



# BAROMÈTRE DES AIDANTS QUATRIÈME VAGUE

Septembre 2018

CONTACT BVA Opinion :

Anne-Laure Gallay, Directrice des études institutionnelles

Paloma Martinez, Chargée d'études

# LE CADRE DE L'INTERVENTION

# Sommaire

p.06

**Notoriété du thème « Aidants »**

p.08

**Identification et qualification des aidants**

p.19

**Portrait des aidants**

p.22

**L'incidence de la situation d'aidant sur l'aidant et sa santé**

p.31

**Comment aider les aidants ?**

p.37

**Focus sur la santé des aidants**

p.43

**Principaux enseignements**

# Méthodologie



## Recueil

Enquête réalisée par BVA les **25-26 mai et 8-9 juin 2018** par **téléphone**.



## Echantillon

Echantillon de **2007 personnes**, représentatif de la population française âgée de **15 ans et plus**.

Au sein de cet échantillon, ont été interrogés :



**456** aidants





**1551** non-aidants

Cet échantillon a été constitué d'après **la méthode des quotas** : sexe, âge, profession du chef de famille, région de résidence et catégorie d'agglomération.



## Évolutions

Les **rappels signalés** (xx%) dans ce rapport correspondent aux **résultats enregistrés en juin 2017**, date de la précédente vague.

Les flèches (   ) soulignent les évolutions les plus importantes par rapport à la dernière vague.

# Contexte

## L'aide aux Aidants, « une responsabilité nationale »

Aujourd'hui, la France fait face à un véritable enjeu de vieillissement de la population. Si les tendances démographiques se confirment, en 2050, la population française comptera 70 millions d'habitants et 1 habitant sur 3 sera âgé de 60 ans et plus (contre 1 habitant sur 5 en 2005)<sup>1</sup>.

Conséquence de cette tendance et du nombre croissant de personnes âgées, de plus en plus de Français se voient endosser le rôle d'aidant pour venir soutenir leur proche en situation de vieillesse, aux côtés des aidants accompagnant déjà des personnes en situation de maladie ou de handicap. Or, ces aidants sont souvent actifs, posant notamment la question de la difficile articulation entre leur vie professionnelle et ce rôle.

Le rapport sur l'emploi des travailleurs handicapés, remis par Dominique Gillot au gouvernement en juin, consacre un tome à la conciliation rôle d'aidant/vie professionnelle et dresse des perspectives pour renforcer l'aide aux Aidants. Il présente notamment des pistes d'amélioration en matière de conciliation entre le rôle des proches aidants et leur vie professionnelle. Un enjeu qui est qualifié comme « une responsabilité nationale ».

Dans ce contexte, la Fondation April a souhaité réaliser **la quatrième vague** de son baromètre d'aidants afin de pouvoir anticiper les changements au sein de cette communauté d'aidants, mais aussi afin de mieux **appréhender les attentes** qu'ils pourraient avoir vis-à-vis de leur situation. Cette année, **un focus est réalisé sur la santé des aidants**, thème de la journée nationale des aidants du 6 octobre prochain.

Cette étude permet d'une part de **mesurer la part d'aidants au sein de la population française** ainsi que son évolution, mais aussi d'illustrer la diversité des situations qui peut aller de l'aide régulière d'un voisin ayant du mal à se déplacer, à l'aide quotidienne apportée à un membre de la famille au sein du foyer.

Enfin, cette étude « miroir » permet **de confronter la perception des non-aidants au vécu des aidants**, afin de connaître l'état de l'opinion française sur le sujet.

1. « Projections de population pour la France métropolitaine à l'horizon 2050 », *Insee Première* n° 1089, juillet 2006. Disponible sur : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1280826>

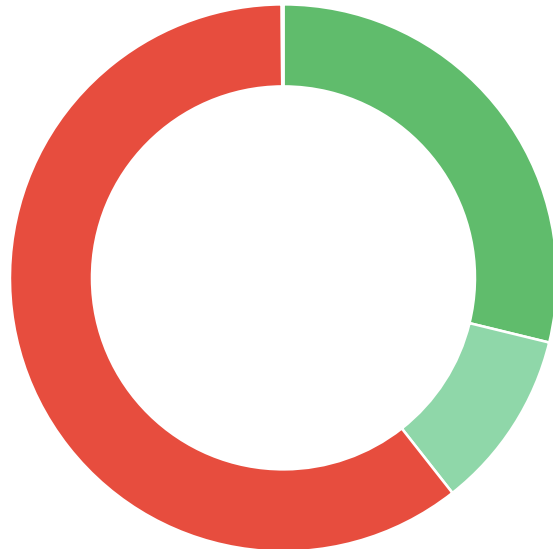
# NOTORIÉTÉ DU THÈME « AIDANTS »

# La thématique des « aidants », un sujet de plus en plus connu par les Français : 2 sur 5 déclarent en avoir déjà entendu parler, dont près de 30% en ont une idée précise

## Q1. Avez-vous déjà entendu parler du thème des « aidants » ?

Base : À tous (2007 personnes / Aidants = 456 personnes / Non-aidants = 1551)

Non, vous n'en avez jamais entendu parler  
**60%**

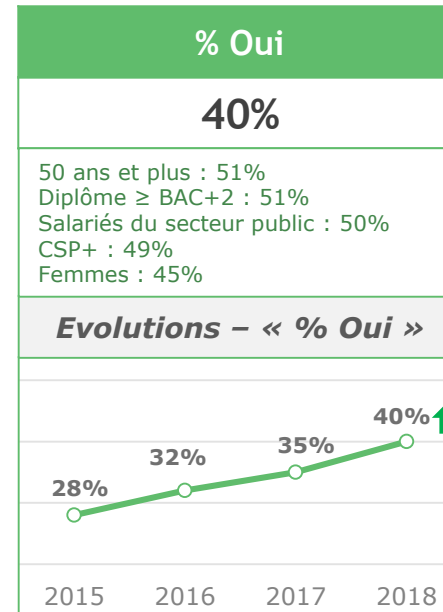


Oui, et vous avez une idée précise de ce dont il s'agit  
**29%**

Rappel juin 2017 : 28%

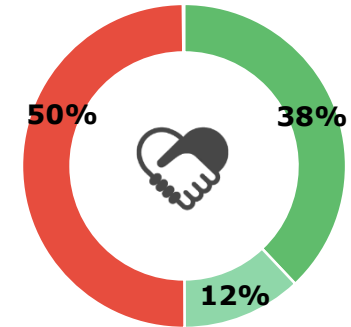
Oui, mais vous n'avez pas d'idée précise de ce dont il s'agit  
**11%↑**

Rappel juin 2017 : 7%



### Après des Aidants

Rappel juin 2017 : 46%

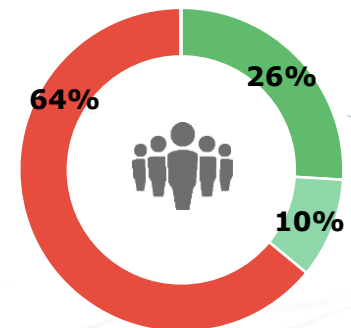


% Oui  
**50%↑**

Rappel juin 2017 : 37%

### Après des Non Aidants

Rappel juin 2017 : 33%



% Oui  
**36%↑**

Rappel juin 2017 : 26%

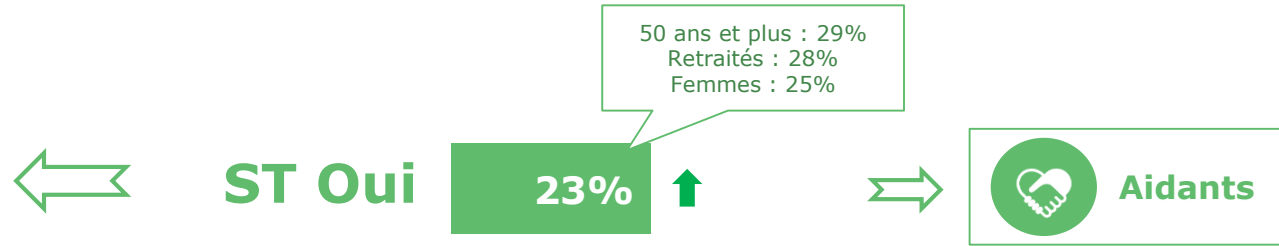
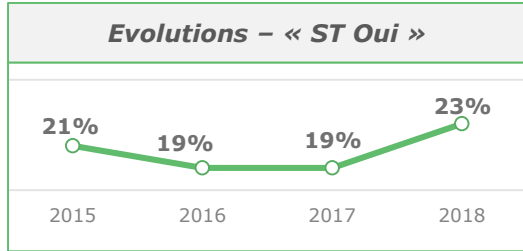
# IDENTIFICATION ET QUALIFICATION DES AIDANTS



# Plus de 2 Français sur 10 affirment apporter de l'aide de manière bénévole à un ou plusieurs proches en situation de dépendance : la proportion d'aidants augmente

**Q2. Vous-même, actuellement, apportez-vous régulièrement et bénévolement une aide à un (ou plusieurs) proche(s) malade(s), en situation de handicap ou dépendant(s) (que cette personne vive chez vous, à son domicile ou en institution) ?** Par « régulièrement », nous entendons « au moins quelques jours par mois ou plusieurs semaines d'affilée dans l'année »

Base : À tous (2007 personnes / Aidants = 456 personnes / Non-aidants = 1551)



Rappel juin 2017

Oui, vous aidez **un proche en situation de dépendance due à la vieillesse**



Oui, vous aidez **un proche malade** (maladie grave, chronique ou invalidante)



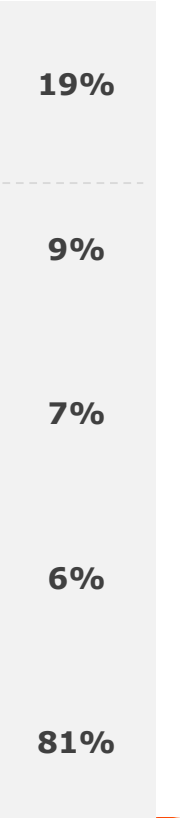
Oui, vous aidez **un proche en situation de handicap**



**Non**



Ouvriers : 85%  
Moins de 35 ans : 82%  
Hommes : 80%



Total supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles

# Une évolution liée au vieillissement de la population : 57% des aidants déclarent s'occuper de proches en situation de dépendance due à la vieillesse, un score qui atteint son plus haut niveau depuis 2015

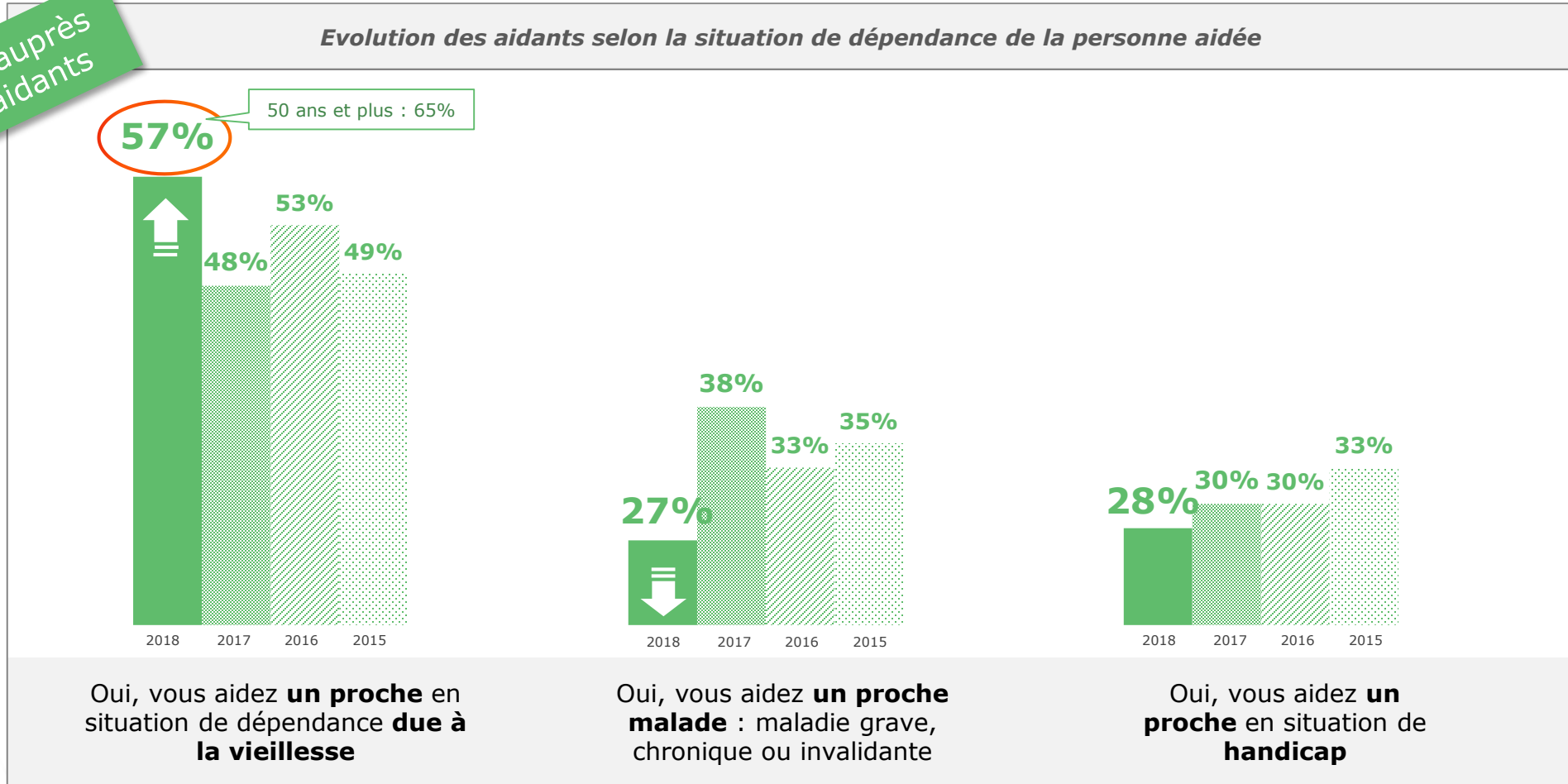
Q2. Vous-même, actuellement, apportez-vous régulièrement et bénévolement une aide à un (ou plusieurs) proche(s) malade(s), en situation de handicap ou dépendant(s) (que cette personne vive chez vous, à son domicile ou en institution) ? Par « régulièrement », nous entendons « au moins quelques jours par mois ou plusieurs semaines d'affilée dans l'année »

