

## Regards sur la société canadienne

# L'expérience et les besoins des aidants âgés au Canada

par Paula Arriagada

Date de diffusion : le 24 novembre 2020



Statistique  
Canada

Statistics  
Canada

Canada

---

## Comment obtenir d'autres renseignements

Pour toute demande de renseignements au sujet de ce produit ou sur l'ensemble des données et des services de Statistique Canada, visiter notre site Web à [www.statcan.gc.ca](http://www.statcan.gc.ca).

Vous pouvez également communiquer avec nous par :

**Courriel** à [STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca](mailto:STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca)

**Téléphone** entre 8 h 30 et 16 h 30 du lundi au vendredi aux numéros suivants :

- |   |                |
|---|----------------|
| • Service de renseignements statistiques                                    | 1-800-263-1136 |
| • Service national d'appareils de télécommunications pour les malentendants | 1-800-363-7629 |
| • Télécopieur   | 1-514-283-9350 |

### Programme des services de dépôt

- |                             |                |
|-----------------------------|----------------|
| • Service de renseignements | 1-800-635-7943 |
| • Télécopieur               | 1-800-565-7757 |

## Normes de service à la clientèle

Statistique Canada s'engage à fournir à ses clients des services rapides, fiables et courtois. À cet égard, notre organisme s'est doté de normes de service à la clientèle que les employés observent. Pour obtenir une copie de ces normes de service, veuillez communiquer avec Statistique Canada au numéro sans frais 1-800-263-1136. Les normes de service sont aussi publiées sur le site [www.statcan.gc.ca](http://www.statcan.gc.ca) sous « Contactez-nous » > « [Normes de service à la clientèle](#) ».

## Note de reconnaissance

Le succès du système statistique du Canada repose sur un partenariat bien établi entre Statistique Canada et la population du Canada, les entreprises, les administrations et les autres organismes. Sans cette collaboration et cette bonne volonté, il serait impossible de produire des statistiques exactes et actuelles.

Publication autorisée par le ministre responsable de Statistique Canada

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de l'Industrie 2020

Tous droits réservés. L'utilisation de la présente publication est assujettie aux modalités de l'[entente de licence ouverte](#) de Statistique Canada.

Une [version HTML](#) est aussi disponible.

*This publication is also available in English.*

---

# L'expérience et les besoins des aidants âgés au Canada

par Paula Arriagada

## Aperçu de l'étude

La majeure partie de la littérature portant sur la prestation de soins se concentre sur les personnes âgées en tant que bénéficiaires de soins plutôt qu'en tant que fournisseurs de soins. La présente étude utilise les données tirées de l'Enquête sociale générale sur les soins donnés et reçus de 2018 pour examiner l'expérience de la prestation de soins des aidants âgés de 65 ans et plus, notamment en ce qui concerne les types d'activités de soins et le nombre d'heures consacrées à la prestation de soins. L'article porte également sur les gratifications et le stress que ressentent les aidants âgés. Dans cette étude, les aidants âgés sont des personnes de 65 ans et plus ayant déclaré avoir (a) prodigué des soins ou de l'aide à une personne ayant un problème de santé de longue durée ou une incapacité physique ou mentale, ou (b) prodigué des soins ou de l'aide à une personne ayant des problèmes liés au vieillissement au cours des 12 derniers mois. Bien que les données aient été recueillies avant la pandémie de COVID-19, les résultats sont importants puisqu'ils mettent en évidence les nombreuses difficultés auxquelles les aidants âgés sont déjà confrontés. Dans le contexte actuel, ces difficultés pourraient s'être même intensifiées.

- En 2018, près du quart des personnes âgées de 65 ans et plus (environ 1,5 million de personnes) ont déclaré avoir prodigué des soins ou de l'aide à des membres de la famille ou à des amis ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des problèmes liés au vieillissement.
- Bien que les hommes âgés soient tout aussi susceptibles de s'engager dans la prestation de soins que les femmes âgées, la répartition des tâches en lien avec la prestation de soin diffère selon le sexe. Chez les aidants âgés, 56 % des femmes effectuent des activités liées aux travaux ménagers, comme la préparation de repas, le ménage ou la lessive, comparativement à 47 % des hommes. Les hommes âgés sont quant à eux plus susceptibles d'apporter leur aide dans l'entretien de la maison et les travaux extérieurs (47 % et 29 %).
- Le tiers (34 %) de tous les aidants âgés de 65 ans et plus fournissaient des soins à un conjoint ou partenaire. Cette proportion atteint 47 % lorsqu'il était question des personnes âgées de 75 ans et plus, et 50 % pour celles âgées de 85 ans et plus.
- Près du tiers (31 %) des aidants âgés ayant prodigué des soins à un conjoint ont passé au moins 30 heures par semaine à la prestation de soins ou d'aide. Les femmes âgées qui s'occupaient d'un conjoint consacraient plus de temps à la prestation de soins que leurs homologues masculins (20 heures comparativement à 14 heures).
- Un tiers (33 %) des aidants âgés ont déclaré qu'ils trouvaient leurs responsabilités d'aidant stressantes ou très stressantes. Le stress associé à la prestation de soins variait grandement en fonction du nombre d'heures consacrées à cette activité et avait un effet plus marqué sur les femmes âgées.
- Les types de soutien les plus communs apportés aux aidants âgés étaient celui apporté par leurs enfants (41 %) et par un conjoint ayant modifié son mode de vie ou ses conditions de travail (41 %). Les aidants âgés recevaient aussi du soutien de membres de la famille élargie (28 %) et d'amis intimes et de voisins (23 %).

### Introduction

De nombreux Canadiens jouent un rôle de premier plan dans l'aide et la prestation de soins à des membres de la famille ou à des amis ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des problèmes liés au vieillissement. En 2018, 7,8 millions de Canadiens âgés de 15 ans et plus (25 % de la population) étaient des aidants. De ce nombre, près de 1,5 million étaient âgés de 65 ans et plus. Le présent article dresse le profil de ces aidants âgés et examine leur expérience de la prestation de soins.

L'étude de la population d'aidants âgés demeure importante dans le contexte de la pandémie de COVID-19, même si la collecte des données utilisée la précède. Alors que la pandémie perturbe la vie de tous les Canadiens, les personnes âgées constituent une population connue pour être particulièrement vulnérable. Les personnes âgées sont exposées à un risque plus élevé de maladie grave, en plus d'être plus affectées par les mesures d'isolement. Ainsi, de nombreux aidants âgés, surtout ceux qui aident des personnes ne vivant pas avec eux, pourraient ne pas être en mesure de leur prodiguer des soins comme ils en avaient l'habitude. D'autre part, les aidants âgés prodiguant des soins à leur conjoint pourraient ressentir un alourdissement de leur fardeau en raison du manque possible de soutien extérieur durant la pandémie.

