



Fascicule des proches aidants d'aînés

Présenté par

Véronique Fugère, agente de recherche, TCARO



180 du Mont-Bleu, Gatineau (Québec) J8Z 3J5

Téléphone : 819-771-8391 poste 233

Télécopieur : 819-778-8969

Courriel : administration-tcaro@videotron.ca

Table des matières

Introduction	3
Responsabilité d'un proche aidant	4
Situation au Québec	5-9
Proportion de proches aidants selon l'âge, population âgée de 15 ans et plus, Québec, 2012	5
Type d'aide fournie au bénéficiaire principal selon le sexe de l'aidant, proches aidants 15-44 ans, Québec, 2012	6
Type d'aide fournie au bénéficiaire principal selon le sexe de l'aidant, proches aidants 65 ans et plus, Québec, 2012.....	6
Conséquences des responsabilités d'aidant sur la vie familiale et sociale selon le sexe et l'âge, proches aidants âgés de 15 ans et plus, Québec, 2012.....	7
Causes de stress, proches aidants âgés de 15 ans et plus, trouvant les responsabilités d'aidants stressantes, Québec, 2012.....	8
Centre d'entraide aux aînés.....	9
Concertation et mobilisation.....	9
Situation au Canada	10-12
Caractéristiques des principaux bénéficiaires de soins, selon le type de logement, 2012.....	10
Caractéristiques des proches aidants dont le bénéficiaire principal est un aîné, selon le type de logement du bénéficiaire principal, 2012.....	11
Conséquences subies par les proches aidants au cours des 12 derniers mois, selon le type de logement du bénéficiaire principal, 2012.....	12
Conclusion	13

Introduction

Ce fascicule comportera des informations générales des proches aidants d'aînés et également des données spécifiques au Québec ainsi qu'au Canada.

«Depuis 2009, l'Appui pour les proches aidants d'aînés, formé de l'Appui national et des 18 Appuis régionaux, a pour mission de soutenir les proches aidants qui prennent soin d'un aîné. En plus d'avoir mis en place le service Info-aidant, nous travaillons de concert avec les organismes, à l'échelle de la province, pour développer divers projets qui contribueront à améliorer la qualité de vie des proches aidants.»¹

