



Les aidants naturels québécois: conséquences engendrées sur leur bien être

Faire une différence dans la vie des personnes âgées, de leur famille, de leur proche grâce à la création d'un lien entre la recherche, les politiques et la pratique.

Les aidants naturels québécois

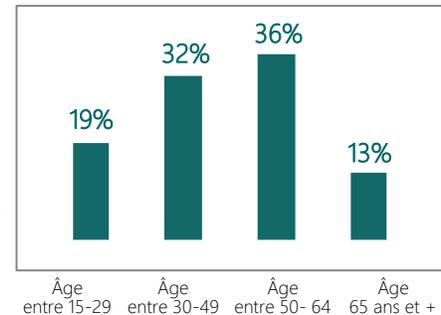
Toute personne de l'entourage qui apporte un soutien significatif, continu ou occasionnel, à titre non professionnel, à une personne ayant une incapacité est considérée comme un aidant naturel. Il peut s'agir d'un membre de la famille ou d'un ami.

58% sont des femmes  42% sont des hommes

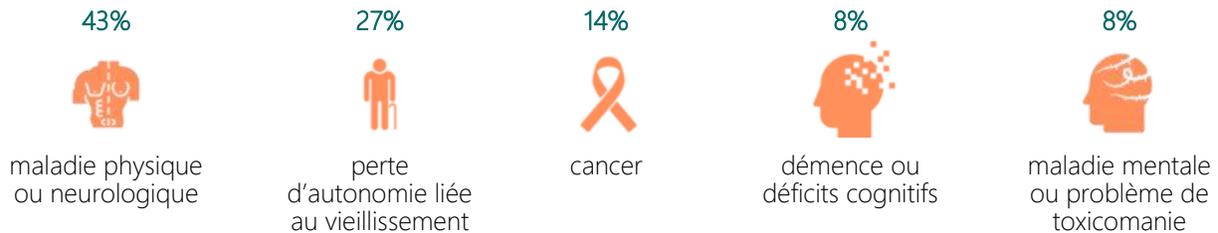
45% soit près de la moitié des québécois ont rempli le rôle d'aidant naturel dans leur vie, ce qui représente plus de 3 millions de personnes! 

Au Québec, les aidants naturels appartiennent à tous les groupes d'âge à partir de 15 ans.

Nota - il n'existe pas de données nationales sur les aidants naturels de moins de 15 ans.

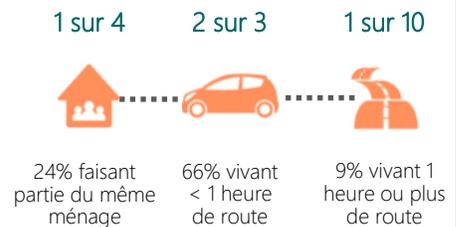


Taux de représentation des aidants naturels selon la maladie du proche:



 **6 sur 7** (86%) aidants naturels s'occupaient d'un membre de la famille, comme un beau-parent, un grand-parent, le conjoint ou le partenaire, un frère, une sœur ou un enfant.
1 sur 7 (14%) aidants naturels s'occupait d'un ami, d'un voisin, d'un collègue de travail ou d'une autre personne n'ayant pas de lien de parenté.

La majorité des aidants naturels vivaient avec ou proche de la personne dont ils prenaient soins; mais certains vivaient loin du proche.



Dispenser des soins à son proche engendre des conséquences pour l'aidant naturel ¹

1 sur 2  50% se sentaient **débordés, colériques ou irritables** en raison de leurs responsabilités d'aidant naturel.

1 sur 2  53% se sentaient **fatigués** et parmi eux, 2 sur 5 (38%) ont affirmé des **troubles du sommeil** en raison de leurs responsabilités d'aidant naturel.

1 sur 4  29% ont affirmé que leurs responsabilités d'aidant naturel avaient des **répercussions sur leur santé**.

¹Les questions sur les répercussions n'ont été posées qu'aux aidants naturels fournissant 2 heures ou plus de soins par semaine.

Les aidants naturels québécois: conséquences engendrées sur leur bien être



VIE FAMILIALE¹



Deux aidants naturels québécois sur trois (67%) étaient mariés ou vivaient en couple. **Un aidant naturel sur cinq** a affirmé que pour lui permettre de remplir son rôle d'aidant naturel, **son conjoint ou son partenaire avait changé ses conditions de vie et de travail** (19%) et que **des membres de la famille élargie lui avaient aussi fourni de l'aide** (18%).



Près d'un aidant naturel québécois sur quatre (25%) avait des enfants de moins de 15 ans à la maison. **Deux sur cinq** ont affirmé que pour lui permettre de jouer son rôle d'aidant naturel, **leurs enfants leur venaient en aide**.

Sept aidants naturels québécois sur 10 (70%) ont affirmé que leur relation avec le bénéficiaire s'était renforcée, mais qu'en offrant des soins cela risquait de mettre à rude épreuve d'autres relations ou de donner à l'aidant naturel un sentiment d'isolement.

VIE SOCIALE¹

1 sur 2



49% passait **moins de temps** avec leur proche soit pour des activités sociales, des loisirs (53%).

1 sur 4



27% estimaient que les **rappports** avec d'autres membres de la famille ou des amis étaient **tendus**.

1 sur 4



26% se sentaient **déprimés** et 21% se sentaient **seuls ou isolés** en raison de leur rôle d'aidant naturel.

SCOLARITÉ¹



La plupart des aidants naturels québécois ont terminé leurs études secondaires (24%) ou des études postsecondaires (60%). Toutefois, **1 aidant naturel sur 7** (13%) **fréquentait encore l'école, le collège ou l'université**. Il a été démontré que la prestation de soins avait des répercussions sur les études des aidants naturels jeunes ainsi que sur la transition entre l'école et le travail; les répercussions cumulatives à long terme sont très peu connues.

Les aidants naturels du Québec disent avoir besoin de plus d'aide

1 sur 3



33% ont besoin d'un **soutien financier ou d'une aide gouvernementale**.

1 sur 4



24% ont besoin de **soins à domicile** et 26% ont besoin de **l'aide de professionnels de la santé**.

1 sur 5



19% ont besoin d'un **répit** parmi ceux-ci, et 14% ont besoin d'**information et de conseils**.

Commentaires de la part des aidants naturels suite à un sondage

«J'aimerais avoir plus d'aide et de services à la maison. On est souvent livrés à nous-mêmes. Les soins tombent entre les mains d'aidants naturels débordés par leur travail, l'organisation des rendez-vous médicaux, les séances de rééducation et les soins à domicile. J'ai le sentiment de ne pas avoir été soutenu tout au long du périple et les répercussions sur ma propre santé me préoccupent beaucoup».