Bien que les aidants âgés soient semblables à ceux des autres groupes d'âge, ils ont des besoins uniques compte tenu de leur âge. Par exemple, de nombreuses personnes âgées font face à des difficultés liées à leur propre santé et à leur âge, ce qui fait en sorte que certaines

d'entre elles deviennent à la fois des aidants et des bénéficiaires de soins. Par conséquent, la prestation de soins peut avoir une incidence plus marquée sur leur vie.

Un certain nombre d'études canadiennes ont porté sur les aidants, mais les publications omettent parfois les aidants âgés, et ce, malgré leurs précieuses contributions aux soins familiaux prodigués<sup>1</sup>. D'un point de vue stratégique, il vaut la peine d'examiner l'expérience des aidants âgés, puisque la population d'âinés, surtout son segment le plus âgé et le plus fragile, continue de prendre de l'ampleur.

Alors que les besoins en matière de soins et d'aide augmentent en raison du vieillissement de la population, les petites familles et la mobilité géographique des familles canadiennes pourraient à l'avenir occasionner une réduction du nombre potentiel d'aidants familiaux plus jeunes<sup>2</sup>. Dans ce contexte, la prestation de soins pourrait reposer de plus en plus sur les épaules de nombreux Canadiens âgés, et ce, même s'ils éprouvent eux-mêmes des problèmes de santé, comme une baisse de leurs facultés physiques et cognitives en raison de leur âge, une maladie chronique et un certain degré d'incapacité<sup>3</sup>.

Cet article utilise les données tirées de l'Enquête sociale générale (ESG) sur les soins donnés et reçus de 2018 pour examiner l'expérience de la prestation de soins des aidants âgés de 65 ans et plus (voir [Source des données, méthodes et définitions](#)).

Dans la première partie, l'article dresse le profil des aidants âgés au Canada, et examine notamment le lien entre les aidants et les bénéficiaires de soins, les types d'activités de soins et le nombre d'heures consacrées à la prestation de soins. Malgré

l'accent mis sur les personnes âgées de 65 ans et plus, l'article inclut des renseignements de base sur la prestation de soins effectuée par des personnes appartenant à d'autres groupes d'âge. De plus, les résultats des hommes et des femmes sont présentés de façon séparée lorsque cela convient.

La deuxième partie de l'article se concentre sur les gratifications et le stress que ressentent les aidants âgés, ainsi que sur leurs besoins non comblés. Au Canada, les aidants forment un groupe diversifié; mieux comprendre les difficultés particulières auxquelles font face les aidants âgés permettrait aux décideurs de mettre sur pied des programmes et des politiques qui répondent mieux à leurs besoins spécifiques en matière de prestation de soins, tout en préservant leur santé et leur bien-être.

### Environ un aîné sur quatre est un aidant

En 2018, la part d'âinés qui étaient aidants était semblable à celle de l'ensemble de la population adulte du Canada. Plus particulièrement, près du quart (24 %) des personnes âgées de 65 ans et plus ont prodigué des soins ou de l'aide à des membres de la famille ou à des amis ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des problèmes liés au vieillissement. À titre de comparaison, cette proportion s'élevait à 25 % parmi tous les Canadiens âgés de 15 ans et plus.

La plupart des aidants sont âgés de 45 à 64 ans et, à cet âge, ils peuvent tout aussi bien s'occuper d'enfants que de parents (ou des deux à la fois). Plus particulièrement, environ le tiers (34 %) des personnes âgées de 55 à 64 ans, de même que celles de 45 à 54 ans (33 %), ont prodigué

des soins ou de l'aide à des membres de la famille ou à des amis ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des problèmes liés au vieillissement.

Les jeunes adultes de 25 à 34 ans étaient les moins enclins à prodiguer des soins (17 %). Les parents de ces jeunes adultes sont habituellement encore jeunes et, par conséquent, ont moins souvent besoin de soins et d'aide. Néanmoins, de nombreux jeunes Canadiens prodiguent de l'aide et du soutien, et ce notamment à leurs grands-parents<sup>4</sup>.

Bien que la part d'aidants parmi les aînés est la même que la moyenne de la population canadienne, cette proportion diminue dans les groupes plus âgés (graphique 1). Par conséquent, les aidants âgés sont en quelque sorte plus jeunes que les aînés qui ne prodiguent ni aide

ni soins. En 2018, notamment, l'âge médian des aidants âgés était de 71 ans, comparativement à 74 ans pour les autres personnes âgées.

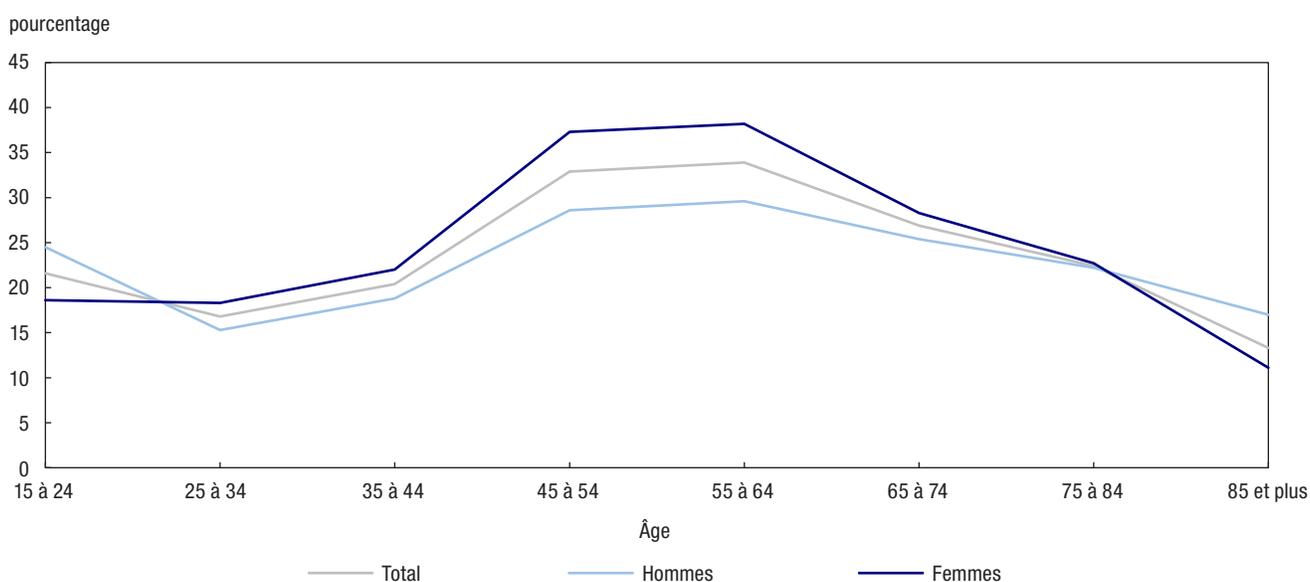
### Écart plus faible entre les hommes et les femmes aidantes chez les personnes âgées

Des études antérieures ont montré que les femmes sont plus susceptibles d'être des aidants<sup>5</sup>. Cela étant également le cas en 2018, où les femmes représentent 54 % de tous les aidants canadiens.