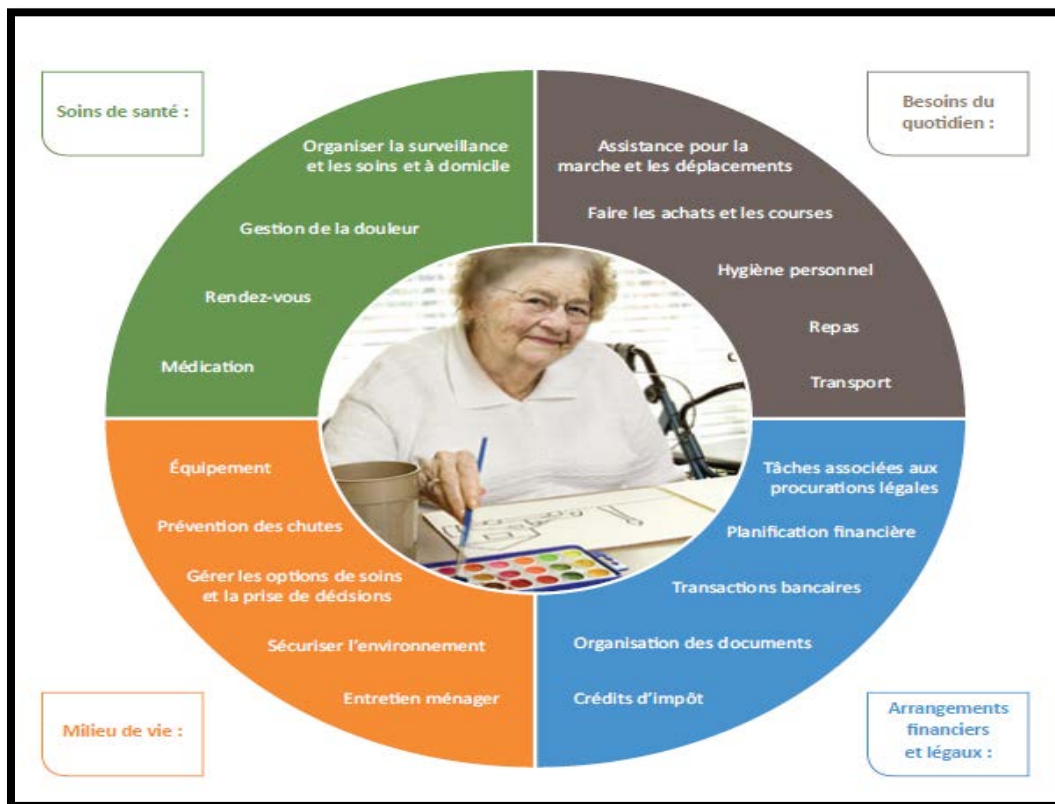
Un proche aidant correspond à un individu qui offre volontairement et gratuitement des services afin de venir en aide à un être cher. Il peut aider des individus vieillissants, en perte d'autonomie, ayant un problème de santé ou autres. Il s'associe avec divers acteurs tels que la famille, les amis, les professionnels ainsi que les ressources gouvernementales et communautaires. Il est important de définir les rôles des proches aidants afin qu'ils soient valorisés et soutenus dans leur démarche d'aide. Des éléments indicatifs peuvent démontrer qu'un individu nécessite de l'aide, notamment à travers des limitations au niveau de l'apparence personnelle, de l'alimentation, du maintien du milieu de vie, des problèmes d'autonomie et ainsi de suite. Les proches aidants permettent de prodiguer des soins aux aînés à domicile. Toutefois, dans certains cas, il s'avère impossible pour les aînés de demeurer dans leur résidence, donc ils doivent par exemple déménager dans une résidence pour personnes retraitées ou des établissements de soins de longue durée, où des services spécialisés et individualisés sont offerts. Les proches aidants qui offrent leur soutien aux domiciles des personnes âgées ont plus de responsabilités que ceux qui aident dans des établissements. Effectivement, les aînés en établissement peuvent compter sur les soins de divers professionnels de la santé. De ce fait, ils ne sont pas en situation de dépendance envers une personne en particulier, comme dans le cas d'un proche aidant à domicile.

¹ L'appui pour les proches aidants d'aînés. (2016). *Qui sommes-nous?* Repéré dans : http://www.lappui.org/Content/Documents/pdf/Outaouais/Bulletin_Mars.pdf

Sinha, M. (2013). *Portrait des aidants familiaux, 2012*. Document analytique. Mettre l'accent sur les Canadiens : résultats de l'Enquête sociale générale. Division de la statistique sociale et autochtone. Statistique Canada. No 89-652-X au catalogue — No 001 ISBN 978-0-660-21081-0.

Responsabilités d'un proche aidant

Les responsabilités d'un proche aidant sont diverses. En effet, selon cette source, il y existe quatre catégories distinctes, dont les soins de santé, les besoins du quotidien, les milieux de vie ainsi que les démarches financières et légales. Le premier concerne par exemple les soins à domicile, la gestion des médicaments, l'accompagnement pour les rendez-vous avec les professionnels de la santé et le soutien lorsque l'individu éprouve des difficultés au niveau de la santé autant mentale que physique. Le deuxième correspond aux activités de la vie quotidienne, par exemple l'alimentation, le transport, l'hygiène et les loisirs. Le troisième est caractérisé par l'environnement de la personne, donc le proche aidant doit s'assurer que les lieux ainsi que les équipements soient sécuritaires et il doit également entretenir la maison en visant la salubrité des lieux. Enfin, la quatrième catégorie de responsabilité du proche aidant consiste à planifier adéquatement les aspects financiers de l'individu, par exemple les transactions, les démarches légales et ainsi de suite.



Sainte-Élisabeth. Services de santé communautaire. *Le guide pratique du proche aidant : Outils et conseils pour naviguer à travers vos responsabilités de proche aidant.*

Situation au Québec

Les informations suivantes sont basées sur les données de l'Institut de la Statistique du Québec concernant les caractéristiques sociodémographiques des proches aidants, notamment selon le sexe et le groupe d'âge. Le type d'aide apporté par les proches aidants touche les travaux domestiques, le transport, l'entretien de la maison, les soins personnels, les opérations financières et d'autres activités. L'échantillon total de la recherche comptait 23 093 répondants de 15 ans et plus, dont 3 809 résidaient au Québec.