Base : Aux Aidants = 456 personnes



Détail auprès des aidants

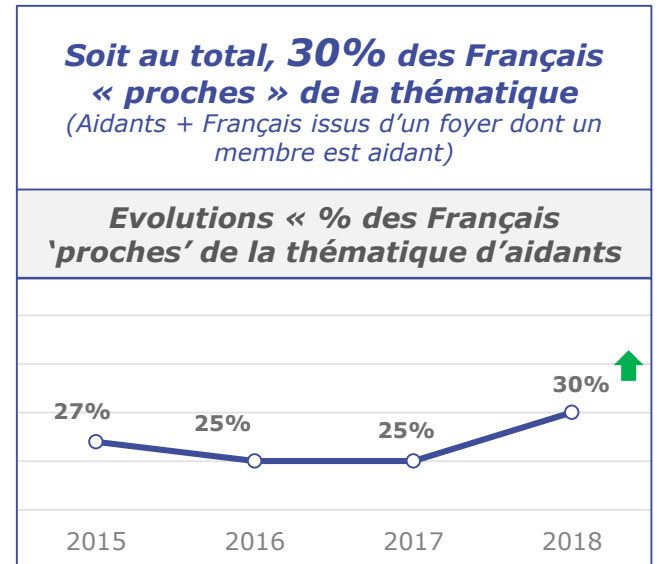
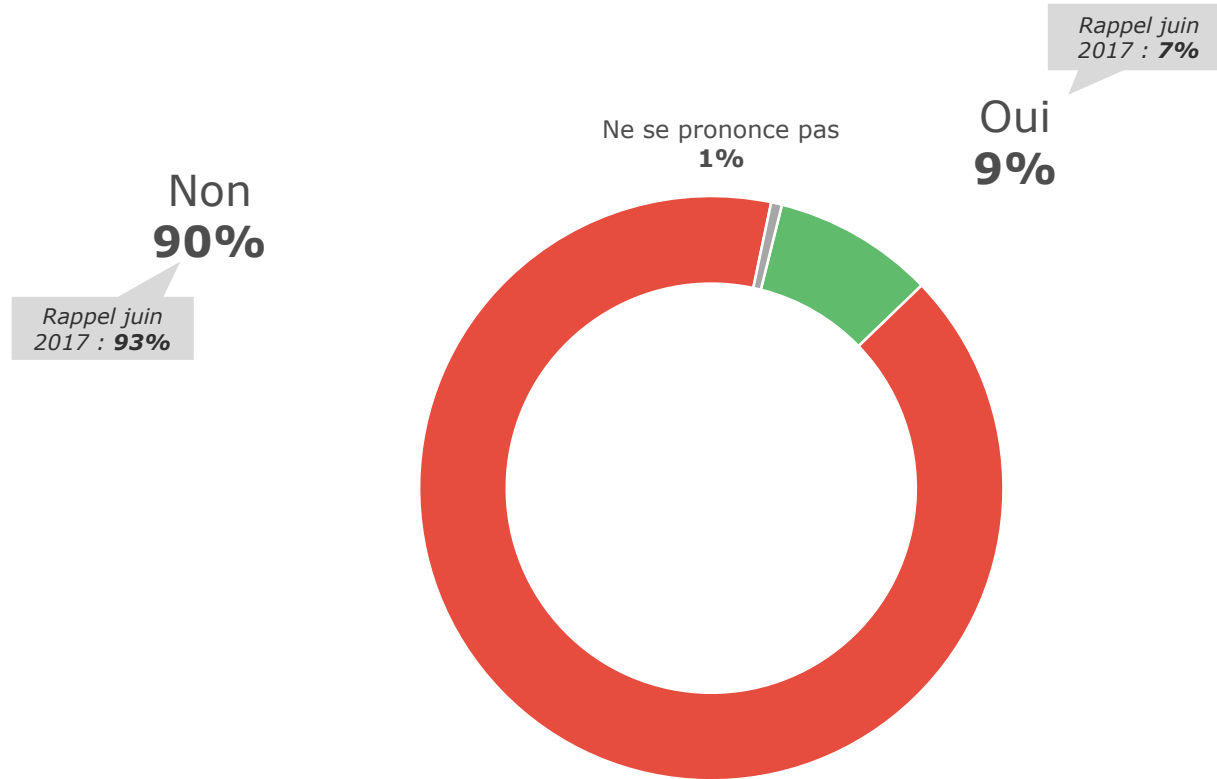
Evolution des aidants selon la situation de dépendance de la personne aidée



# Un sujet qui touche directement ou indirectement 3 Français sur 10, un résultat qui progresse de 5 points par rapport à 2017

Q2BIS. Au sein de votre foyer, y a-t-il une personne qui apporte régulièrement et bénévolement une aide à un proche qui est malade, en situation de handicap ou dépendant ?

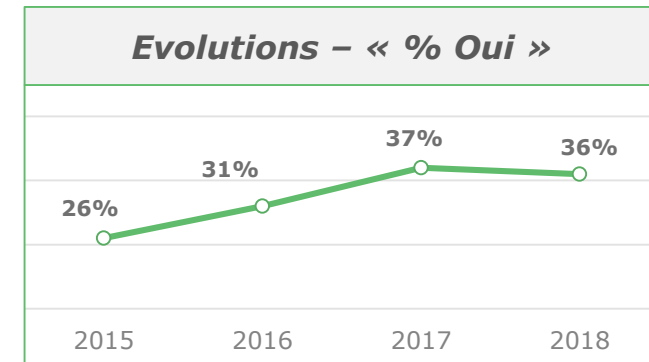
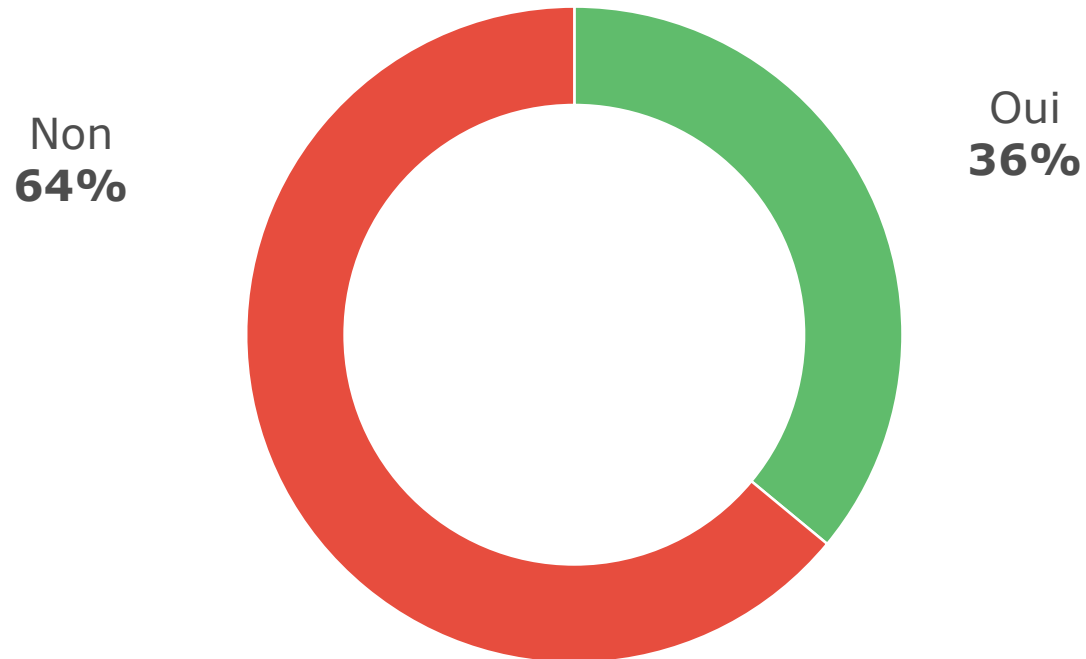
Base : Aux *non aidants* (1551 personnes)



# Cependant, la proportion d'aidants se considérant comme tels reste stable, signe d'un décalage entre leur rôle quotidien et l'identification à ce statut

## Q1bis. Vous-même, vous considérez-vous comme un aidant ?

Base : Aux aidants ayant déjà entendu parler du terme « Aidants » (226 personnes) → Les données présentées ont été recalculées sur la base Aidants



# Le pourcentage d'aidants indiquant prendre soin de plusieurs personnes augmente : un tiers des aidants affirme s'occuper de plusieurs proches, notamment ceux qui aident un de leurs parents

Q3. À combien de proches venez-vous en aide ?

Base : Aux aidants (456 personnes)



1



Passent 40h ou plus à aider : 85%  
Aident leur conjoint/e : 81%  
Vit avec l'aidé : 78%



Rappel juin 2017

72%



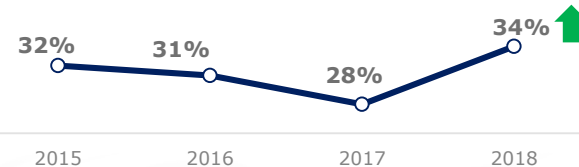
2



**Plusieurs personnes : 34%**

Aident leur/s parent/s : 41%  
Ont tendance à délaissé sa propre santé : 41%  
La personne aidée vit à son domicile : 40%

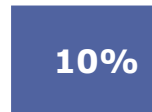
*Evolutions - « Plusieurs personnes »*



17%



3 ou plus



11%

# Si la majorité des aidés habitent à leur domicile, la proportion de ceux qui vivent en institution progresse par rapport à l'année dernière

## Q4. Ce(s) proche(s) vit-il (vivent-ils)...

Base : Aux aidants (456 personnes)



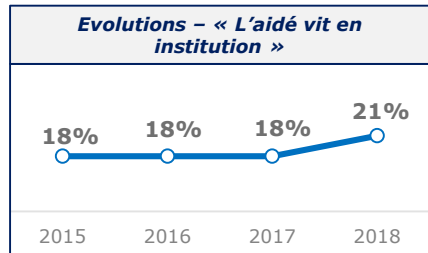
À son / leur domicile



Aident plusieurs proches : 80%  
Aident pour les activités domestiques : 78%  
CSP+ : 76%  
Passent 5h-10h à aider : 74%

Rappel juin 2017

66%



En institution



Aident un de leurs grands parents : 26%  
Apportent un soutien moral : 25%  
Aident un de leurs parents : 23%

Chez vous



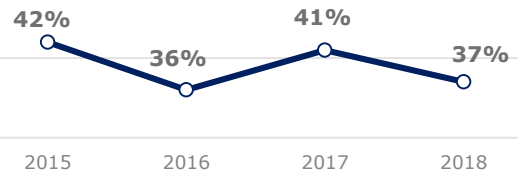
65 ans et plus : 20%  
Passent 40h ou plus à aider : 56%

Ailleurs



L'aidé vit autre part que chez lui : 37% ↓

**Evolutions – « L'aidé vit autre part que chez lui »**



18%

19%

5%

Total supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles

# 4 aidants sur 10 s'occupent régulièrement et de manière bénévole de leurs parents, un chiffre qui augmente de 2 points par rapport à 2017

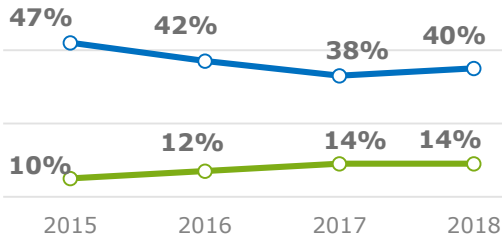
## Q5. L'aide que vous apportez concerne-t-elle...

Base : Aux aidants (456 personnes)

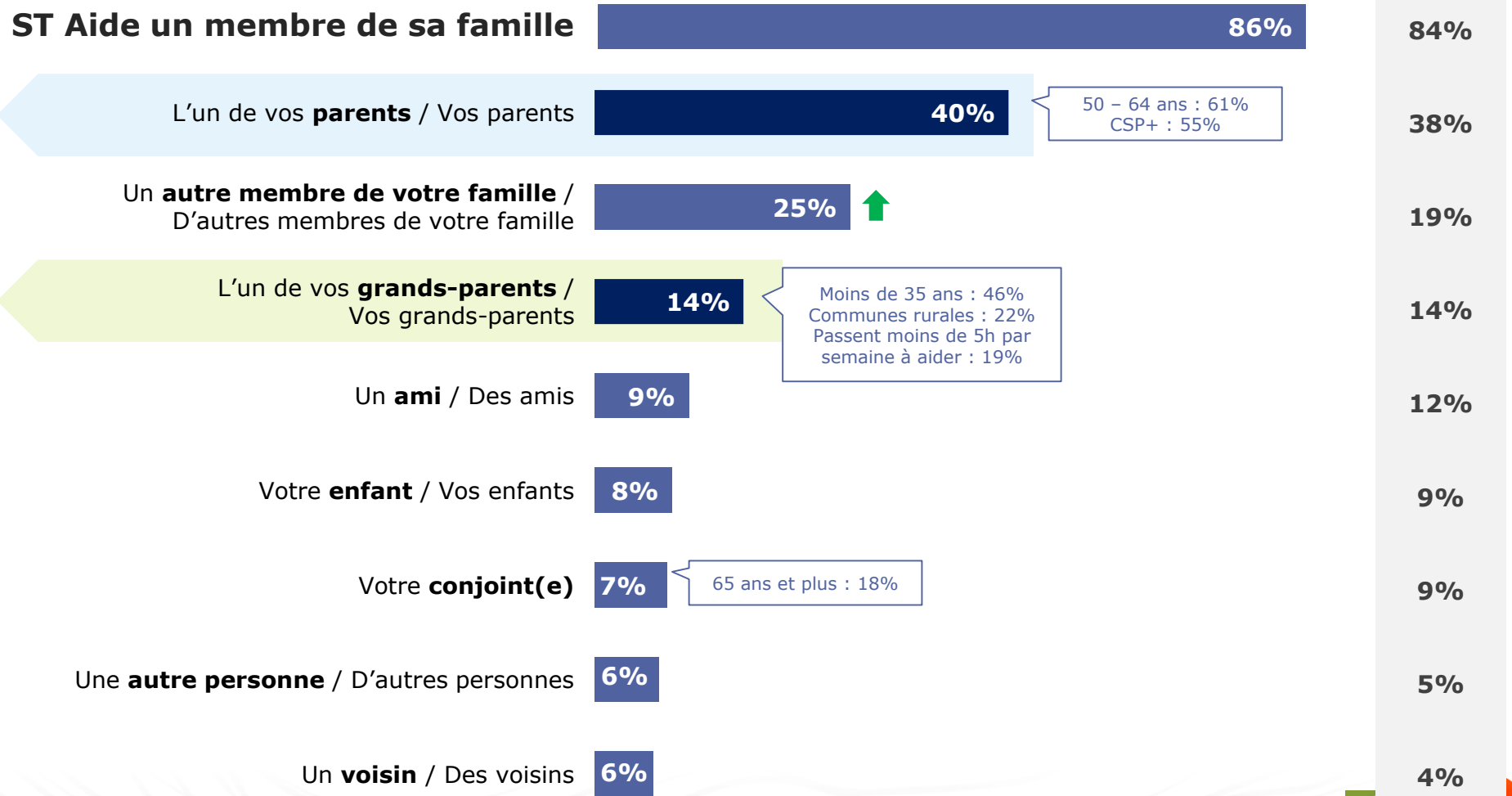


### Evolutions :

- L'un de vos parents / Vos parents
- L'un de vos grands-parents / Vos grands-parents