L'écart entre les sexes diffère toutefois parmi les Canadiens de 65 ans et plus. Dans l'ensemble, 26 % des femmes âgées de 15 ans et plus ont prodigué des soins en 2018, comparativement à 23 % des hommes. Par ailleurs, comme le montre le graphique 1, l'écart entre les hommes et les femmes

est le plus marqué dans le groupe des 45 à 64 ans, mais diminue considérablement dans les groupes plus âgés. Plus précisément, parmi les personnes âgées de 75 à 84 ans, les hommes et les femmes sont tout aussi susceptibles les uns que les autres d'assumer des responsabilités d'aidant (23 % des femmes par rapport à 22 % des hommes). Cet écart s'inverse ensuite parmi les Canadiens de 85 ans et plus : 17 % des hommes sont des aidants par rapport à 11 % des femmes du même groupe d'âge. Puisque l'espérance de vie des femmes est plus longue que celle des hommes, les hommes de 85 ans et plus sont plus susceptibles de vivre avec une épouse survivante que les femmes du même groupe d'âge. Cela explique pourquoi les hommes âgés sont possiblement plus susceptibles d'être les aidants de leur épouse, tandis que les femmes du même âge

**Graphique 1**  
Proportion de personnes de 15 ans et plus ayant agi en tant qu'aidants au cours des 12 derniers mois, selon le sexe et l'âge, 2018



Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

seront plus probablement veuves et, par conséquent, moins susceptibles d'être des aidantes<sup>6</sup>.

## Les personnes âgées sont plus susceptibles de prodiguer des soins à un conjoint

Au Canada, les aidants âgés sont plus susceptibles de prodiguer des soins et de l'aide à un conjoint ou à un partenaire<sup>7</sup>. C'était le cas en 2018, alors que le tiers (34 %) de tous les aidants âgés de 65 ans et plus avaient prodigué des soins à un conjoint au cours des 12 mois précédents (tableau 1). Cela était suivi par la prestation de soins à un ami, à un collègue ou à un voisin (20 %), à un parent (17 %), à un autre membre de la famille (14 %) et à un enfant (9 %) et à un beau-parent (6 %).

Au cours du cycle de vie, la relation entre l'aidant et le principal bénéficiaire de soins change. À mesure que les personnes vieillissent, elles sont de moins en moins susceptibles de prodiguer des soins à un parent et de plus en plus susceptibles de prendre soin d'un conjoint. À titre d'exemple, plus de la moitié (53 %) des aidants de 45 à 54 ans ont prodigué des soins à un parent, et 11 % de plus l'ont fait pour un beau-parent. Parallèlement, 8 % des aidants de ce groupe d'âge ont prodigué des soins à un conjoint. En comparaison, plus du quart (28 %) des personnes âgées de 65 à 74 ans ont prodigué des soins à un conjoint et près de la moitié (47 %) l'ont fait parmi celles âgées de 75 ans et plus (tableau 1).

Les aidants devaient aussi indiquer pour quels types de problèmes de santé elles prodiguaient des soins. En 2018, 21 % des aidants âgés ont déclaré avoir prodigué des soins liés au vieillissement ou à la fragilité.

**Tableau 1**

**Lien entre l'aidant et le principal bénéficiaire de ses soins, selon l'âge de l'aidant, 2018**

Âge de l'aidant	Principal bénéficiaire de soins <sup>1</sup>					
	Conjoint/ partenaire	Enfant	Parent	Beau- parent	Autre membre de la famille	Ami, collègue ou voisin
	pourcentage					
45 à 54 ans (réf.)	8,0	12,4	53,3	11,3	4,9	9,1
55 à 64	11,1	7,3*	49,4	12,3	9,0*	10,6
65 et plus	34,1*	9,1	16,7*	6,1*	13,7*	20,0*
65 à 74	27,8*	8,2	24,1*	8,0	12,9*	18,7*
75 et plus	46,5*	11,0	F	F	15,4*	22,6*

F trop peu fiable pour être publié

\* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence (réf.) (p < 0,05)

1. Les grands-parents sont exclus de la catégorie « principal bénéficiaire de soins » parce qu'aucune personne âgée n'apporte de soins à ses grands-parents.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

S'ensuivaient les soins liés au cancer (11 %), à la maladie d'Alzheimer ou à la démence (11 %), à une maladie cardiovasculaire (10 %) ou à une maladie mentale (8 %). En règle générale, ces problèmes de santé étaient les plus souvent rapportés par les aidants d'autres groupes d'âge également.

## La participation des aînés aux activités de soins varie selon le sexe

La recherche antérieure a montré que les activités de soins tendent à se répartir différemment selon le sexe. Les femmes aidantes déclareront plus souvent exécuter des tâches qui sont traditionnellement attribuées aux femmes, comme aider pour les tâches ménagères et les soins personnels, tandis que les hommes aidants apporteront plus souvent leur aide dans l'entretien de la maison et les travaux extérieurs<sup>8</sup>. En revanche, nous en savons peu sur la participation des femmes et des hommes âgés à ces tâches lorsqu'ils sont aidants.