Selon toutes les catégories d'âges, les femmes sont davantage impliquées que les hommes à être proches aidants. Le plus important écart se retrouve dans la catégorie d'âge de 45 à 64 ans, soit 9,8% de plus de proches aidants de la part des femmes. Le nombre de proches aidants le plus élevé est dans la catégorie de 45 à 64 ans. Il y a seulement une légère différence entre les pourcentages d'hommes et de femmes de gens 65 ans et plus.

Proportion de proches aidants selon l'âge, population âgée de 15 ans et plus, Québec, 2012

Groupe d'âge	Hommes ‡	Femmes
	%	
15 ans et plus	21,4	28,6(+)
15-44 ans	16,6	24,7(+)
45-64 ans	29,9	39,7(+)
65 ans et plus	17,4	18,1

‡ Catégorie de référence.

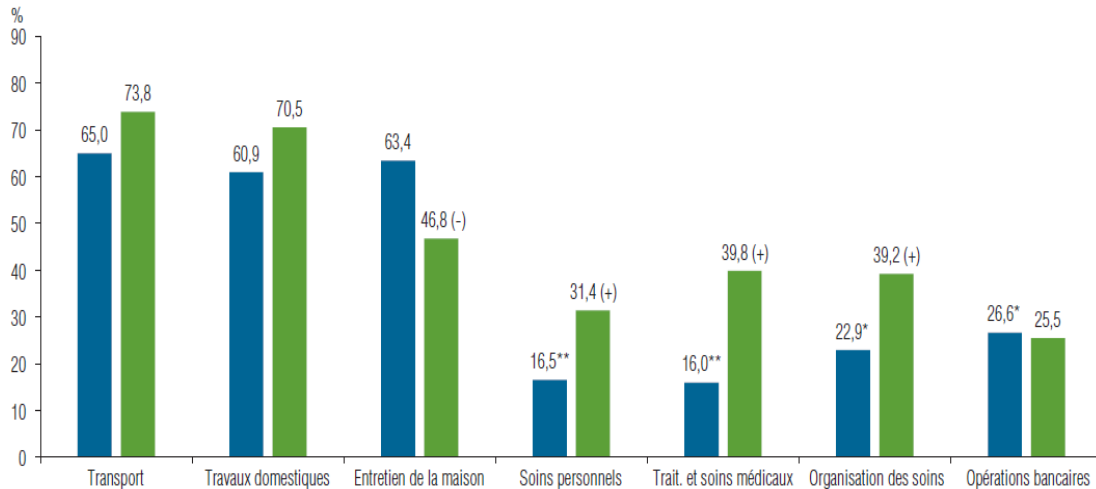
(+) Proportion significativement supérieure à celle de la catégorie de référence au seuil de 5%.

Source : Statistique Canada, *Enquête sociale générale*, 2012, fichier de microdonnées à grande diffusion, adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

Lecours, C. (2015). *Coup d'œil sociodémographique. Portrait des proches aidants et les conséquences de leurs responsabilités d'aidant*. Institut de la statistique du Québec. Numéro 43.