### ST Aide un membre de sa famille

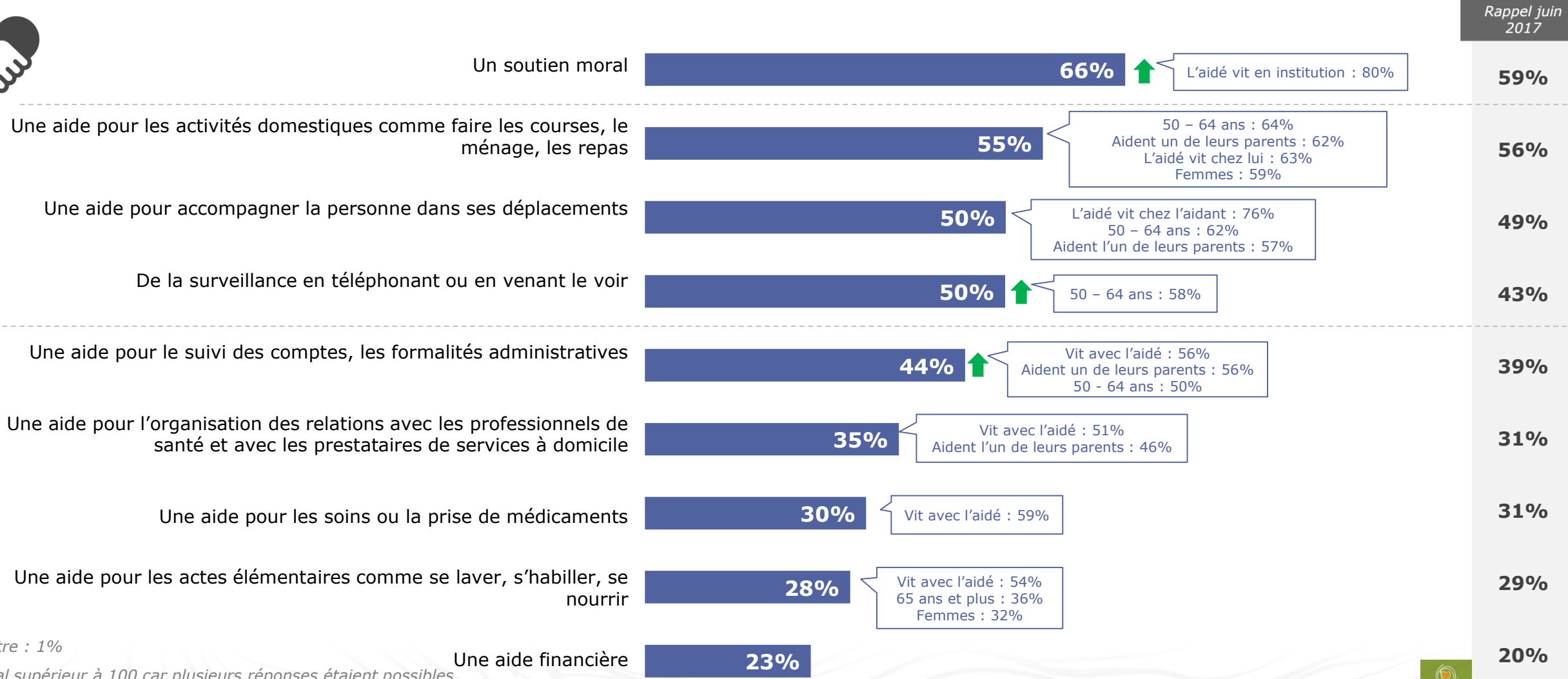


Total supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles

# Le soutien moral et l'assistance pour les activités domestiques restent les principales aides apportées par les aidants ; augmentent la surveillance en téléphonant à l'aidé et l'aide pour les démarches administratives

**Q7. Plus précisément, quel(s) type(s) d'aide apportez-vous à votre (vos) proche(s) malade(s), en situation de handicap ou dépendant(s) ?**

Base : Aux aidants (456 personnes)



Autre : 1%  
Total supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles





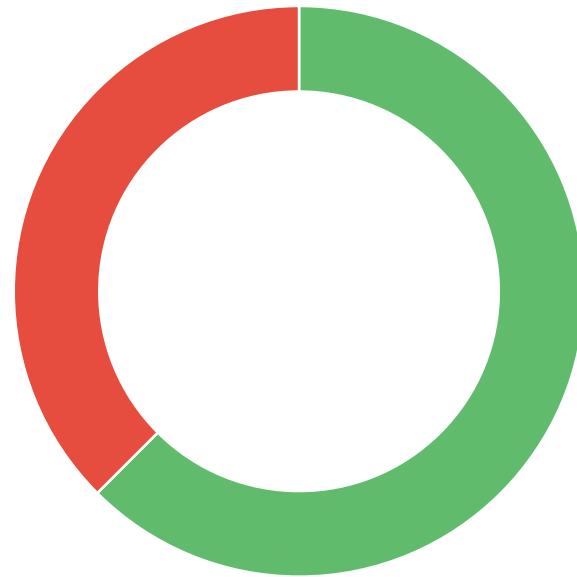
# Indiquant être seuls à prendre soin des proches aidés, près de 4 aidants sur 10 ne bénéficient pas d'aide extérieure, alors qu'ils sont souvent eux-mêmes âgés

Q6. En dehors de vous, y a-t-il d'autres personnes qui aident bénévolement et régulièrement ce(s) proche(s) ?

Base : Aux aidants (456 personnes)



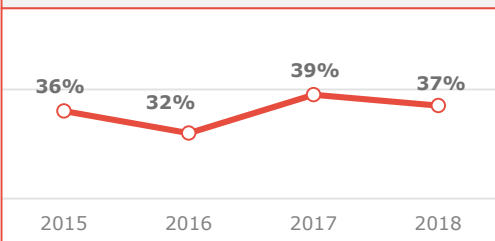
Non  
37%



Oui  
63%

Rappel juin  
2017 : 61%

Evolutions – « % Non »



## Ceux qui bénéficient du soutien d'autres personnes pour aider leur proche

- Communes rurales : 73%
- CSP+ : 72%
- Moins de 35 ans : 70%
- Passent moins de 5h par semaine à aider : 69%
- L'aidé vit à son domicile : 68%



## Ceux qui aident leur proche seuls

- Vit avec l'aidé : 65%
- 65 ans et plus : 48%
- Ont tendance à délaissé sa propre santé : 44%

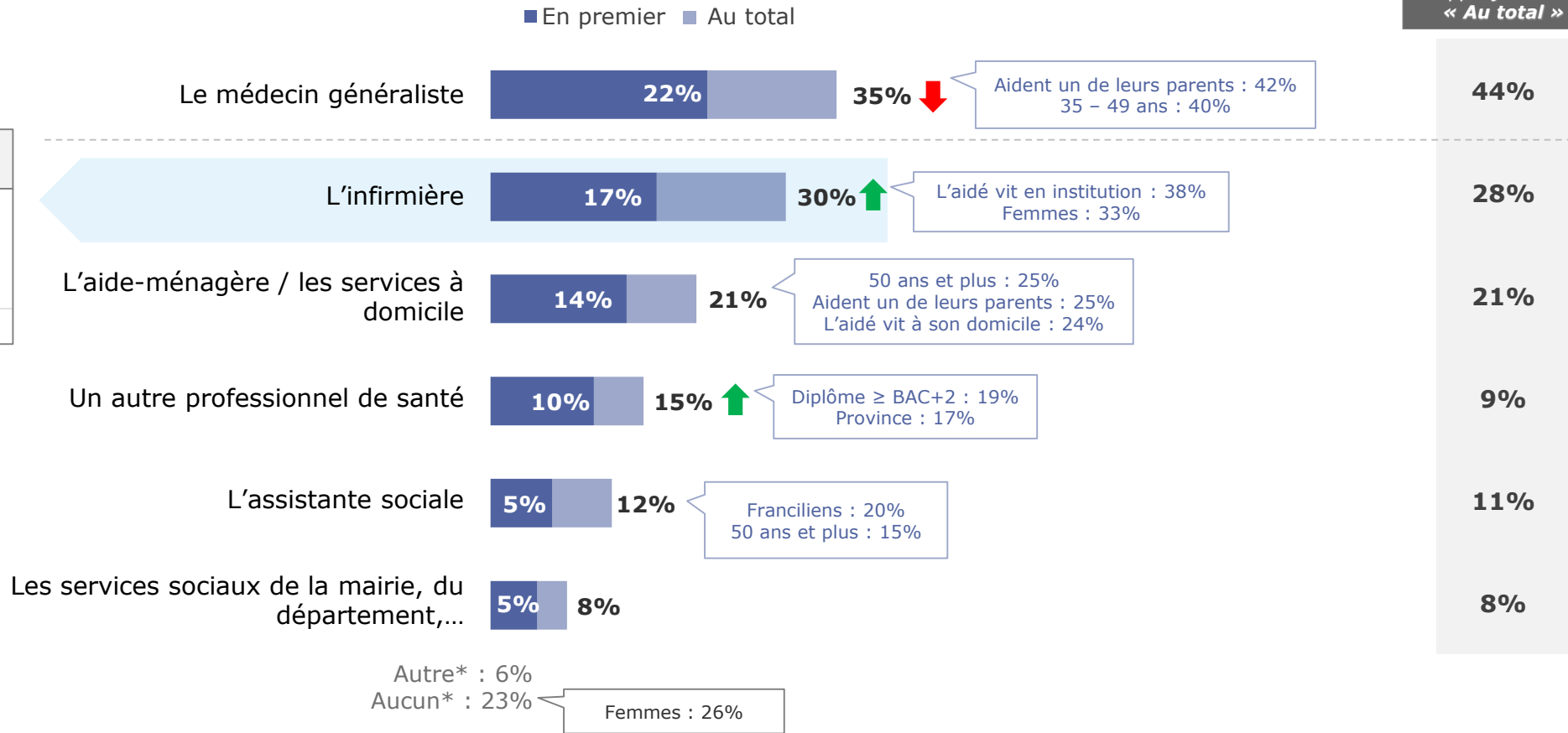
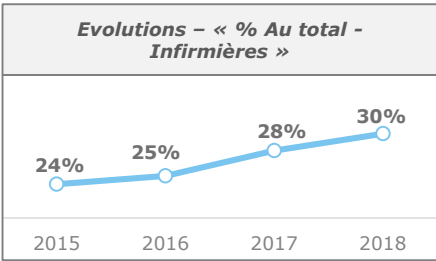
# Le médecin généraliste reste l'acteur qui soutient le plus l'aidant, mais c'est un appui en déclin (35%, -9 points), quand le soutien apporté par les infirmières est en progression (+6 points par rapport à 2015)

**Q14. Qui, parmi les acteurs suivants, vous soutient le plus dans votre rôle d'aidant ?**

Base : Aux aidants (456 personnes)



Rappel juin 2017  
« Au total »



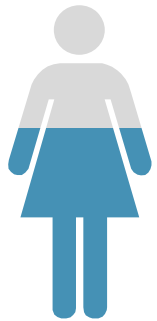
Total supérieur à 100 car deux réponses étaient possibles

\* Items non cités

# PORTRAIT DES AIDANTS

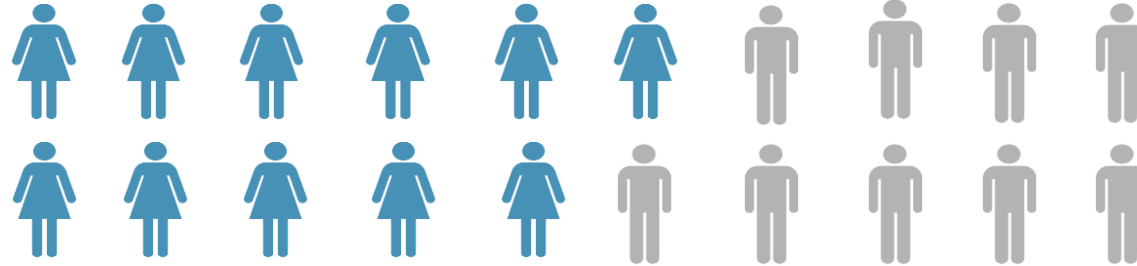
# Les aidants : une population majoritairement féminine et active...

Quel est le profil des aidants ?



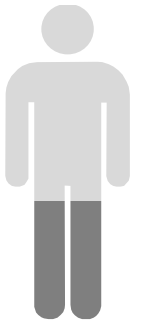
**Femmes**  
**58%**

Rappel juin 2017 : **58%**

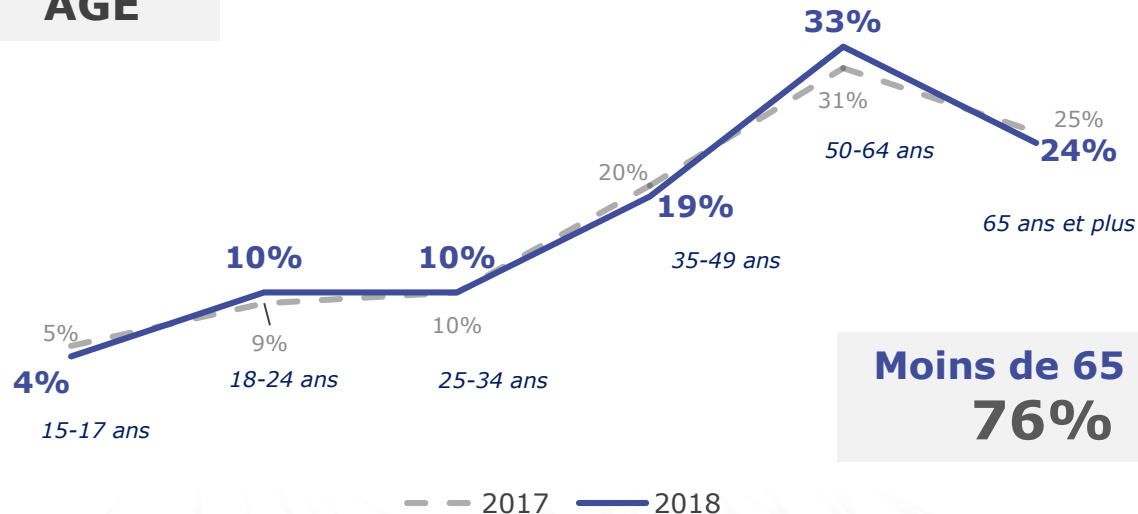


**Hommes**  
**42%**

Rappel juin 2017 : **42%**



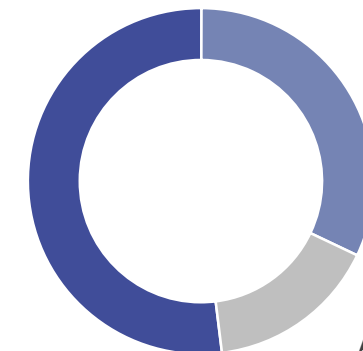
## ÂGE



## SITUATION

**Actifs**  
**52%**  
Dont salariés : 44%

Rappel juin 2017 : **51%**



**Retraités**  
**32%**

Rappel juin 2017 : **33%**

Autres inactifs : 16%

# ...qui aide généralement un membre de la famille se trouvant en situation de dépendance due à la vieillesse

À qui les aidants apportent-ils de l'aide ?