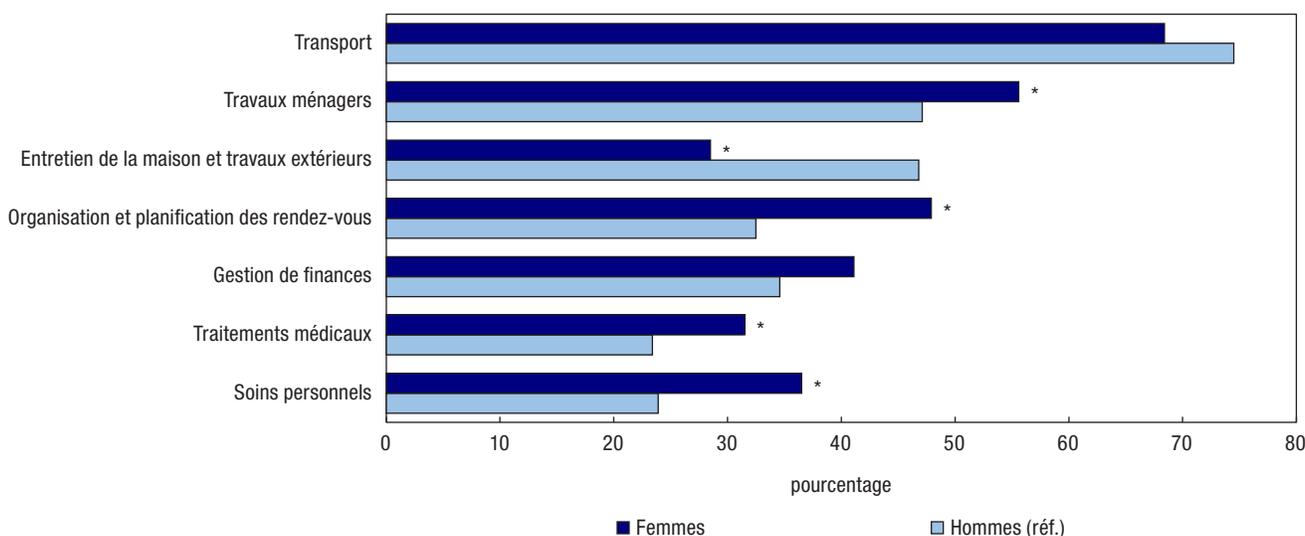
Tel qu'observé dans le reste de la population, les données de l'ESG de 2018 montrent que les activités des aidants âgés se répartissent différemment selon le sexe (graphique 2). Parmi les aidants âgés, par exemple, les hommes sont plus susceptibles que les femmes d'apporter leur aide dans l'entretien de la maison et les travaux extérieurs (47 % et 29 %).

De plus, les femmes âgées sont plus susceptibles que les hommes âgés de participer à des activités de travaux ménagers, comme la préparation de repas, le ménage et la lessive (56 % et 47 %), de même qu'à l'organisation et à la planification des rendez-vous pour le bénéficiaire des soins (48 % et 33 %).

Les femmes âgées sont en outre plus susceptibles de prendre part à des activités de soins qui doivent souvent être accomplies de façon régulière ou selon un horaire fixe, comme les traitements médicaux et les soins personnels (p. ex. le bain ou la coupe des ongles). Plus particulièrement, 32 % des femmes âgées ont apporté leur aide pour des traitements médicaux, comparativement à 23 %

**Graphique 2**  
Types de soins prodigués par les aidants âgés, selon le sexe, 2018

Activités de soins



\* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence (réf.) ( $p < 0,05$ )  
Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

des hommes âgés. Et alors que 37 % des femmes âgées apportaient des soins personnels, 24 % des hommes âgés le faisaient.

## Le nombre d'heures médian consacré à des activités de soins est le plus élevé chez les aidants qui s'occupent d'un conjoint

Dans l'ensemble, en 2018, les aidants âgés ont consacré un nombre médian de six heures par semaine à la prestation de soins ou d'aide pour des membres de la famille et des amis; les hommes âgés consacrant cinq heures comparativement à huit heures pour les femmes âgées (tableau 2).

Le nombre d'heures médian consacré à des tâches de soins variait en fonction de la relation avec le bénéficiaire des soins. Le plus petit nombre d'heures consacré à la

**Tableau 2**  
Nombre d'heures médian de soins prodigués par les aidants âgés par semaine, selon le lien avec le principal bénéficiaire de soins et le sexe, 2018

	Total	Hommes	
		Femmes	Femmes
heures			
Ensemble des aidants	6	5	8
<b>Principal bénéficiaire de soins</b>			
Conjoint/partenaire	20	14	20
Enfant	10	7	10
Parent	7	6	8
Beau-parent	5	4	10
Autre membre de la famille	4	3	4
Ami, collègue ou voisin	2	2	2

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

prestation de soins chaque semaine étaient associés aux soins prodigués à un ami, à un collègue ou à un voisin, avec un nombre médian de deux heures par semaine. En revanche, ce nombre grimpe à cinq heures chez les personnes prodiguant des soins à un beau-parent, à sept heures pour les soins à un parent et à dix heures pour les soins prodigués à un enfant. Les personnes âgées prodiguant des

soins à un conjoint y consacraient le plus de temps, à savoir 20 heures par semaine.

Les femmes âgées qui prennent soin d'un conjoint ou d'un enfant y consacrent plus de temps, en moyenne, que les hommes âgés. Plus particulièrement, le nombre d'heures médian consacré chaque semaine à la prestation de soins à un conjoint s'élève à 20 heures chez

les femmes âgées, comparativement à 14 heures chez les hommes âgés. Les femmes âgées prodiguant des soins à un enfant y consacrent aussi plus d'heures que leurs homologues masculins (10 heures et 7 heures, respectivement). Lorsqu'il est question d'autres types de bénéficiaires de soins, hommes et femmes consacrent des temps comparables, à l'exception des soins prodigués à un beau-parent (10 heures chez les femmes âgées, comparativement à 4 heures chez les hommes âgés).

Pour certains aidants, le temps passé à prodiguer de l'aide et des soins est très élevé et correspond presque à un travail à plein temps<sup>9</sup>. Environ 18 % des aidants âgés consacrent au moins 30 heures par semaine à apporter une forme ou une autre d'aide à un membre de la famille ou à un ami. Cette proportion atteint presque le tiers (31 %) des aidants âgés chez ceux prodiguant des soins à un conjoint. Par ailleurs, 35 % des aidantes âgées passaient 30 heures ou plus chaque semaine à prodiguer des soins à un conjoint, par rapport à 27 % des aidants âgés.

### **Plus de la moitié des aînés déclarent qu'ils trouvent gratifiant de prodiguer des soins**

Bien que la prestation de soins se révèle parfois coûteuse en temps, elle peut aussi être une expérience positive pour de nombreux aidants familiaux, puisqu'elle procure un sentiment de redonner à un être cher, en plus d'accroître le sentiment de compétence et de donner un sens à la vie<sup>10</sup>. Plus de la moitié des aidants âgés (55 %) qualifiaient leur expérience de la prestation de soins de la dernière année<sup>11</sup>. Il n'y avait aucun écart significatif entre les

hommes âgés et les femmes âgées, de même qu'entre les aidants âgés et ceux d'autres groupes d'âge.

Par ailleurs, une étude a montré que la prestation de soins peut rehausser la qualité de la relation entre l'aidant et le bénéficiaire des soins<sup>12</sup>. En 2018, plus du tiers (38 %) des aidants âgés a déclaré que leur relation avec le bénéficiaire de leurs soins s'était intensifiée.

### **Le stress occasionné par la prestation de soins varie selon le sexe et le nombre d'heures qui y est consacré**

Malgré les nombreuses gratifications découlant du rôle d'aidant, la prestation de soins a souvent des répercussions sur la santé physique et mentale de la personne<sup>13</sup>. Tel que précédemment mentionné, la prestation de soins a une plus forte incidence sur les personnes âgées, celles-ci étant plus susceptibles d'avoir à composer avec leurs propres problèmes de santé.

