les chercheurs mènent plus d'études incluant des facteurs souvent négligés qui protègent ou endommagent le cerveau en vieillissant. Ces facteurs comprennent des aspects de la diversité humaine comme la culture, l'origine ethnique, la race, le sexe et le genre. Pour atteindre cet objectif, nous proposons un plan de dotation en personnel de recherche, de recrutement de participants, de méthodologie de recherche et d'analyse des données efficaces.



## La question que nous avons étudiée

Premièrement, comment savoir quels facteurs du mode de vie, communautaires, sociaux et biologiques protègent ou endommagent le cerveau en vieillissant? Deuxièmement, comment étudier le lien entre diversité (de culture, d'origine ethnique, de race, de sexe et de genre) et ces facteurs?

## Comment nous l'avons étudié

Nous avons organisé une rencontre avec des chercheurs de différents domaines scientifiques, des professionnels de la santé et des personnes ayant une expérience vécue de neurodégénérescence. L'objectif était de réfléchir sur notre façon d'étudier ce qui maintient la santé du cerveau pendant le vieillissement (la résilience du cerveau) et ce que nous pouvons apprendre en menant la recherche de manière plus inclusive.

## Ce que nous avons découvert

Nous avons développé un plan pour intégrer la diversité à tous les aspects de la recherche sur la résilience du cerveau associée au vieillissement. Le plan a identifié cinq stratégies : 1) Bâter une relation à long terme entre les chercheurs et différentes communautés sous-étudiées; 2) Former des équipes de recherche dont les membres proviennent de milieux divers; 3) Tenir compte d'une plus vaste gamme de facteurs de diversité humaine qui affectent le vieillissement du cerveau chez les participants à la recherche; 4) Améliorer la conception, les mesures et les analyses de la recherche afin de mieux aborder la diversité lors du vieillissement et de promouvoir la communication avec d'autres chercheurs et le public; et 5) Explorer des approches scientifiques novatrices qui reflètent la complexité de l'expérience humaine lors du vieillissement.

## Pourquoi cela est important

Nous proposons un plan pour les chercheurs qui étudient les effets de la diversité sur la résilience du cerveau associée au vieillissement. Il fournit aux chercheurs une voie plus claire pour inclure la culture, l'origine ethnique, la race, le sexe et le genre aux études de recherche. Cela mènera à une connaissance plus approfondie de la santé du cerveau pendant le vieillissement et à la façon de promouvoir la résilience parmi des populations diverses.