## Proximité avec le proche aidé

Aide un membre de sa famille :

**86%**

dont aide l'un de ses parents : 40%

Rappel juin 2017 : 84%



## Type de dépendance du proche aidé

Aide un proche en situation de dépendance due à la vieillesse :

**↑ 57%**

Rappel juin 2017 : 48%



# Rappel : si les aidants s'occupent de plus de personnes, il est à noter que la proportion des ceux habitant avec la personne aidée est moindre qu'en 2017 (-5 points)

À qui les aidants apportent-ils de l'aide ?



## Nombre de proches aidés

1,6 personnes aidées en moyenne

Rappel juin 2017



1 personne aidée  
66%

72%



2 ou 3 personnes aidées  
34% ↑

28%



Les multi-aidants s'occupent généralement de proches en dehors de leur cercle familial

## Lieu de résidence des proches aidés

Rappel juin 2017



Vivent à leur domicile  
67%

66%



En institution  
21% ↑

18%



Chez l'aidant  
14% ↓

19%

# L'INCIDENCE DE LA SITUATION D'AIDANT SUR L'AIDANT ET SA SANTÉ

# Près d'un cinquième des aidants consacrent 20h et plus à aider leur proche, un temps consacré à l'aidant toujours surestimé par les non-aidants

**Q8. Combien de temps passez-vous par semaine en moyenne à aider votre (ou vos) proche(s) ?**

Base : Aux aidants (456 personnes)

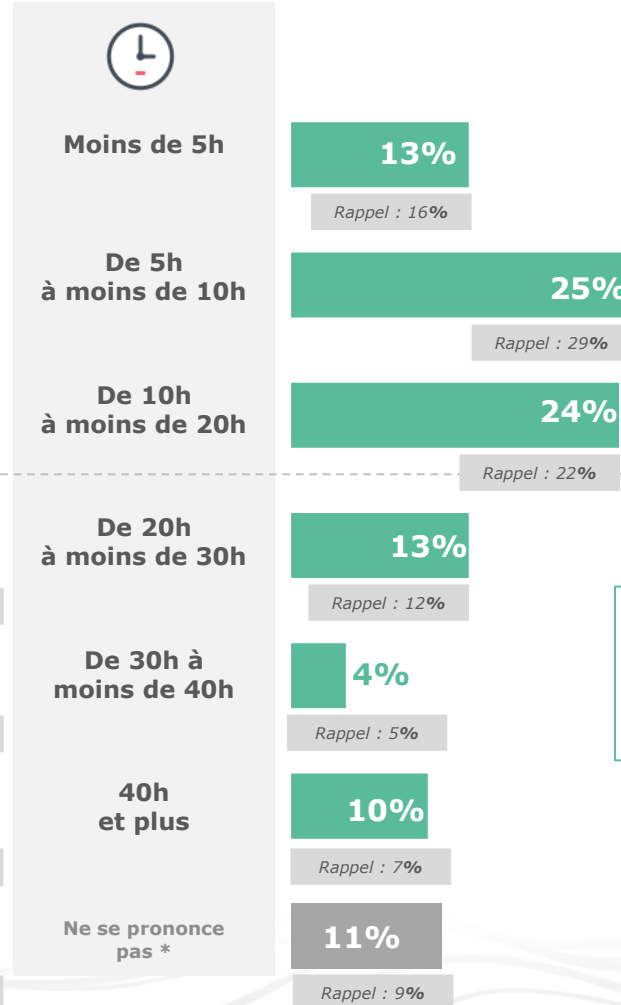
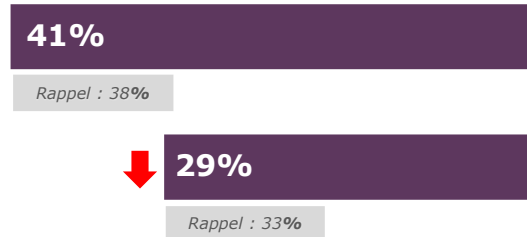
**Q9. D'après vous, lorsque l'on est dans cette situation « d'aidant » pour un proche, combien de temps passe-t-on par semaine en moyenne à aider la personne ?**

Base : Aux non aidants (1551 personnes)



Moins de 20h par semaine en moyenne : **82%**  
Rappel : 83%

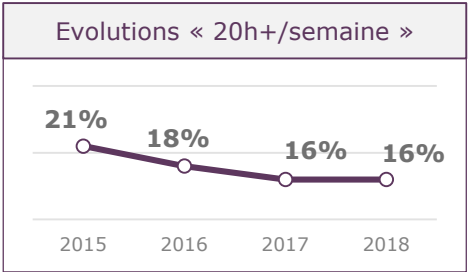
CSP+ : 87%



20h et plus par semaine en moyenne : **16%**

Vit avec l'aidé : 48%  
Retraités : 21%

20h et plus par semaine en moyenne : **27%**  
Rappel : 24%

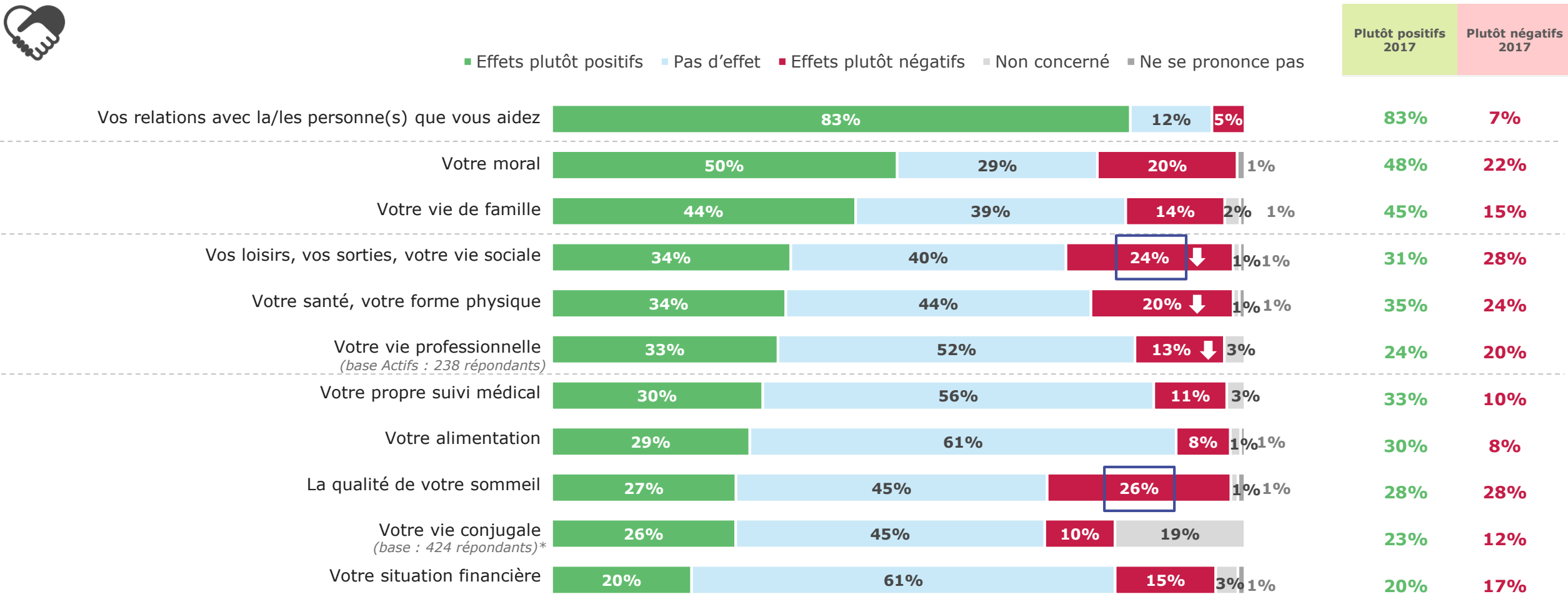


\*Item non cité



# Pour un quart des aidants, prendre soin de leur proche dépendant a des effets plutôt négatifs sur la qualité de leur sommeil et leur vie sociale

**Q10. Diriez-vous que votre situation « d'aidant » a des effets plutôt positifs, plutôt négatifs ou pas d'effet du tout sur...**  
*Base : Aux aidants (456 personnes)*



\* Non posée aux personnes aidant leur conjoint(e)



# Les non-aidants sont généralement plus nombreux que les aidants à percevoir l'impact négatif de ce statut, notamment en ce qui concerne la vie sociale et la santé de l'aidant

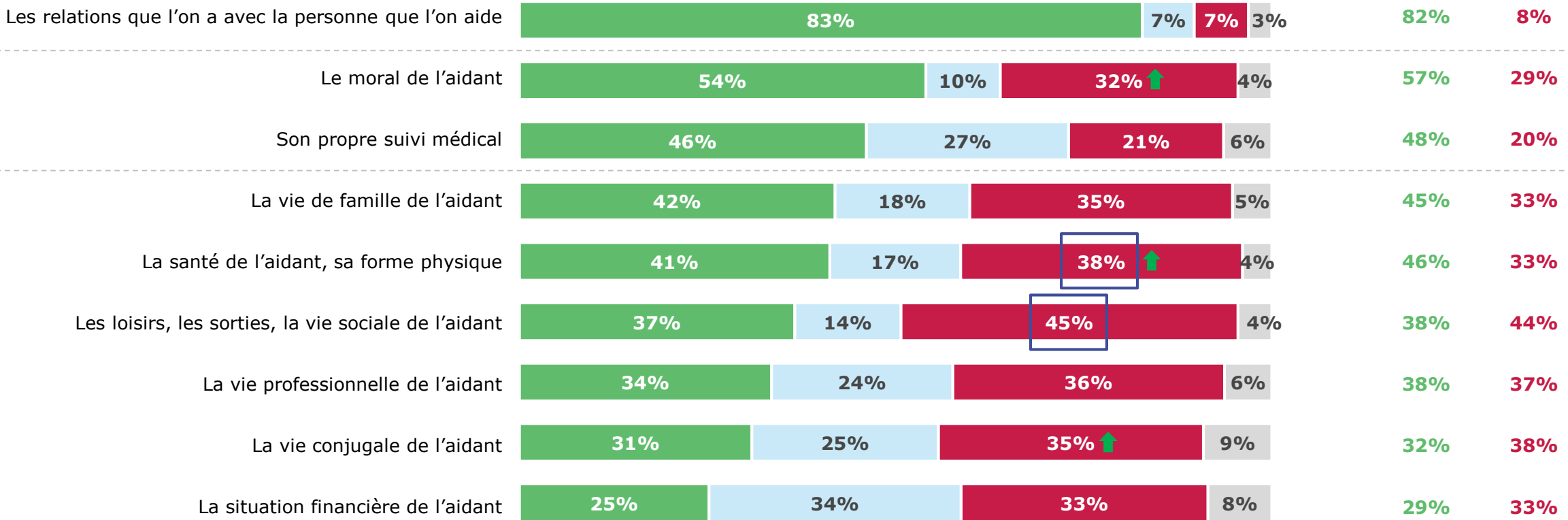
**Q11. D'après vous, la situation « d'aidant » a-t-elle des effets plutôt positifs, plutôt négatifs, ou pas d'effet du tout sur...**

Base : Aux non aidants (1551 personnes)



■ Effets plutôt positifs ■ Pas d'effet ■ Effets plutôt négatifs ■ Ne se prononce pas