Lorsqu'interrogés à propos du stress, le tiers (33 %) des aidants âgés ont déclaré qu'ils trouvaient leurs responsabilités d'aidant stressantes ou très stressantes. Chez les aidants âgés, les femmes ont fait état de niveaux de stress supérieurs à ceux des hommes (39 % et 26 %).

Le stress associé à la prestation de soins variait en fonction du nombre d'heures consacré chaque semaine à l'acquittement des responsabilités s'y rattachant (graphique 3). La proportion de femmes âgées déclarant éprouver du stress en lien avec les soins augmentait avec le nombre d'heures consacré à la prestation de soins, passant de 21 % chez celles qui prodiguaient moins de 10 heures de soins par semaine, à 43 % lorsque le nombre

d'heures passait de 10 à 19 heures, pour atteindre 59 % quand le nombre d'heures de soins s'élevait à 20 heures ou plus.

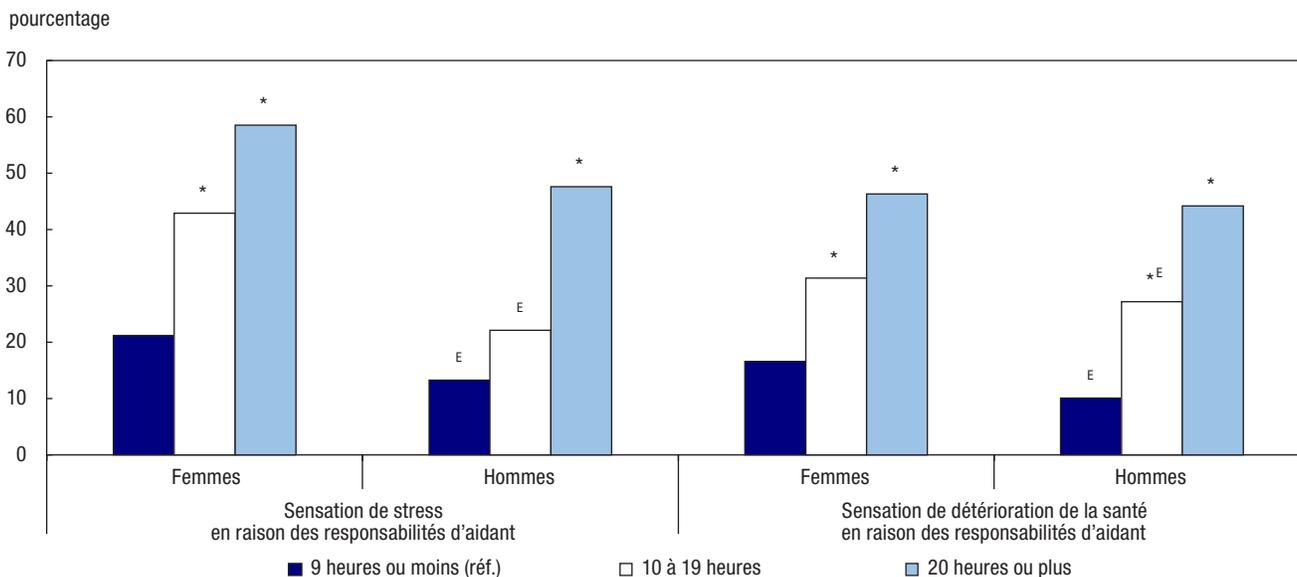
On observait une tendance semblable chez les hommes âgés, pour qui le stress augmentait en fonction du nombre d'heures consacré à des activités de soins. Toutefois, les niveaux de stress rapportés par ces derniers étaient inférieurs à ceux rapportés par les femmes âgées. Par exemple, 48 % des hommes âgés ayant déclaré avoir prodigué 20 heures ou plus de soins par semaine ont dit de leurs responsabilités liées aux soins qu'elles étaient stressantes ou très stressantes, comparativement à 59 % chez les femmes âgées.

Le fait que les femmes âgées déclarent des niveaux de stress plus élevés que ceux des hommes âgés s'expliquerait en partie par la nature différente des activités pratiquées. Tel qu'indiqué plus tôt dans cet article, les femmes aidantes prodiguent davantage de soins personnels et d'aide émotionnelle, tandis que les hommes aidants sont plus susceptibles d'assumer la responsabilité d'activités liées à l'entretien de la maison et aux travaux extérieurs (consulter le graphique 2).

### **Plus d'un aidant sur quatre fait état d'une détérioration de sa santé générale causée par la prestation de soins**

En plus du stress lié aux responsabilités d'aidant, la santé peut aussi souffrir de la situation. En 2018, plus d'un aidant âgé sur quatre (27 %) mentionnait une détérioration de sa santé générale en raison des responsabilités liées à la prestation de soins.

**Graphique 3**  
**Sensations de stress et de détérioration de la santé chez les aidants âgés, selon le nombre d'heures médian de soins prodigué par semaine et le sexe, 2018**



<sup>E</sup> à utiliser avec prudence

\* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence (réf.) ( $p < 0,05$ )

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

Chez les femmes âgées prodiguant moins de 10 heures de soins par semaine, 17 % ont rapporté avoir observé une détérioration de leur santé générale causée par les responsabilités d'aidant (graphique 3). Cette proportion était nettement plus élevée chez les femmes âgées prodiguant de 10 à 19 heures de soins, dont 31 % font état d'une détérioration de leur santé. La proportion la plus élevée provient des femmes âgées ayant prodigué le plus grand nombre d'heures de soins, près de la moitié d'entre elles (46 %) ayant rapporté que leur santé en a souffert.

La santé des hommes âgés était elle aussi affectée par les responsabilités d'aidant et le nombre d'heures consacré à l'acquittement de ces responsabilités. Encore une fois, les hommes affichaient des proportions

plus faibles que les femmes, quel que soit le nombre d'heures de soins rapporté.

### Les aidants âgés bénéficient du soutien de la famille et des amis

Le soutien que reçoivent les aidants est important, puisqu'il permet d'atténuer le niveau de stress et de pression associé à la prestation de soins<sup>14</sup>. Le soutien aux aidants fait référence à l'aide non rémunérée apportée par la famille et les amis, de même qu'aux services et à l'aide rémunérés qu'ils obtiennent de programmes et de crédits d'impôt du gouvernement.

Dans l'ESG de 2018, les aidants devaient indiquer si, au cours des 12 mois précédents, leur principal bénéficiaire de soins avait reçu

l'aide de professionnels comme des travailleurs ou des organismes rémunérés. Près de deux tiers (65 %) des aidants âgés ont déclaré que leur bénéficiaire de soins avait reçu une aide professionnelle ; cette proportion était similaire aux proportions des autres groupes d'âge.