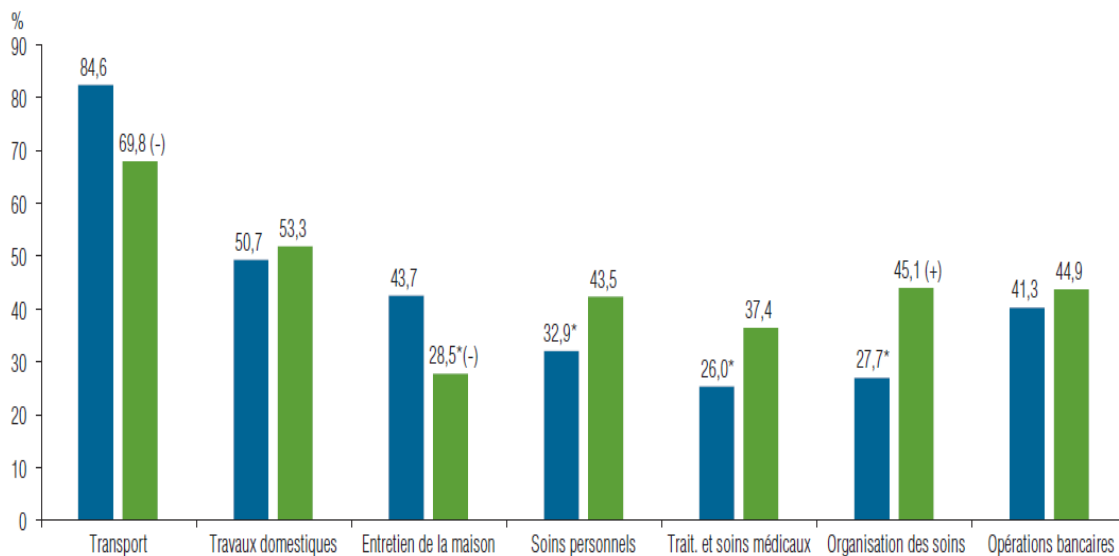
Les trois types d'aides fournies les plus importantes sont le transport, les travaux domestiques ainsi que l'entretien de la maison. Le type d'aide fournie varie en fonction de l'âge. Le premier graphique comprend les proches aidants de 15 à 44 ans tandis que le deuxième représente les 65 ans et plus.

Type d'aide fournie au bénéficiaire principal selon le sexe de l'aidant, proches aidants de 15-44 ans, Québec, 2012



Lecours, C. (2015). *Coup d'œil sociodémographique. Portrait des proches aidants et les conséquences de leurs responsabilités d'aidant*. Institut de la statistique du Québec. Numéro 43.

Type d'aide fournie au bénéficiaire principal selon le sexe de l'aidant, proches aidants de 65 ans et plus, Québec, 2012



Lecours, C. (2015). *Coup d'œil sociodémographique. Portrait des proches aidants et les conséquences de leurs responsabilités d'aidant*. Institut de la statistique du Québec. Numéro 43.

Peu de proches aidants ont mentionné avoir des complications par rapport à leurs responsabilités, mais plusieurs affirment qu'ils doivent diminuer le temps requis pour les loisirs, et le temps avec le conjoint(e) et les ami(e)s. Approximativement quatre personnes sur six affirment ne pas avoir le choix d'entreprendre leurs responsabilités de proches aidants, tandis que huit personnes sur dix mentionnent que leur rôle est valorisant et bénéfique.

Conséquences des responsabilités d'aidant sur la vie familiale et sociale selon le sexe et l'âge, proches aidants âgés de 15 ans et plus, Québec, 2012

Responsabilité d'aidant...	Ensemble	Sexe		Groupe d'âge	
		Hommes [‡]	Femmes	15-64 ans	65 ans et plus [‡]
%					
... oblige à réduire le temps passé avec conjoint	49,4	40,9	54,6(+)	51,3(+)	33,6*
... oblige à réduire le temps passé avec enfants	36,8	30,0	41,0(+)	40,9(+)	17,7*
... oblige à réduire le temps passé avec des membres de la famille ¹	28,8	20,4	34,2(+)	30,0(+)	21,2*
... oblige à réduire le temps passé avec amis	44,1	35,5	49,7(+)	46,2(+)	31,1
... oblige à réduire le temps consacré aux activités sociales/passe-temps ou détente	64,3	56,9	69,1(+)	65,2	59,0
... oblige à réduire le temps consacré au bénévolat ou à la participation à des activités ²	24,3	15,3	30,1(+)	24,3	24,5
... oblige à changer ou annuler ou ne plus faire de projets de vacances	34,5	31,7	36,4	35,0	31,3
... créent des tensions avec famille ou amis	27,3	20,3	31,9(+)	29,7(+)	12,4*

1. Autre que le conjoint ou les enfants.

2. Il s'agit d'activités culturelles ou d'un parti politique.

‡ Catégorie de référence.