Plutôt positifs 2017 Plutôt négatifs 2017



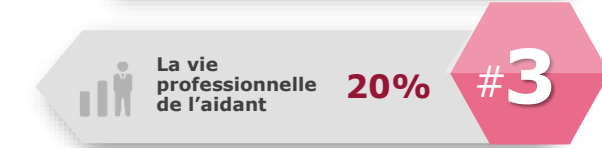
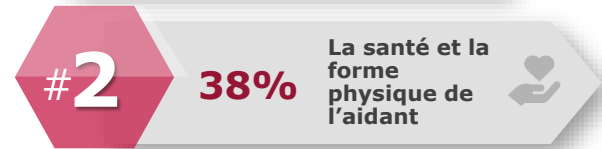
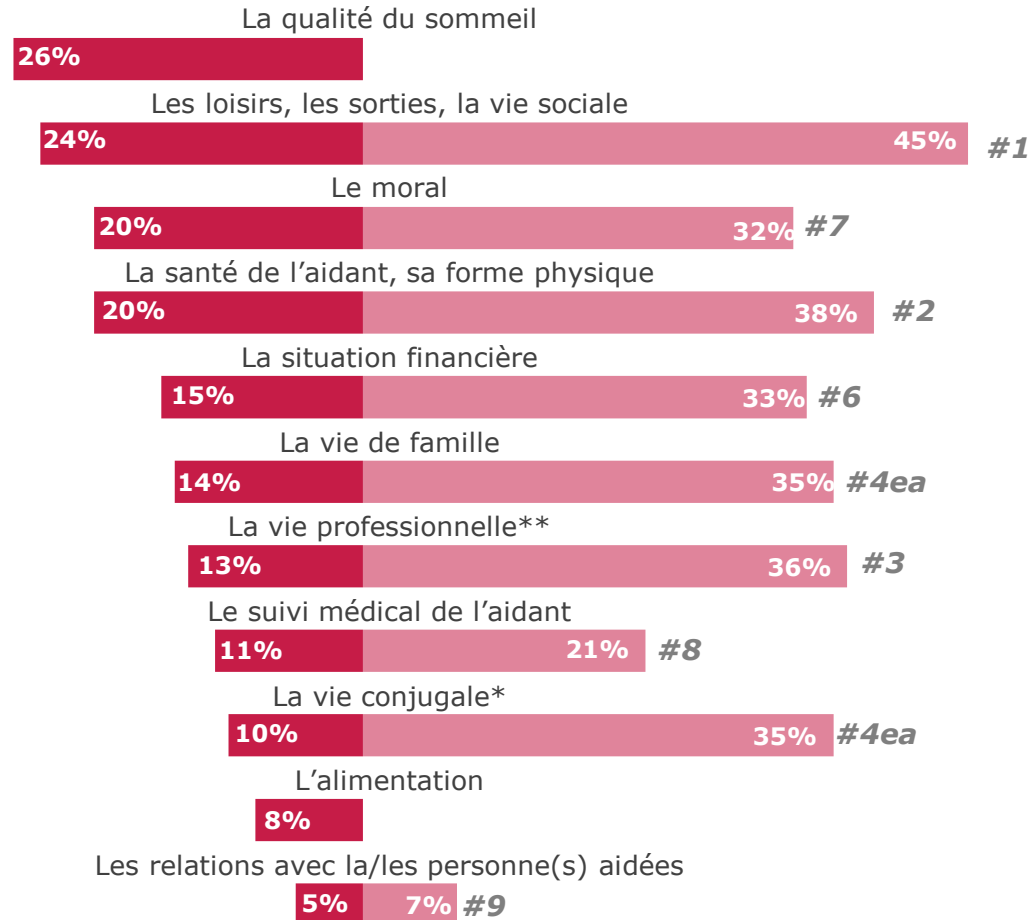
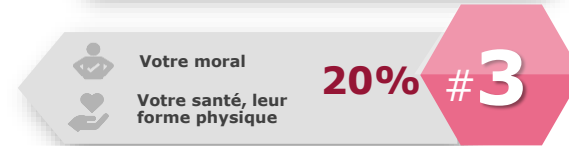
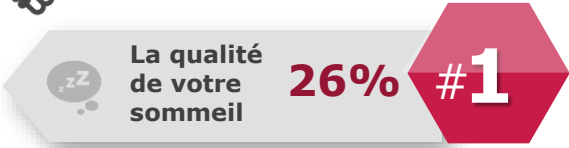
# Impact de la situation d'aidant – Récapitulatif « Effets plutôt négatifs » (1/2)

**Q10. Diriez-vous que votre situation « d'aidant » a des effets plutôt positifs, plutôt négatifs ou pas d'effet du tout sur...**

Base : Aux aidants (456 personnes)

**Q11. D'après vous, la situation « d'aidant » a-t-elle des effets plutôt positifs, plutôt négatifs, ou pas d'effet du tout sur...**

Base : Aux non aidants (1551 personnes)



# Ordre de citation

\* Base : 424 répondants. Non posée aux personnes aidant leur conjoint(e)

\*\* Base Actifs : 238 répondants

# Impact de la situation d'aident – Récapitulatif « effets plutôt négatifs » (2/2)

Détail

**Q10. Diriez-vous que votre situation « d'aident » a des effets plutôt positifs, plutôt négatifs ou pas d'effet du tout sur...**

Base : Aux aidants (456 personnes)

**Q11. D'après vous, la situation « d'aident » a-t-elle des effets plutôt positifs, plutôt négatifs, ou pas d'effet du tout sur...**

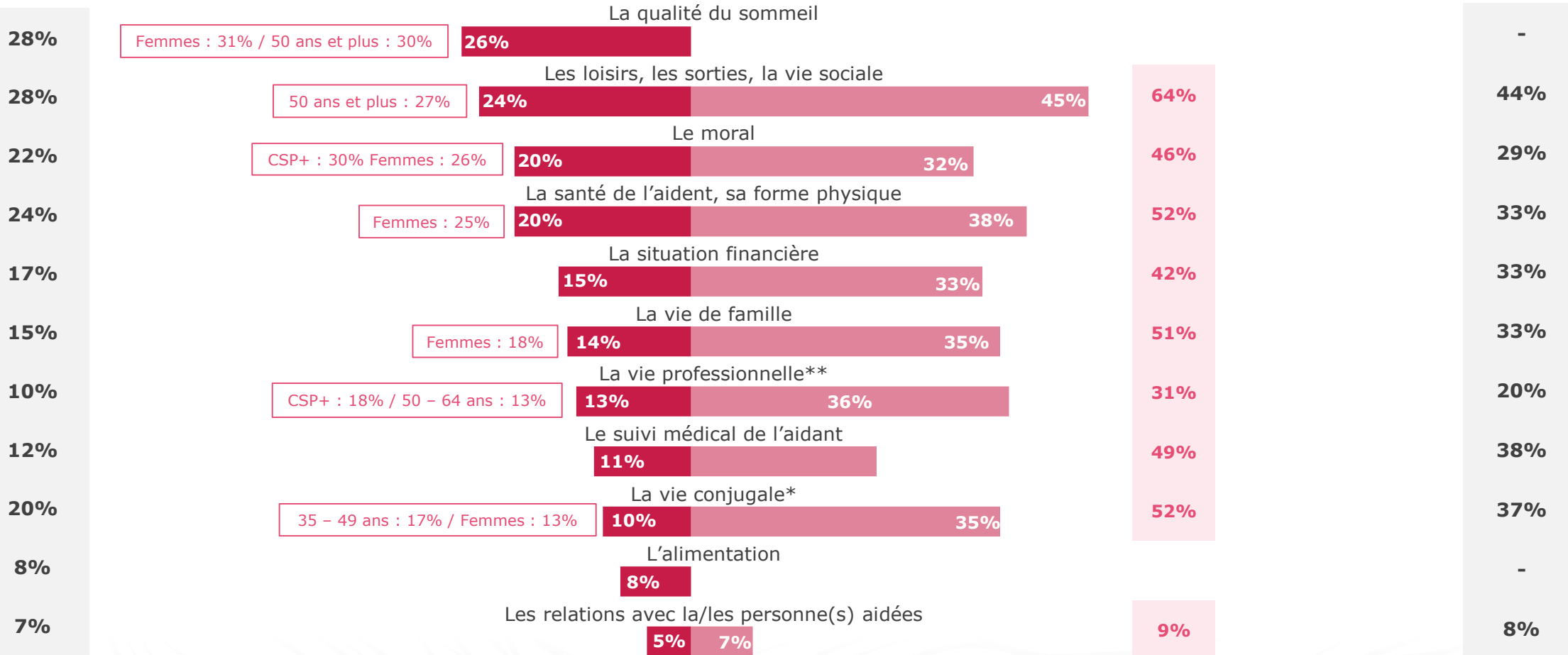
Base : Aux non aidants (1551 personnes)



Rappel juin 2017

Ont entendu parler des aidants

Rappel juin 2017



\* Base : 424 répondants. Non posée aux personnes aidant leur conjoint(e)

\*\* Base Actifs : 238 répondants



# Le manque de temps et la fatigue physique : au global, les principales difficultés auxquelles sont confrontés les aidants – Récapitulatif « Au total »

**Q12. Quelles sont les principales difficultés auxquelles vous êtes confronté dans votre situation d'aidant ? En premier ? Et ensuite ?**

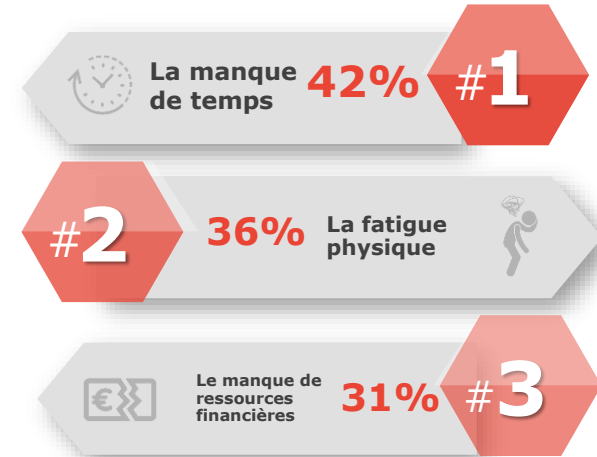
Base : Aux aidants (456 personnes)

**Q13. D'après vous, quelles sont les principales difficultés auxquelles sont confrontés les aidants ? En premier ? Et ensuite ?**

Base : Aux non aidants (1551 personnes)



Aucun\* : 12%



Aucun\* : 1%

\* Items non posés

# Le manque de temps et la fatigue physique : les principaux obstacles soulignés par les d'aidants...

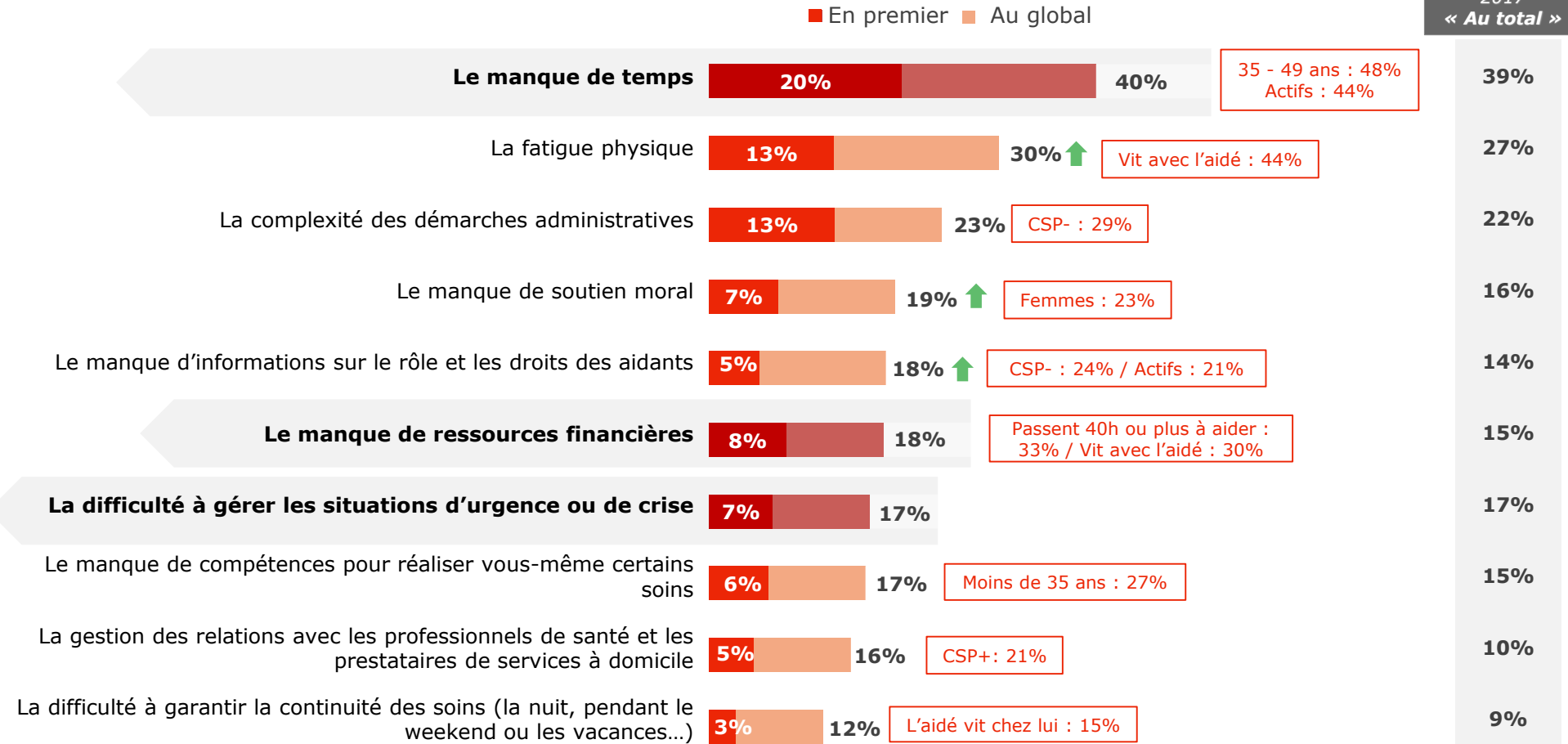
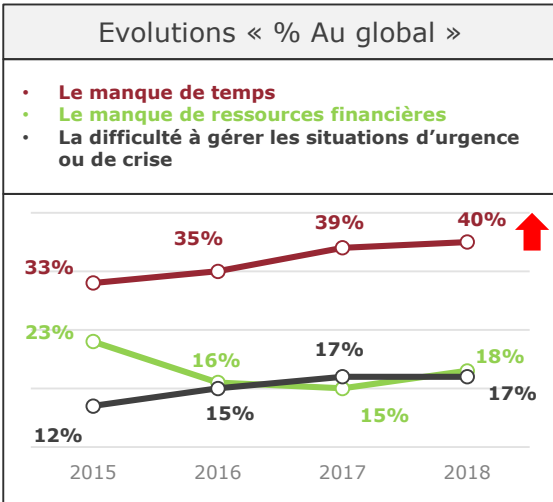
Q12. Quelles sont les principales difficultés auxquelles vous êtes confronté dans votre situation d'aidant ? En premier ? Et ensuite ?