Les aidants devaient aussi indiquer les types de soutien qu'ils avaient reçu au cours de l'année précédente. Le tableau 3 présente la proportion d'aidants âgés ayant dit rapporté avoir reçu de l'aide provenant de neuf sources différentes. Dans l'ensemble, 68 % des aidants âgés ont déclaré avoir reçu de l'aide dans leurs tâches d'aidant d'au moins une des neuf sources. Aucune différence significative ne se dégageait entre hommes et femmes âgés.

**Tableau 3**  
**Sources de soutien reçues par les aidants âgés au cours des 12 derniers mois, selon le sexe, 2018**

	Soutien reçu pour des tâches d'aidant au cours des 12 derniers mois		
	Total	Hommes	Femmes
	pourcentage		
<b>Tout type de soutien</b>	<b>67,7</b>	<b>66,3</b>	<b>68,8</b>
<b>Source de soutien</b>			
Conjoint ou partenaire ayant adapté sa vie ou ses conditions de travail	41,4	41,8	41,0
Enfants ayant fourni de l'aide	41,3	36,1	45,9
Membres de la famille élargie ayant fourni de l'aide	27,6	25,2	29,5
Amis proches ou voisins ayant fourni de l'aide	23,2	21,0	25,1
Groupes communautaires, spirituels, culturels ou ethniques ayant fourni de l'aide	13,0	10,8	14,8
Soins de relève ou de répit occasionnels	12,6	13,1	12,1
Famille ou amis ayant fourni un soutien financier	5,8	6,3	5,3
Sommes reçues des programmes gouvernementaux	4,6	5,2	4,0
Crédits d'impôt fédéraux auxquels les aidants étaient admissibles	9,2	10,4	8,2

**Note** : Aucune différence statistiquement significative entre les hommes et les femmes.

**Source** : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

**Tableau 4**  
**Types de soutien que les aidants âgés auraient aimé recevoir au cours des 12 derniers mois, selon le sexe, 2018**

Type de soutien	Auraient aimé recevoir du soutien au cours des 12 derniers mois		
	Total	Hommes	Femmes
	pourcentage		
Soutien financier, aide gouvernementale ou crédit d'impôt	55,6	57,4	54,0
Soins ou soutien à domicile	44,5	37,6	50,2
Information ou conseils	33,3	29,7	36,1
Aide de professionnels de la santé	29,3	27,3	30,9
Soins de relève ou de répit occasionnels	28,1	30,8	25,9
Soutien émotionnel ou counselling	27,4	25,1	29,2
Services bénévoles ou communautaires	21,5	19,2	23,3
Autres types non précisés de soutien	15,9	15,7	16,1

**Note** : Aucune différence statistiquement significative entre les hommes et les femmes.

**Source** : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

Les sources de soutien les plus communes chez les aidants âgés étaient l'aide apportée par leurs enfants (41 %) et celle provenant d'un conjoint ou partenaire ayant modifié son mode de vie ou ses conditions de travail (41 %). Le soutien reçu provenait aussi de membres de la famille élargie (28 %) et d'amis intimes et de voisins (23 %). Il existe d'autres sources de soutien, moins courantes, notamment le

soutien provenant d'une collectivité, d'une communauté spirituelle ou d'un groupe culturel ou ethnique (13 %), de même que les soins de relève ou de répit occasionnels (13 %).

Ces résultats montrent qu'un grand nombre d'aidants âgés n'assuraient pas seuls la prestation de soins, puisqu'ils bénéficiaient de l'aide de la famille et d'amis. Il est toutefois

possible que dans le contexte de la pandémie de COVID-19, les aidants âgés aient eu moins accès à ces sources de soutien, ce qui a alourdi le fardeau des soins.

En matière de soutien financier, les sources les plus fréquentes étaient les crédits d'impôt fédéraux (9 %), suivies par les sommes provenant de la famille et des amis (6 %) et celles provenant de programmes gouvernementaux (5 %).

### **Le soutien financier constitue le type de besoins en matière de soutien à la prestation de soins le moins souvent comblé chez les aidants âgés**

Même si de nombreux aidants reçoivent un soutien additionnel d'un grand nombre de sources différentes, ils n'obtiennent pas forcément tous le soutien et l'aide dont ils ont besoin. Autrement dit, les besoins des aidants ne sont pas toujours comblés. Une étude antérieure a montré que chez les aidants adultes, les besoins insatisfaits en matière de soutien étaient significativement liés à un degré inférieur de satisfaction à l'égard de la vie, à un niveau de stress quotidien plus élevé et à une santé mentale autodéclarée moins bonne<sup>15</sup>.

En 2018, les aidants ayant répondu avoir des besoins insatisfaits en matière de soutien à la prestation de soins devaient indiquer quels types de soutien ils auraient aimé recevoir pour alléger leurs tâches d'aidant. Huit types de soutien différents étaient proposés, et les aidants pouvaient en déclarer plus d'un.

Plus de la moitié (56 %) des aidants âgés ont déclaré avoir aimé recevoir du soutien financier, une aide gouvernementale ou un crédit d'impôt (tableau 4). Parmi

les autres types de besoins le moins souvent comblés se trouvaient les soins ou l'aide à domicile (45 %), les renseignements ou les conseils (33 %), et l'aide provenant de professionnels de la santé (29 %). Ces types de besoins se comparent à ceux des autres groupes d'âge et mettent en évidence le fait que les aidants âgés ont eux aussi besoin d'un soutien additionnel.

### Conclusion

En 2018, près du quart des personnes âgées de 65 ans et plus (environ 1,5 million de Canadiens) ont déclaré avoir prodigué des soins ou de l'aide à des membres de la famille ou à des amis ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des problèmes liés au vieillissement au cours de l'année précédente. Cependant, la majeure partie de la littérature portant sur la prestation de soins se concentre sur les personnes âgées en tant que bénéficiaires de soins plutôt qu'en tant que fournisseurs de soins. Dans le contexte actuel de la pandémie de COVID-19, les aidants âgés pourraient faire face à plus de difficultés que d'habitude. Ils pourraient par exemple avoir des limites dans leur capacité à prodiguer des soins à des personnes ne vivant pas avec elles. Parallèlement, les centaines de milliers d'aidants âgés qui apportent leur aide à un conjoint ne reçoivent peut-être pas autant de soutien que d'habitude pour assumer leurs responsabilités de prestation de soins — que ce soit de la part de plus jeunes membres de la famille ou d'organismes officiels. Puisque les résultats présentés dans cette étude reposent sur des données recueillies avant la pandémie, il est probable que certaines conclusions sous-

estiment le coût réel de la prestation de soins sur le bien-être émotionnel et physique de ces Canadiens âgés.