(+) Proportion significativement supérieure à celle de la catégorie de référence au seuil de 5 %.

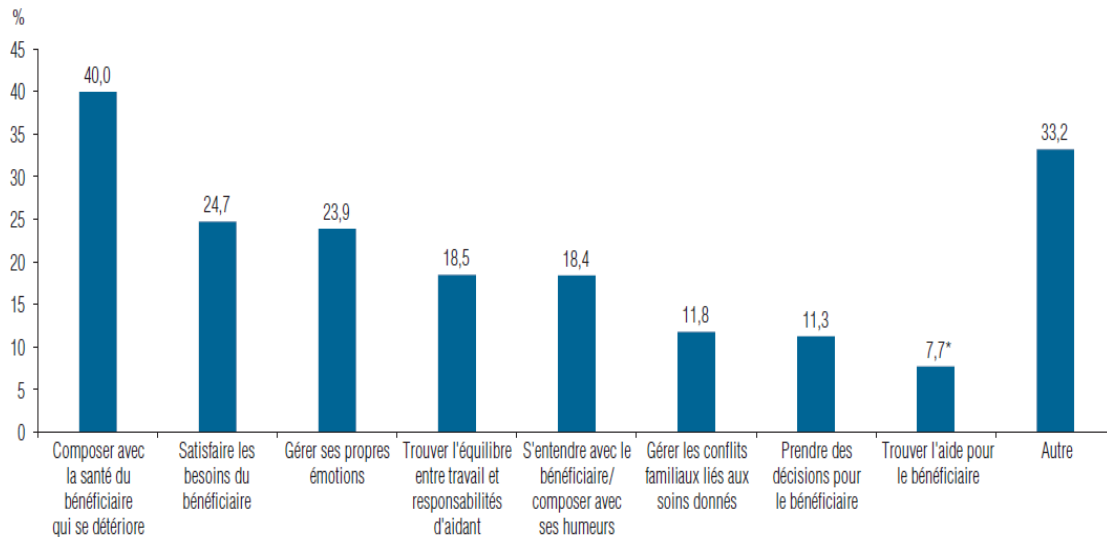
* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

Source : Statistique Canada, *Enquête sociale générale*, 2012, fichier de microdonnées à grande diffusion, adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

Lecours, C. (2015). *Coup d'œil sociodémographique. Portrait des proches aidants et les conséquences de leurs responsabilités d'aidant*. Institut de la statistique du Québec. Numéro 43.

Sept proches aidants sur dix sont stressés, notamment par la dégénérescence de l'état de santé de l'individu. Il s'agit du facteur le plus significatif.

Causes de stress¹, proches aidants âgés de 15 ans et plus trouvant les responsabilités d'aidant stressantes², Québec, 2012



1. Les personnes pouvaient mentionner plus d'une cause.

2. Il s'agit des proches aidants ayant mentionné que les responsabilités d'aidant sont très stressantes, stressantes ou quelque peu stressantes.

* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

Source : Statistique Canada, *Enquête sociale générale*, 2012, fichier de microdonnées à grande diffusion, adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

Lecours, C. (2015). *Coup d'œil sociodémographique. Portrait des proches aidants et les conséquences de leurs responsabilités d'aidant*. Institut de la statistique du Québec. Numéro 43.

Le Centre d'entraide aux aînés offre des sessions d'information au thème de la prévention pour préserver la santé des proches aidants. Les informations visent à prévenir l'épuisement et la détresse. Afin de répondre adéquatement aux besoins de l'aîné, l'individu doit être en capacité de ses moyens. Divers thèmes sont abordés afin de sensibiliser les proches aidants : les abus, la culpabilité, la gestion du stress, la recherche d'informations, la psychologie du vieillissement et ainsi de suite. Des groupes de soutien sont un service offert une fois par mois. Il permet aux proches aidants de socialiser, communiquer et partager leur vécu. Ils vivent des expériences similaires, ce qui leur permet de se comprendre et s'entraider. Le soutien individuel est également offert. De ce fait, le soutien est basé selon les besoins de la personne.