Base : Aux aidants (456 personnes)



Détail

Rappel juin 2017  
« Au total »



Aucun\* : 12%

Autre\* : 1%

Ne se prononce pas\* : 1%

Total supérieur à 100 car trois réponses étaient possibles  
\* Items non cités

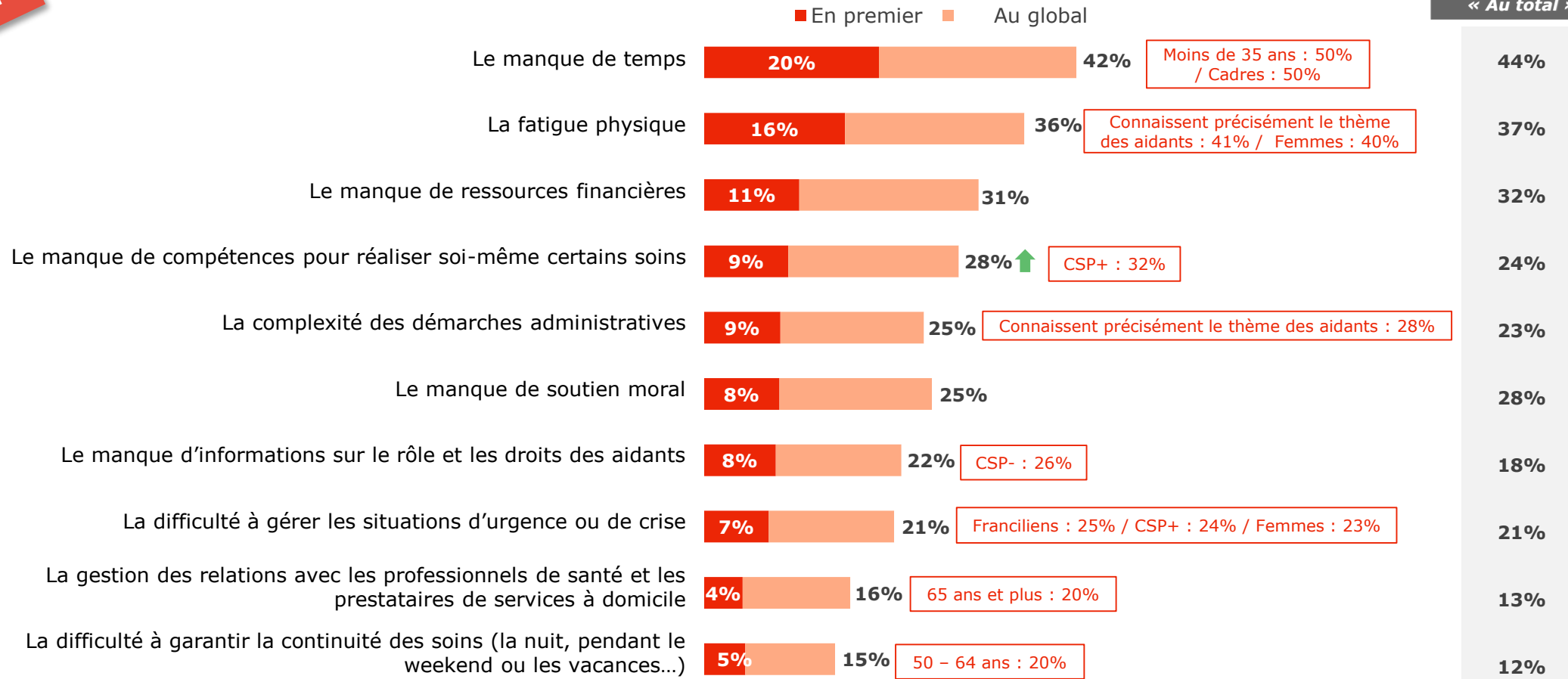
# ...comme par les non-aidants

**Q13. D'après vous, quelles sont les principales difficultés auxquelles sont confrontés les aidants ? En premier ? Et ensuite ?**

Base : Aux non aidants (1551 personnes)



Détail



Rappel juin 2017  
« Au total »

Total supérieur à 100 car trois réponses étaient possibles

Aucun\* : 1%  
Autre\* : 1%  
Ne se prononce pas\* : 2%

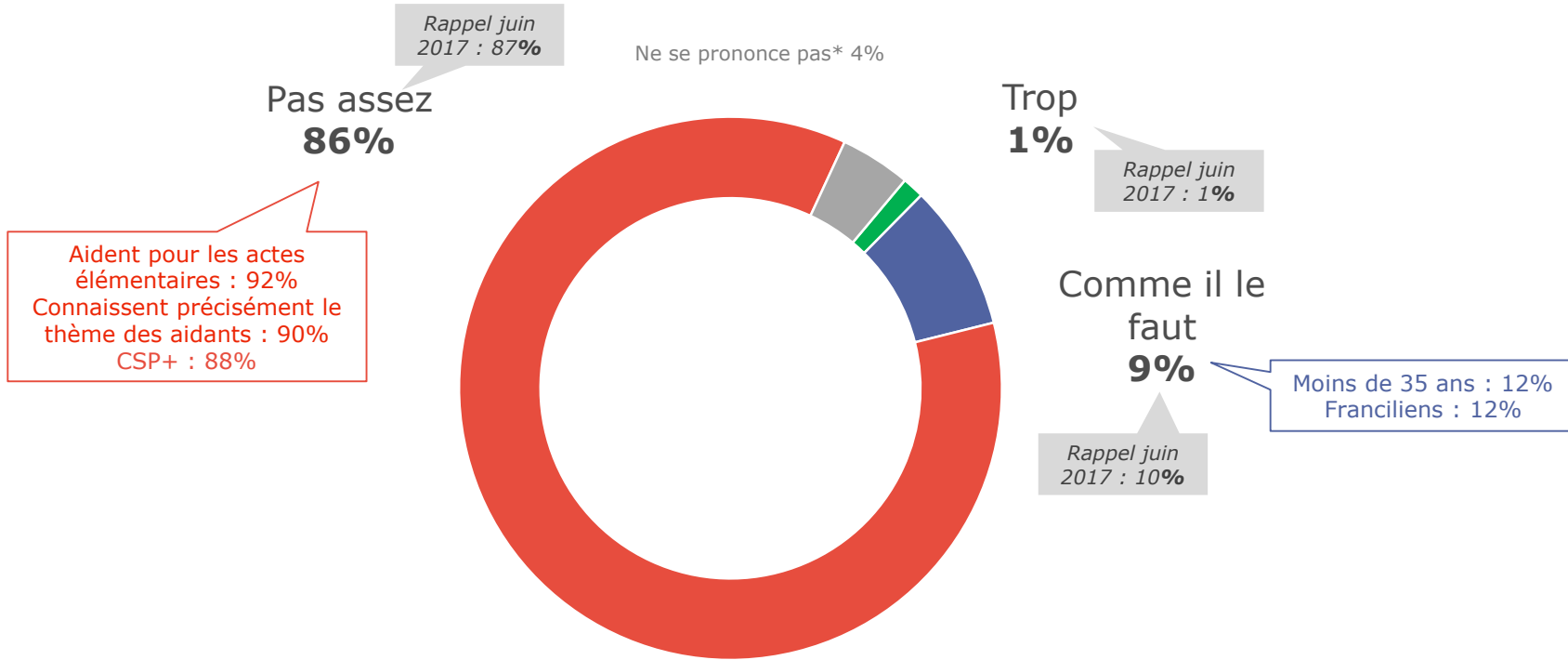
# COMMENT AIDER LES AIDANTS ?



# Le statut d'aidant : un rôle qui continue d'être trop peu valorisé pour une large majorité des personnes interrogées

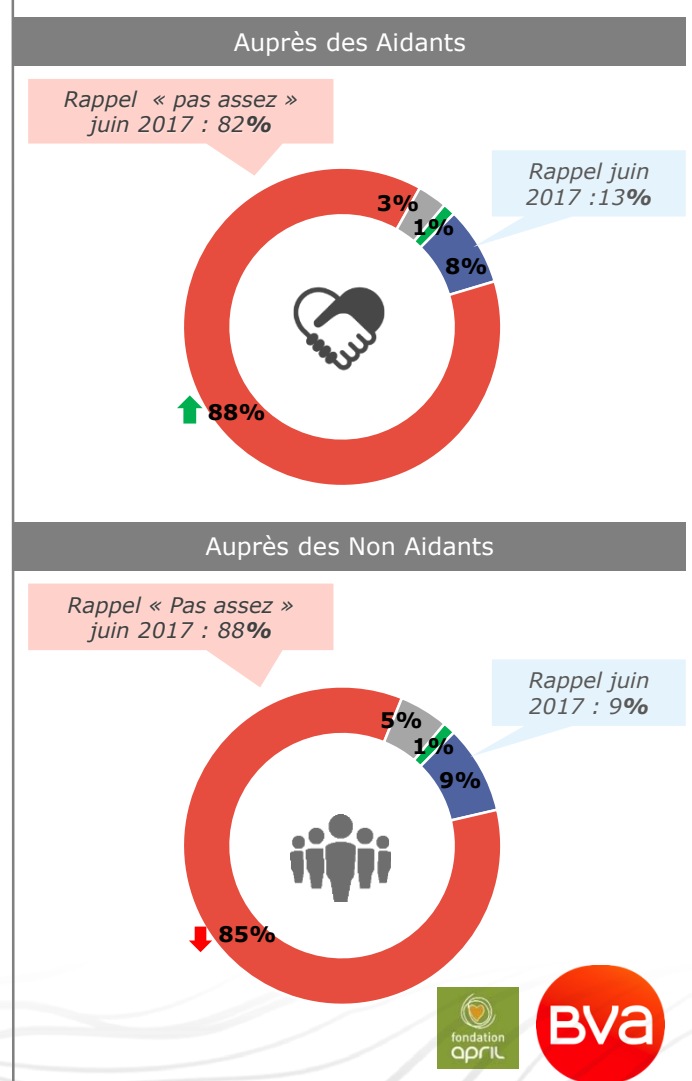
**Q16. Diriez-vous que les pouvoirs publics valorisent trop, pas assez ou comme il le faut le rôle d'aidant (à travers par exemple une reconnaissance sociale, des aides financières...)?**

Base : À tous (2007 personnes / Aidants = 456 personnes / Non-aidants = 1551)



Aident pour les actes élémentaires : 92%  
 Connaissent précisément le thème des aidants : 90%  
 CSP+ : 88%

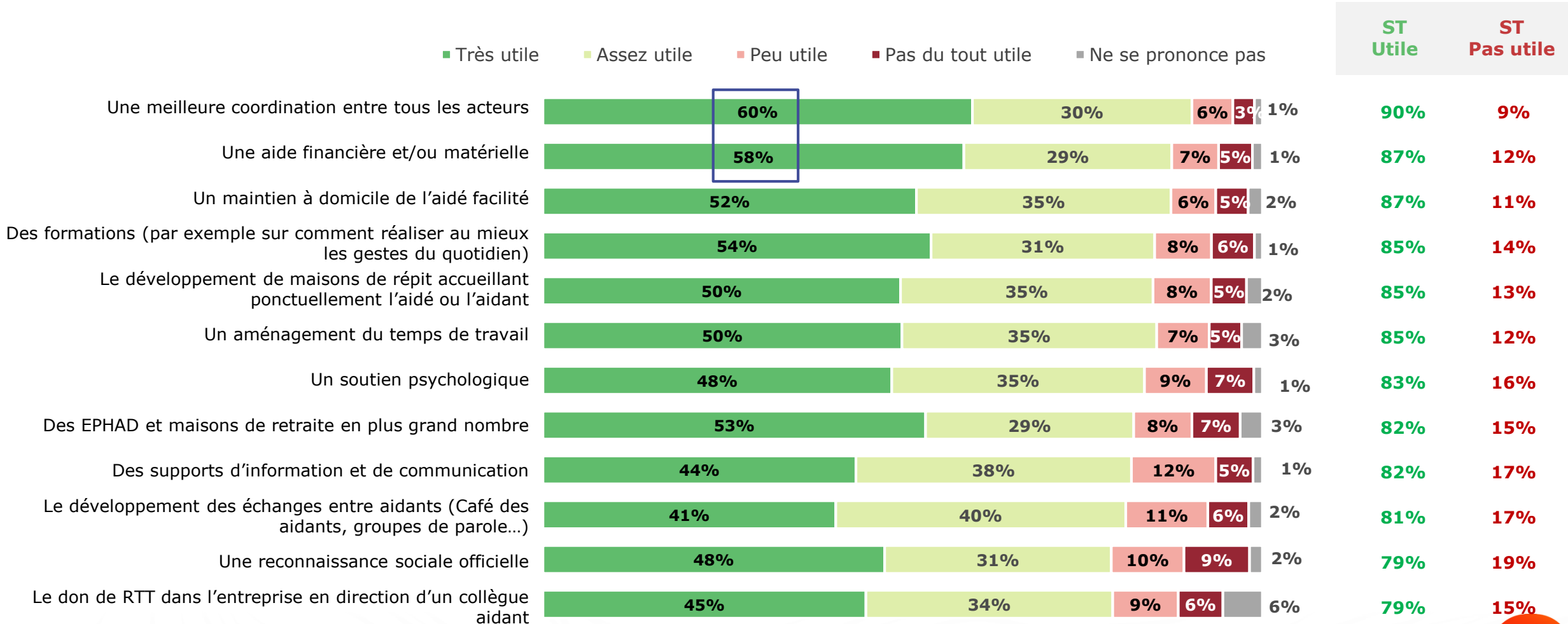
Moins de 35 ans : 12%  
 Franciliens : 12%



# Une meilleure coordination entre les acteurs et des aides financières ou matérielles : les pistes d'action considérées les plus utiles pour faciliter le rôle des aidants

**Q15. Pour chacune des pistes suivantes, dites si elle vous semble très, assez, peu, pas du tout utile pour faciliter la vie des aidants ?**