En 2018, le tiers de tous les aidants âgés de 65 ans et plus (34 %) prodiguaient des soins à un conjoint ou partenaire. Cette proportion s'élevait à 47 % chez les personnes âgées de 75 ans et plus, et à la moitié chez celles âgées de 85 ans et plus. La plupart des personnes âgées ont prodigué des soins en lien avec le vieillissement ou la fragilité. Cela était suivi des soins en lien avec le cancer, la maladie d'Alzheimer ou la démence, ou une maladie cardiovasculaire.

Bien que de nombreux aînés déclarent que leurs responsabilités d'aidant sont très gratifiantes, ils rapportent également éprouver du stress et des problèmes de santé. À titre d'exemple, 33 % des aidants âgés ont déclaré qu'ils trouvaient leurs responsabilités d'aidant stressantes ou très stressantes. Le stress associé à la prestation de soins variait aussi grandement en fonction du nombre d'heures consacrées à cette activité et avait un effet plus marqué sur les femmes âgées. Il en va de même pour les aînés qui rapportent une détérioration de leur santé découlant de leurs responsabilités d'aidant.

Les aidants âgés ne sont pas nécessairement seuls pour prodiguer des soins. Nombreux sont ceux qui indiquent avoir reçu de l'aide de la part de leurs enfants et d'autres membres de la famille, tandis que certains disent avoir aussi obtenu du soutien financier sous forme de crédits d'impôt fédéraux. Cependant, beaucoup d'aidants signalent avoir des besoins non comblés. Le besoin le plus souvent rapporté comme étant non

comblé était le soutien financier, l'aide gouvernementale ou le crédit d'impôt (56 %), suivi par les soins ou l'aide à domicile (45 %).

Les résultats de cette étude montrent que même si les hommes âgés sont tout aussi susceptibles de s'engager dans la prestation de soins que les femmes âgées, la répartition des tâches en lien avec la prestation de soin diffère selon le sexe. Les femmes âgées étaient notamment plus susceptibles de participer aux travaux ménagers, l'organisation et la planification des rendez-vous, de même qu'à l'administration des traitements médicaux et des soins personnels, alors que les hommes âgés sont plus susceptibles d'apporter leur aide pour les travaux extérieurs et l'entretien de la maison. Les femmes étaient également plus susceptibles de déclarer que leurs responsabilités d'aidante étaient stressantes ou très stressantes (39 %, et 26 % des hommes).

Les aidants ne se contentent pas de fournir des soins et un soutien à la famille et aux amis, ils rendent également un précieux service aux systèmes sociaux et de soins de santé. Il faut impérativement comprendre l'expérience des personnes âgées en matière de soin, de même que leurs besoins, en vue de mettre en place des politiques sociales et de santé qui visent à soutenir les aidants plus âgés. Cela se révèle particulièrement important en raison de l'accroissement continu de la population âgée et du nombre réduit d'aidants potentiels plus jeunes. Les travaux à venir devraient continuer de se pencher sur les besoins de cette population trop peu étudiée.

---

*Paula Arriagada est analyste de la recherche chez Statistique Canada.*

### Sources de données, méthodes et définitions

#### Source des données

Cet article se fonde sur des données tirées de l'Enquête sociale générale (ESG) de 2018 sur les soins donnés et reçus. La population cible de l'ESG de 2018 se composait entièrement de personnes de 15 ans et plus non institutionnalisées.

#### Définition d'aidant

Dans cette étude, on entendait par aidants des répondants ayant déclaré avoir (a) prodigué des soins ou de l'aide à une personne ayant un problème de santé de longue durée ou une incapacité physique ou mentale, ou (b) prodigué des soins ou de l'aide à une personne ayant des problèmes liés au vieillissement, et ce au cours des 12 derniers mois.

### Renseignements supplémentaires

#### La prestation de soins n'est pas un choix pour plus de 6 aidants âgés sur 10

Même si de nombreux aidants tirent une gratification personnelle pour avoir prodigué des soins et de l'aide à un membre de la famille ou à un ami, il est important de souligner que devenir aidant ne découle pas toujours d'un choix<sup>16</sup>. Dans le cas des aidants âgés, plus de 6 sur 10 (63 %) déclarent ne pas avoir eu d'autre choix que d'assumer leurs responsabilités d'aidant au cours des 12 mois précédents. Les femmes âgées étaient plus susceptibles que les hommes âgés d'indiquer ne pas avoir eu le choix de devenir aidantes (66 %, comparativement à 58 %).

Cependant, le sentiment d'avoir eu le choix, pour les répondants, variait significativement en fonction de leur relation avec le bénéficiaire des soins. Chez les personnes âgées de 65 ans et plus prodiguant des soins à un conjoint, plus des trois quarts (78 %) sentaient ne pas avoir eu le choix de devenir aidant. De plus, 74 % des personnes âgées s'occupant d'un enfant avaient cette même impression de ne pas l'avoir choisi. Suivaient la prestation de soins à un beau-parent (70 %), à un parent (67 %), à un autre membre de la famille (53 %) et à un ami ou un voisin (21 %). Ces résultats portent à croire que plus la relation avec le bénéficiaire de soins est distante, plus les soins deviennent optionnels.

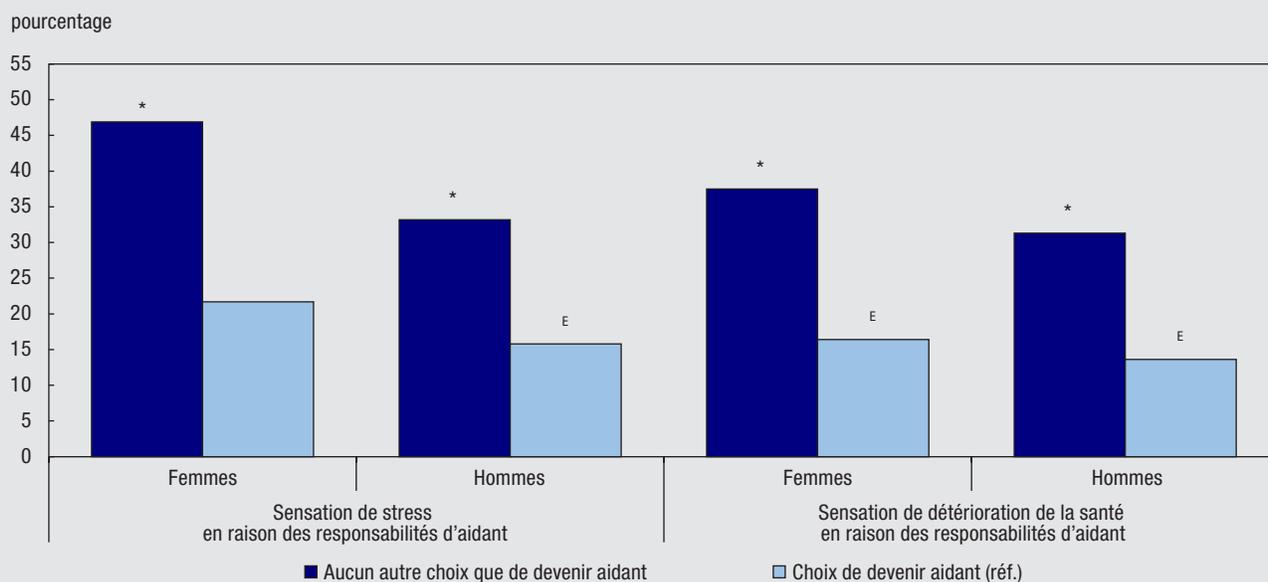
De plus, les résultats montrent un lien entre le fait de ne pas avoir le choix et le stress occasionné. Chez les aînés n'ayant pas eu d'autre choix que de devenir aidants, 41 % ont déclaré