Centre d'entraide aux aînés. Où l'entraide se vit. *Programme auprès des proches aidants*. Repéré dans : <http://www.entraideauxaines.ca/>

La mobilisation et la concertation des acteurs, selon les recherches en développement et en évaluation de programme privilégient la reconnaissance des besoins des proches aidants. Tous les acteurs doivent être mobilisés, par exemple, les chercheurs, les organismes communautaires, le système de santé et de services sociaux ainsi que les proches aidants, leur famille et leur entourage. Des moyens pour soutenir les proches aidants sont les offres de répit, des groupes de soutien, des activités psychoéducatives et des sites interactifs par exemple. Les moyens les plus efficaces sont ceux qui reconnaissent l'expertise des proches aidants et les principes des programmes qui visent à satisfaire leurs besoins.



Vie et vieillissement. (2015). *Concertation et mobilisation, clés du soutien aux proches aidants*. Revue trimestrielle de l'Association québécoise de gérontologie. Volume 13. N° 2. Enregistrement NO 40050080.

Situation au Canada

Tableau 1
Caractéristiques des principaux bénéficiaires de soins, selon le type de logement, 2012

	Établissement de soins (réf.)	Logement avec services de soutien	À domicile, ménages séparés	À domicile, cohabitation
		nombre (en milliers)		
Total	743,5	438,3	3 338,4	881,3
		pourcentage		
Âge du bénéficiaire				
65 à 74 ans	11	9 ^E	27*	41*
75 à 84 ans	35	33	45*	37
85 ans et plus	55	58	27*	23*
Sexe du bénéficiaire				
Homme	23	23	31*	38*
Femme	77	77	69*	62*
Relation avec l'aidant				
Grand-parent	16	19	20	13
Ami ou voisin	11	10	17*	2 ^{E*}
Beau-père ou belle-mère	14	15	12	10
Père ou mère	47	46	45	42
Conjoint	2 ^E	F	0 ^{E*}	29*
Enfant	F	F	F	F
Autre famille	10	8 ^E	5*	3 ^{E*}
Principal problème de santé pour lequel le bénéficiaire a reçu de l'aide				
Maladie cardiovasculaire	12	8 ^{E*}	10	14
Cancer	6 ^E	4 ^E	11*	9
Santé mentale	3 ^E	2 ^E	2	2 ^E
Maladie d'Alzheimer	25	11*	4 ^{E*}	8*
Maladie neurologique	5 ^E	F	2*	5 ^E
Vieillesse ou fragilité	34	53*	44*	29
Autres problèmes de santé chroniques	15	21*	26*	32*
Gravité du problème de santé¹				
Léger	9 ^E	12 ^E	17*	15*
Moyen	31	43	41	39*
Grave	60	45*	42*	45

^E à utiliser avec prudence

F trop peu fiable pour être publié

* valeur significativement différente de la catégorie de référence (réf.)

1. N'inclut pas les personnes qui ont déclaré que la raison pour laquelle ils fournissaient des soins était le vieillissement ou la fragilité.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2012.

Il y a davantage de femmes que d'hommes proches aidants. La catégorie d'âge qui comprend le plus haut pourcentage des proches aidants est celle des gens âgés entre 55 à 64 ans. La majorité d'entre eux travaillent ou ils sont à la recherche d'un emploi, ils ont des études postsecondaires inférieures au diplôme universitaire, ils sont canadiens et ils n'ont pas d'enfants.

Caractéristiques des proches aidants dont le bénéficiaire principal est un aîné, selon le type de logement du bénéficiaire principal, 2012