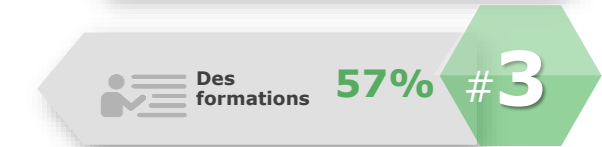
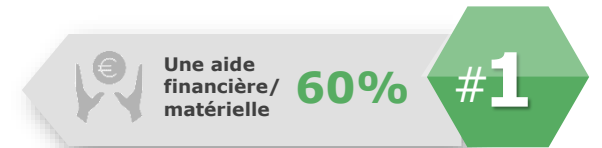
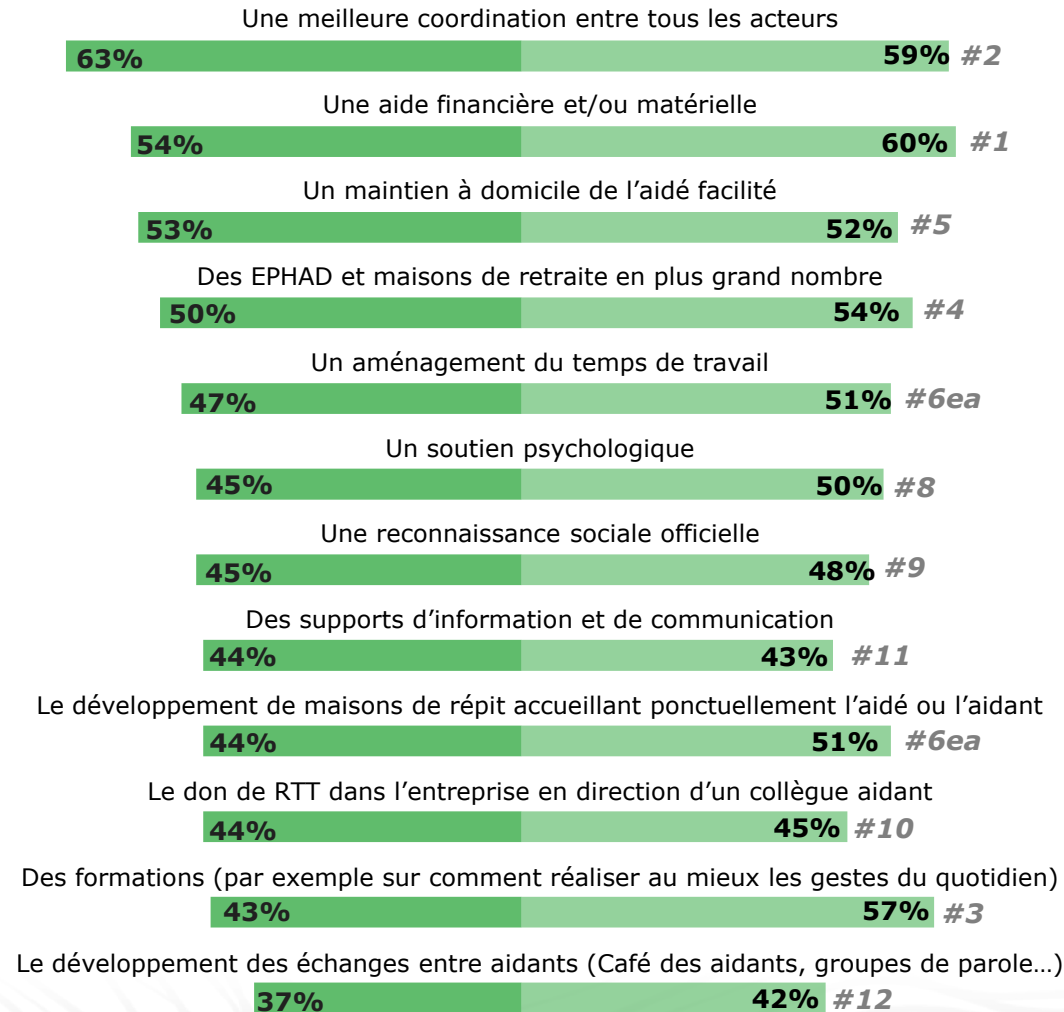
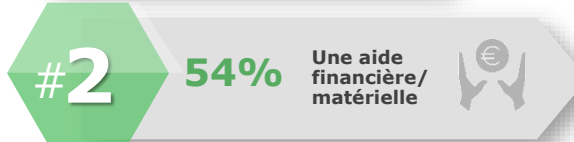
Base : À tous (2007 personnes / Aidants = 456 personnes / Non-aidants = 1551)



# Dans le détail, ce sont également les principales pistes d'action identifiées comme « très utiles » aussi bien par les aidants que les non-aidants – Récapitulatif « Très utile » (1/3)

**Q15. Pour chacune des pistes suivantes, dites si elle vous semble très, assez, peu, pas du tout utile pour faciliter la vie des aidants ?**

Base : À tous (2007 personnes / Aidants = 456 personnes / Non-aidants = 1551) → Les données présentées sont calculées sur les bases Aidants et Non-aidants



# Dans le détail, ce sont également les principales pistes d'action identifiées comme « très utiles » aussi bien par les aidants que les non-aidants – Détail « Très utile » (2/3)

**Q15. Pour chacune des pistes suivantes, dites si elle vous semble très, assez, peu, pas du tout utile pour faciliter la vie des aidants ?**

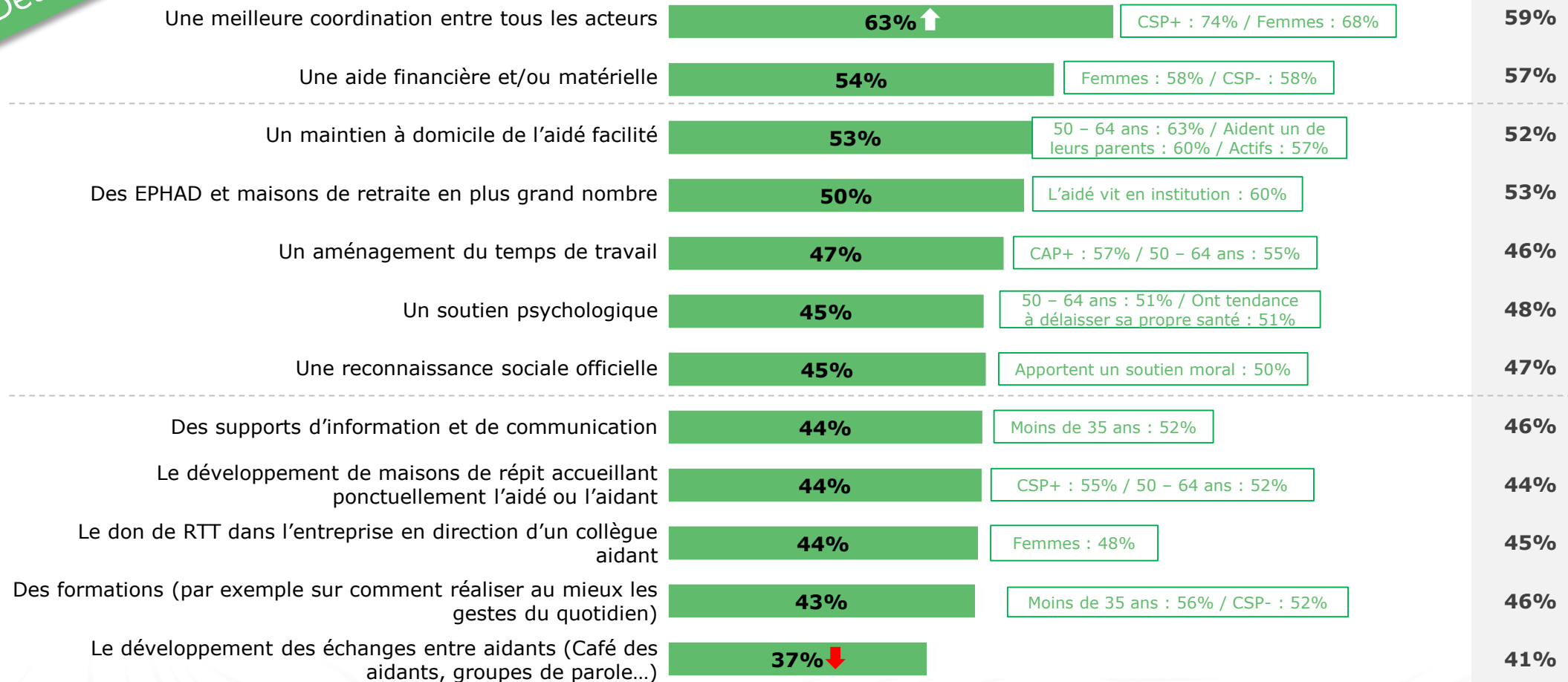
Base : Aux aidants = 456 personnes



Détail

■ Très utile

Rappel juin 2017



# Dans le détail, ce sont également les principales pistes d'action identifiées comme « très utiles » aussi bien par les aidants que les non-aidants – Détail « Très utile » (3/3)

Q15. Pour chacune des pistes suivantes, dites si elle vous semble très, assez, peu, pas du tout utile pour faciliter la vie des aidants ?

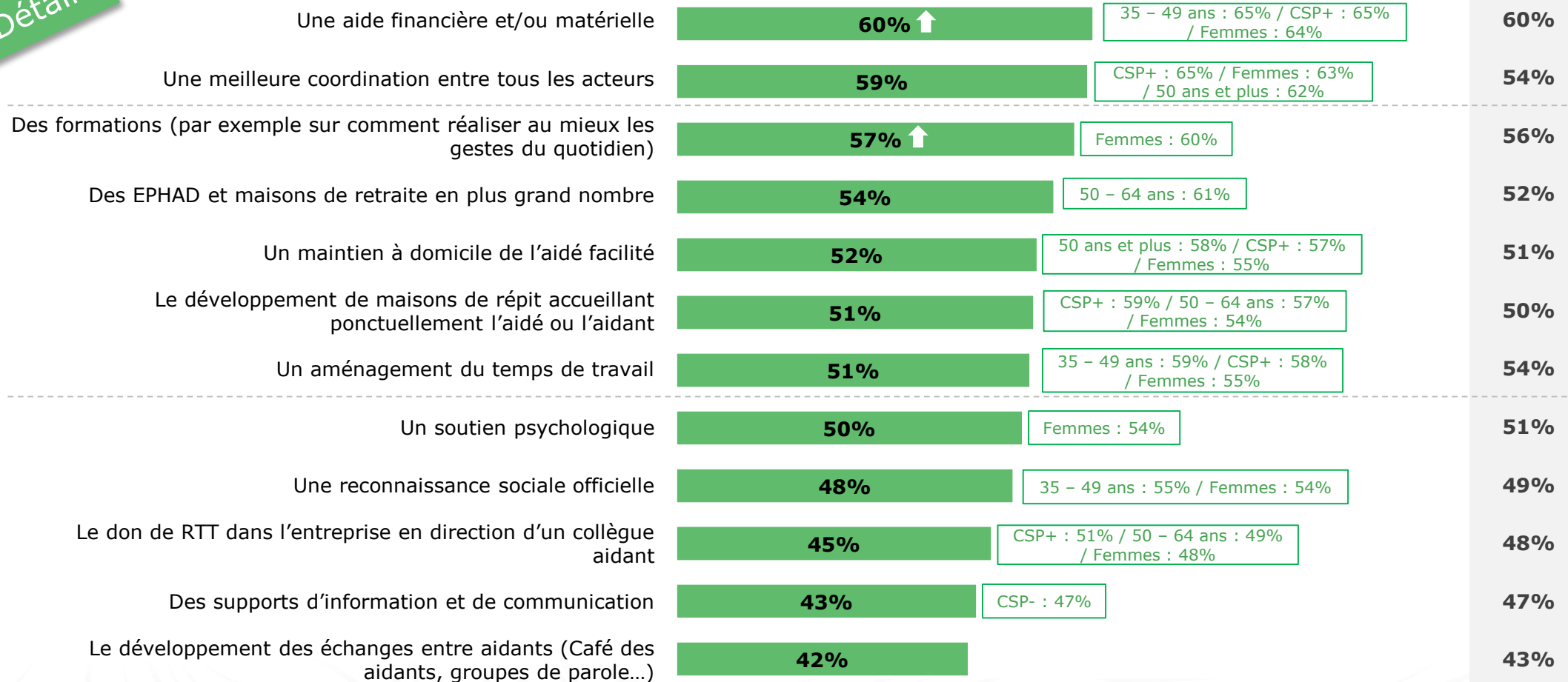
Base : Aux non-aidants = 1551



Détail

■ Très utile

Rappel juin 2017



# FOCUS SUR LA SANTÉ DES AIDANTS

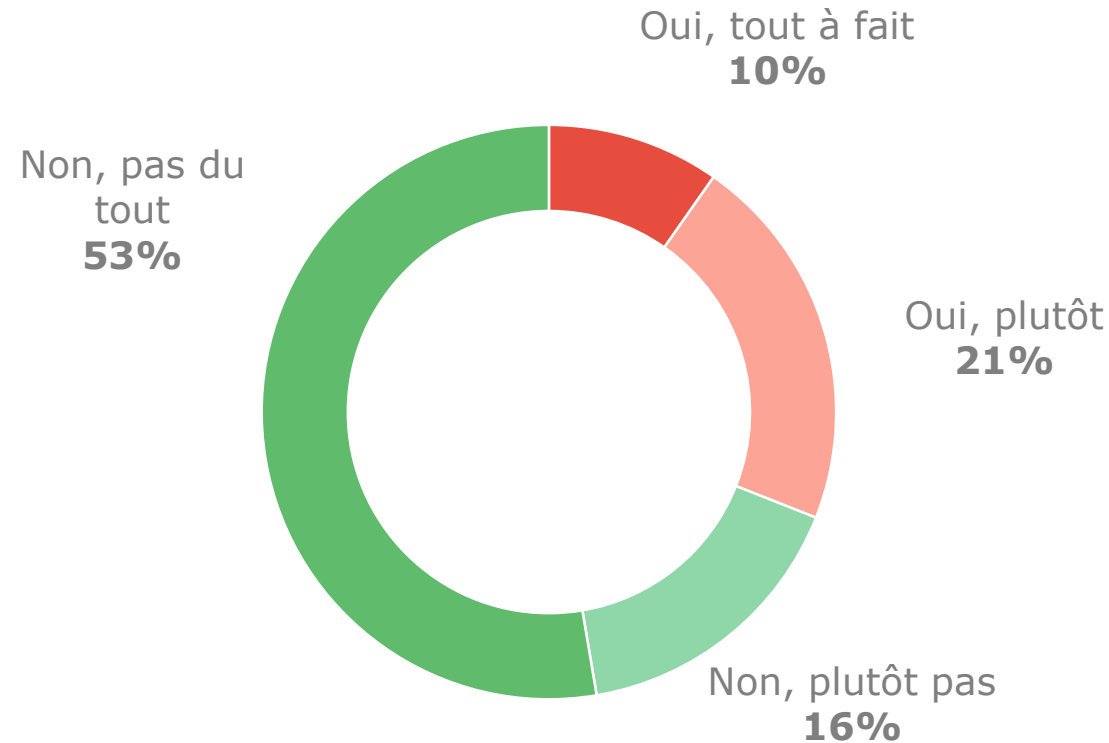
# 31% des aidants affirment avoir tendance à délaissier leur propre santé à cause de leur rôle d'aidant

Q21. Diriez-vous que, du fait de votre rôle d'aidant, vous avez tendance à délaissier votre propre santé ?