que leurs responsabilités d'aidant sont stressantes ou très stressantes, une proportion significativement plus élevée que celle affichée par les personnes ayant eu le choix (19 %). En outre, ne pas avoir le choix affecte beaucoup plus les femmes âgées : 47 % ont rapporté des niveaux de stress plus élevés, comparativement à 22 % de celles qui avaient eu le choix (graphique 4). On observe une tendance semblable chez les hommes âgés, mais les niveaux de stress qu'ils ont rapportés étaient inférieurs à ceux rapportés par les femmes âgées.

La santé des aidants âgés était également affectée par le fait qu'ils avaient ou non le sentiment d'avoir eu le choix de devenir aidants. Plus du tiers (35 %) des aidants âgés n'ayant eu aucun choix ont rapporté une détérioration de leur santé en raison de leurs responsabilités d'aidant. La proportion était plus faible (15 %) chez ceux qui avaient l'impression d'avoir choisi cette situation.

Les femmes âgées ayant le sentiment de n'avoir eu d'autre choix que de devenir aidantes étaient plus susceptibles de rapporter une détérioration de leur santé que celles ayant l'impression d'avoir eu le choix (graphique 4). Encore une fois, la santé des hommes âgés était également affectée par le fait qu'ils avaient eu ou non le choix de devenir aidants, mais les proportions étaient légèrement plus faibles que chez les femmes.

**Graphique 4**  
**Sensations de stress et de détérioration de la santé chez les aidants âgés, selon le choix de fournir des soins et le sexe, 2018**



<sup>E</sup> à utiliser avec prudence

\* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence (réf.) ( $p < 0,05$ )

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2018.

## Notes

1. Consulter l'Institut Vanier (2018) et l'Association canadienne des ergothérapeutes (2010).
2. Consulter Stall (2019) et Fast et Lero (2014).
3. Consulter les National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (2016), et MacCourt et Krawczyk (2012).
4. Consulter Bleakney (2014).
5. Consulter Sinha (2013), et Cranswick et Dosman (2008).
6. Selon le Recensement de 2016, le ratio femmes et hommes diminue chez les aînés de 85 ans et plus. Cela serait attribuable à une hausse plus prononcée de l'espérance de vie chez les hommes que chez les femmes. Le fait que l'écart entre hommes et femmes au chapitre de l'espérance de vie se resserre pourrait jouer un rôle dans leur participation aux activités de soins à des âges plus avancés.
7. Consulter Sinha (2013).
8. Consulter Bleakney (2014) et Sinha (2013).
9. Consulter Sinha (2013).
10. Consulter MacCourt et Krawczyk (2012) et Lin, Fee et Wu (2012).
11. Dans ce cas, 22 % des aidants âgés ont déclaré que leur expérience de la prestation de soins avait été très gratifiante, et 33 % de plus l'ont dite gratifiante. Les 45 % restants d'aidants âgés ont dit de leur expérience de la prestation de soins qu'elle était plutôt ou pas du tout gratifiante.
12. Consulter Fast (2015).
13. Consulter Fast et Lero (2014) et Turcotte (2013).
14. Consulter Hango (2020).
15. Consulter Hango (2020).
16. Consulter Turcotte (2013).

### Documents consultés

- BLEAKNEY, Amanda. 2014. « Les jeunes fournissant des soins ». *Mettre l'accent sur les Canadiens : résultats de l'Enquête sociale générale*. N° 3. Septembre. Produit n° 89-652-X au catalogue de Statistique Canada.
- ASSOCIATION CANADIENNE DES ERGOTHÉRAPEUTES. 2010. *Seniors Caring for Seniors: Examining the Literature on Injuries and Contributing Factors Affecting the Health and Well-Being of Older Adult Caregivers*. Ottawa : Association canadienne des ergothérapeutes.
- CRANSWICK, Kelly et Donna DOSMAN. 2008. « Soins aux aînés : le point sur nos connaissances actuelles ». *Tendances sociales canadiennes*. N° 86. Produit n° 11-008-X au catalogue de Statistique Canada.
- FAST, Janet. 2015. « Caregiving for older adults with disabilities: Present costs, future challenges ». Étude n° 58 de l'IRPP. Décembre. Montréal : Institut de recherche en politiques publiques.
- FAST, Janet et Donna LERO. 2014. « Modern caregiving in Canada ». *Transition*. Vol. 44, n° 2.
- HANGO, Darcy. 2020. « Soutien reçu par les aidants au Canada ». *Regards sur la société canadienne*. Janvier. Produit n° 75-006-X au catalogue de Statistique Canada.
- LIN, I-Fen, Holly R. FEE et Hsueh-Sheng WU. 2012. « Negative and positive caregiving experiences: A closer look at the intersection of gender and relationship ». *Family Relations*. Vol. 61, n° 2. p. 343 à 358.
- MACCOURT, Penny et Marian KRAWCZYK. 2012. *Supporting Caregivers Through Policy: The Caregiver Policy Lens*. Vancouver : British Columbia Psychogeriatric Association.
- NATIONAL ACADEMIES OF SCIENCES, ENGINEERING, AND MEDICINE. 2016. *Families Caring for an Aging America*. Washington, D.C. : The National Academies Press.
- SINHA, Maire. 2013. « Portrait des aidants familiaux, 2012 ». *Mettre l'accent sur les Canadiens : résultats de l'Enquête sociale générale*. N° 1. Septembre. Produit n° 89-652-X au catalogue de Statistique Canada.
- STALL, Nathan. 2019. « We should care more about caregivers ». *Canadian Medical Association Journal*. 4 mars. Vol. 191, n° 9.
- TURCOTTE, Martin. 2013. « Être aidant familial : quelles sont les conséquences? ». *Regards sur la société canadienne*. Septembre. Produit n° 75-006-X au catalogue de Statistique Canada.
- INSTITUT VANIER DE LA FAMILLE. 2018. *Senior Caregivers in Canada*. Ottawa.