	Établissement de soins (réf.)	Logement avec services de soutien	À domicile, ménages séparés	À domicile, cohabitation
	pourcentage			
Sexe du proche aidant				
Homme	46	44	47	45
Femme	54	56	53	55
Âge du proche aidant				
15 à 24 ans	9 ^E	10 ^E	13	12
25 à 34 ans	10 ^E	10 ^E	10	12 ^E
35 à 44 ans	7	5 ^{E*}	16*	12
45 à 54 ans	22	24	31*	19
55 à 64 ans	32	36	20*	16*
65 à 74 ans	15	11*	7*	16
75 ans et plus	4 ^E	4 ^E	3	12*
Situation d'activité du proche aidant				
Travail ou recherche d'emploi	59	62	67*	46*
Études	8 ^E	6 ^E	10	10 ^E
Retraite	27	23	14*	28
Autre	7	9 ^{E*}	9*	15
Niveau de scolarité				
Moins qu'un diplôme d'études secondaires	11	8 ^E	12	18*
Diplôme d'études secondaires	26	21*	27	32
Études postsecondaires inférieures au diplôme universitaire	31	41*	34	28
Diplôme universitaire	32	31	27*	22*
Statut d'immigrant				
Non	89	92	88	74*
Oui	11	8 ^E	12	26*
Présence d'enfants				
Non	74	70	59	80
Oui, mais uniquement âgés de 15 à 24 ans	14	15	16	8 ^{E*}
Oui, a des enfants âgés de 14 ans et moins	12	15	25*	13

^E à utiliser avec prudence

* valeur significativement différente de la catégorie de référence (réf.)

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2012.

Le symptôme de détresse psychologique le plus répandue au Canada chez les proches aidants en 2012 est l'inquiétude et l'angoisse ainsi que la fatigue. Les proches aidants accordent généralement plusieurs heures par semaines afin d'effectuer leurs responsabilités, donc inévitablement, il y a des conséquences sociales. Par exemple, l'individu en question peut passer moins de temps avec son conjoint, ses enfants, ses amis, des activités sociales, de détente et ainsi de suite.

Conséquences subies par les proches aidants au cours des 12 derniers mois¹, selon le type de logement du bénéficiaire principal, 2012

	Logement			
	Établissement de soins (réf.)	avec services de soutien	À domicile, ménages séparés	À domicile, cohabitation
	pourcentage			
Symptômes de détresse psychologique				
S'est senti fatigué	56	48	43*	54
Inquiet ou angoissé	60	55	49*	61
Débordé	36	33	26*	40
Seul ou isolé	17	13 ^E	11*	27*
Colérique ou irritable	34	36	29	46*
Mécontent	24	22	15*	23
Déprimé	22	19	14*	23
A éprouvé une perte d'appétit	12 ^E	11 ^E	8	15
Des problèmes de sommeil	36	34	26*	40
Conséquences sur la santé				
Incidence sur l'état de santé de l'aidant	26	18	14*	26
Responsabilités physiquement ardues	29 ^E	35 ^E	32	39
A consulté un professionnel de la santé pour ses propres problèmes de santé causés par ses responsabilités d'aidant	20	14	12*	20
A subi des blessures en exécutant ses tâches d'aidant	3 ^E	4 ^E	4	6 ^{E*}
Montant dépensé (non remboursé) au cours de l'année, pour les différents types de dépenses				
0 \$	33	34	43*	37
1 \$ à moins de 500 \$	22	24	27	18
500 \$ à moins de 2 000 \$	27	24	18*	17*
2 000 \$ et plus	18	18	12*	27*
Conséquences sociales				
Réduit le temps passé avec le conjoint	52	51	43*	55
Réduit le temps passé avec les enfants	44	37	33*	36*
Réduit le temps passé avec les amis	51	42*	38*	53
Réduit le temps des activités sociales	58	49	43*	60
Réduit le temps de détente	57	53	49*	53
Des tensions dans les relations familiales	33	23*	21*	29

^E à utiliser avec prudence

* valeur significativement différente de la catégorie de référence (réf.)

1. Proches aidants ayant fourni 2 heures de soins ou d'aide ou plus par semaine.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2012.

Conclusion

Les proches aidants apportent une aide volontaire aux individus en difficulté, dans ce cas-ci, aux aînés. Ils consacrent des heures de leur temps personnel afin de subvenir aux besoins et favoriser l'accomplissement de certaines tâches des aînés. Il est nécessaire de bien cerner les enjeux découlant de la responsabilité d'être un proche aidant. Il peut être ardu de concilier les sphères familiales, sociales, professionnelles, scolaires et ainsi de suite. Le proche aidant peut démontrer des symptômes de détresse psychologique et un manque de soutien des pairs par exemple. C'est ainsi que des organismes sont mis en place afin d'informer et sensibiliser la population ainsi que les proches aidants directement.