Base : Aux aidants (456 personnes)



% Non
<b>69%</b>
Hommes : 76%



% Oui
<b>31%</b>
35 - 49 ans : 42%
CSP+ : 42%
Apportent une aide financière : 41%
Femmes : 36%

# En effet, près d'un quart déclarent avoir été obligés de reporter des soins qui les concernent

Q22. Diriez-vous que, du fait de votre rôle d'aidant :

Base : Aux aidants (456 personnes)



Vous avez déjà été obligé de reporter des soins vous concernant



35 - 49 ans : 34% / CSP+ : 32% / Apportent une aide pour les actes élémentaires : 29%

Vous avez de nouveaux problèmes de santé



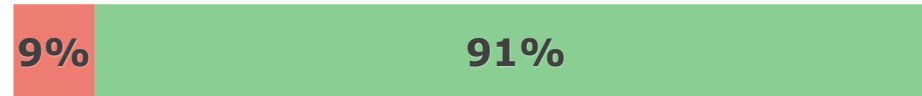
CSP+ : 16%

Vos problèmes de santé se sont aggravés



Apportent une aide pour les actes élémentaires : 16% / Apportent une aide financière : 16%

Votre consommation de médicaments a augmenté



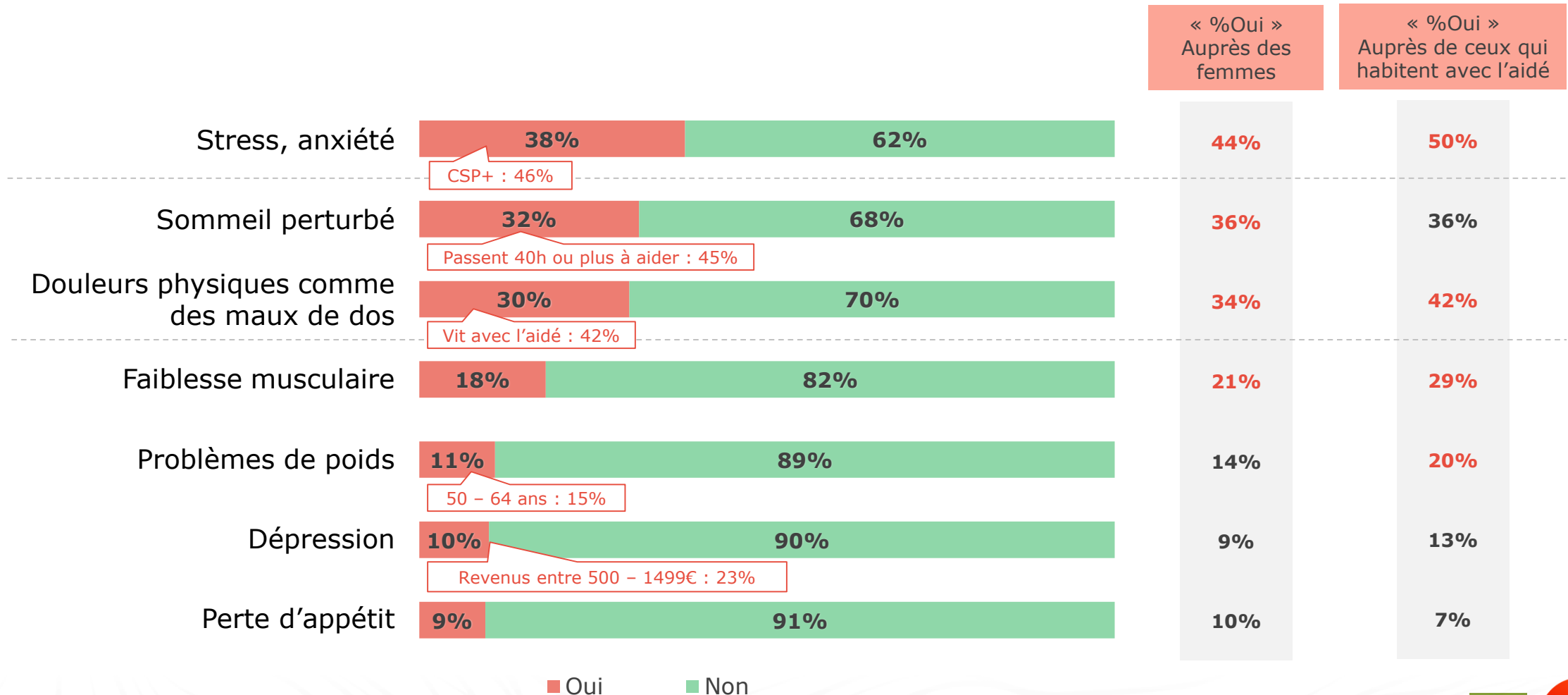
■ Oui ■ Non



# Les principaux problèmes de santé liés au rôle d'aidant : le stress, le sommeil perturbé et les douleurs physiques, notamment auprès des femmes et de ceux qui habitent avec l'aidé

**Q23. Votre rôle d'aidant vous cause-t-il les problèmes de santé suivants ?**

Base : Aux aidants (456 personnes)



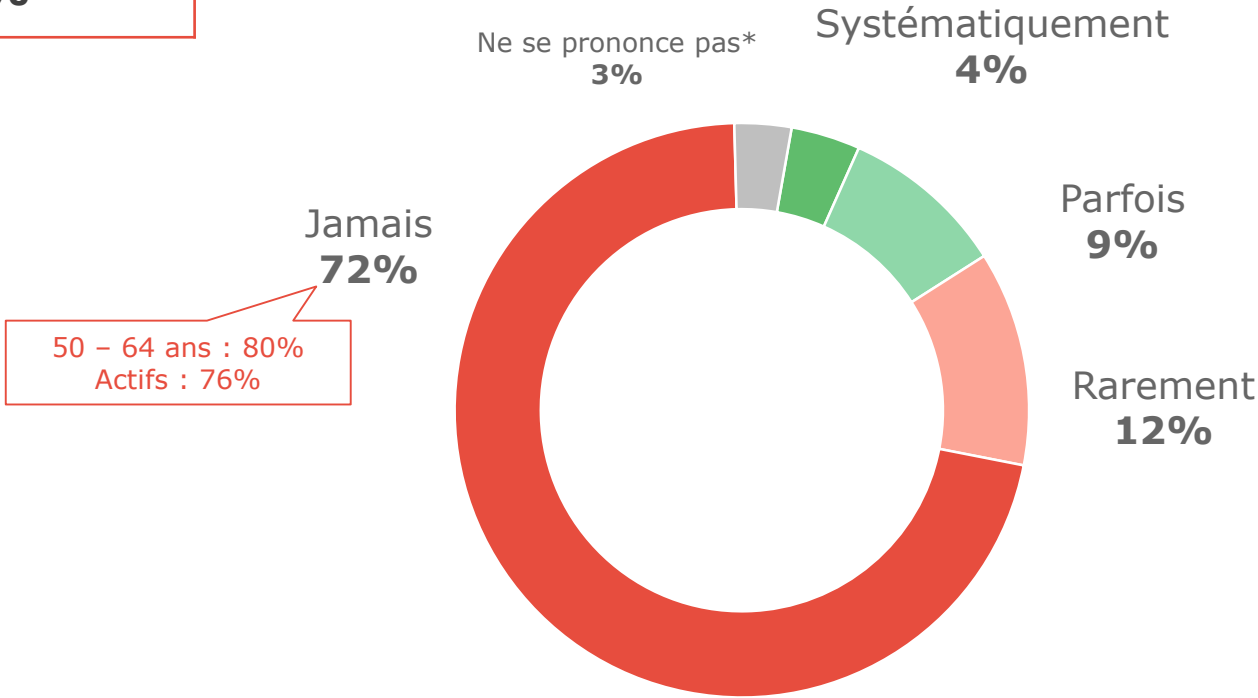
# Un intérêt de l'équipe médicale envers les aidants presque inexistant : seuls 13% des aidants affirment être interrogés sur leur santé quand ils accompagnent leur proche aidé à l'hôpital

**Q24. Quand vous accompagnez votre proche aidé à l'hôpital, l'équipe médicale vous demande-t-elle des nouvelles de votre santé ?**  
Base : Aux aidants (456 personnes)



**Rarement ou jamais**  
**84%**

**Systematiquement ou parfois**  
**13%**



\* Item non cité



# PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS

# Principaux enseignements (1/3)

## Les aidants : une thématique de plus en plus connue par les Français, une situation de plus en plus endossée ou côtoyée au quotidien

- Interrogés pour la 4ème fois consécutive à propos des aidants, **les Français semblent de plus en plus connaître le sujet : désormais, 40% déclarent en avoir entendu parler (+5 pts vs. 2017, et +12 pts par rapport à 2015), dont près de 3 sur 10 en ont une idée précise (29%, score stable) ;** une proportion qui monte même jusqu'à 38% auprès des aidants.
- Cette meilleure appropriation de la thématique se double d'un phénomène qui prend de l'ampleur dans les faits : **la proportion d'aidants mesurée dans le baromètre progresse cette année : 23% des Français affirment apporter de l'aide de manière bénévole à un ou plusieurs proches en situation de dépendance (+4 pts par rapport à l'an dernier, 2 pts par rapport à 2015).** La part de personnes ayant un aidant au sein de leur foyer est également en légère hausse. Ainsi au final, la situation d'aidant touche directement ou indirectement un tiers des Français (30%), un résultat qui progresse de 5 points par rapport à 2017.
- C'est toujours, et davantage que les années précédentes, le vieillissement de la population qui alimente le plus le vivier des aidants : **57% des aidants déclarent s'occuper de proches en situation de dépendance due à la vieillesse, un score qui atteint son plus haut niveau (+8 pts par rapport à 2015),** notamment auprès des aidants âgés de 50 ans et plus (65%). Dans le détail, la proportion des personnes aidant un proche malade (27%) diminue de 11 pts depuis la dernière vague (38% en 2017), et ceux qui aident un proche en situation de handicap reste stable (28%, -2 pts).
- Signe encore d'une difficulté à donner une appellation à un rôle qu'ils jugent souvent naturels, **la proportion d'aidants se considérant comme tels n'augmente pas (36%),** malgré la vulgarisation plus large du terme au sein de la population française.

# Principaux enseignements (2/3)

## Une aide qui se transforme : plus de multi-aidants et des aidés habitant davantage en institution...

- La plupart des aidants s'occupent toujours d'une seule personne en priorité (66%, -6pts), en revanche **la situation de multi-aidant tend à devenir plus fréquente cette année**. En effet, plus d'un tiers des aidants indiquent prendre soin actuellement de plusieurs proches (34%, +6 pts), notamment ceux qui aident un de leurs parents (41%).
- Si les aidants s'occupent de davantage de personnes, **la situation des aidés est aussi en transformation** : la majorité vit à son domicile (67%, score stable), il est à noter que la proportion de ceux habitant avec la personne aidée est moindre qu'en 2017 (14%, -5 pts). Surtout, **le pourcentage de ceux qui vivent en institution progresse de 3 points par rapport à l'année dernière (21%)**, phénomène qui apparaît logique au vu des cas de dépendance liée à la vieillesse plus fréquents.
- Lorsque l'on s'intéresse aux personnes soutenues, **4 aidants sur 10 s'occupent régulièrement et de manière bénévole de leurs parents (40%)**, un chiffre qui augmente de 2 points par rapport à 2017. Après ce cas le plus fréquent, on note une hausse de soutien apporté à un autre membre de la famille (25%, +6 pts) et une confirmation de la progression de l'aide intergénérationnelle en direction des grand-parents (14%, stable).

## ...mais toujours une majorité d'aidants qui sont épaulés par des tiers

- **63% des aidants déclarent se partager l'aide de leur proche (+2 pts)** mais **près de 4 aidants sur 10 ne bénéficient d'aucune aide extérieure (37%, -2 pts)**. C'est encore davantage le cas chez les aidants les plus âgés (48%), pourtant potentiellement plus fragiles du fait de leur âge.
- Quant à l'aide apportée, **les aidants indiquent surtout soutenir moralement leurs proches dépendants (66%, +7 pts)**, notamment quand ceux-ci vivent en institution (80%), **et les assister pour les activités domestiques (55%, -1 pt)**. Par ailleurs, la surveillance en téléphonant à l'aidé (50%, +7 pts) et le soutien pour les démarches administratives (44%, +5 pts) sont les aides qui enregistrent les plus grandes progressions par rapport à l'année dernière.
- Le principal acteur qui soutient l'aidant dans son rôle reste toujours le médecin généraliste, mais c'est un appui qui diminue (35%, -9 pts). Notons que **le soutien apporté par les infirmières est quant à lui en progression régulière depuis plusieurs années (30%, +6 points par rapport à 2015)**, signe de son rôle clé auprès du couple aidant-aidé.

# Principaux enseignements (3/3)

## De multiples difficultés qui semblent peser sur les aidants, notamment le manque de temps et la fatigue physique

- Le temps de présence avec le proche dépendant continue de ne pas être très importante pour les aidants : en effet, en moyenne une très grande majorité d'entre eux estime passer moins de 20h par semaine à aider leur proche (82%, score stable par rapport à 2017), alors que seul **près d'un cinquième des aidants consacrent 20h et plus (16%, score stable), notamment ceux qui habitent avec l'aidé (48%)**. À noter que ce temps consacré à la personne aidée est toujours surestimé par les non-aidants (27%, +3 pts).
- **De multiples difficultés pèsent sur les aidants dans leur rôle, notamment le manque de temps et la fatigue physique**. Étant les principales difficultés rencontrées par les aidants (respectivement 40% et 30%), ces problèmes sont également bien identifiés comme tels par les non-aidants (respectivement 42% et 36%).
- C'est ainsi que **pour un quart des aidants, prendre soin de leur proche dépendant a des effets plutôt négatifs sur la qualité de leur sommeil (26%, -2 pts) et leur vie sociale (24%, -4 pts)**. De leur côté, les non-aidants sont généralement plus nombreux que les aidants à percevoir l'impact négatif de ce statut, notamment en ce qui concerne la vie sociale (45%) et la santé de l'aidant (38%).
- Le statut d'aidant est un rôle qui continue d'être trop peu valorisé selon une très large majorité des personnes interrogées (86%). De plus, les aidants jugent dans une plus grande proportion que l'année dernière que leur situation n'est pas assez valorisée (88%, +6 pts).
- Dans ce contexte, l'ensemble des interviewés considère que les actions à mettre en place en faveur des aidants sont **une meilleure coordination entre tous les acteurs (90%) et une aide financière ou matérielle (87%)**.

## La santé des aidants : un enjeu de santé publique

- **31% des aidants affirment avoir tendance à délaisser leur propre santé à cause de leur rôle d'aidant**. Les 35-49 ans (42%), les CSP+ (42%), ceux qui apportent une aide financière (41%) et les femmes (36%) sont plus nombreux que la moyenne à le déclarer.
- En effet, **près d'un quart des aidants déclarent avoir été obligés de reporter des soins qui les concernaient (22%)**, surtout les personnes de 35 à 49 ans (34%), et 1 sur 10 affirme avoir de nouveaux problèmes de santé ou des problèmes qui se sont aggravés (respectivement, 11% et 10%) depuis qu'ils ont endossé ce rôle.
- Dans le détail, **les principaux problèmes de santé liés au rôle d'aidant sont le stress (38%), le sommeil perturbé (32%) et les douleurs physiques (30%)**, des problèmes qui touchent principalement les femmes (plus souvent aidantes) et ceux qui habitent avec l'aidé dont l'aide est continue.
- En ce qui concerne l'intérêt de l'équipe médicale envers les aidants, celui-ci est presque inexistant car seuls **13% des aidants affirment être interrogés sur leur santé quand ils accompagnent leur proche aidé à l'hôpital**, preuve qu'une sensibilisation reste à faire sur ce sujet.

