

«Nous sommes des personnes, pas des statistiques»

Nadine tient à le rappeler, les proches-aidants sont des personnes, avec des sentiments, et pas de simples statistiques. Il est toutefois parlant de donner quelques chiffres, fournis par diverses récentes études, qui permettent de mieux cerner le travail colossal des proches-aidants.

- 14% de la population reçoit une aide informelle de la part de proches. Ce taux passe à 35% parmi les personnes de 85 ans et plus (Enquête suisse sur la santé 2012).

- En 2010, en Suisse romande, parmi les proches aidant un parent âgé, 75% sont des femmes. Les conjoints consacrent en moyenne quelque 99 heures par semaine à l'aide et aux soins dis-

pensés au partenaire âgé, depuis environ 7,6 ans. Lorsque ce sont les enfants qui s'occupent du parent âgé, le temps investi est de 58 heures par semaine, depuis en moyenne 4,6 ans. Cette étude mentionne que la santé des proches-aidants est en général moins bonne que celle de la moyenne de la population. (Age-Care-Suisse Latine 2010)

- En moyenne, un proche aidant investit 50 heures par semaine pour prendre soin de son proche. Les tâches comprennent se laver, s'alimenter, s'habiller, se mouvoir, les activités instrumentales comme utiliser le téléphone, faire ses courses, préparer le repas, entretenir le ménage, prendre des médicaments,

tenir son budget, le suivi médico-social, la sécurité et le soutien affectif (Association vaudoise d'aide et de soins à domicile, 2012).

D'autre part, des études aux Etats-Unis estiment:

- Entre 40 et 70% le nombre de proches-aidants qui ont des symptômes cliniquement significatifs de dépression.

- 26% des proches-aidants disent que c'est difficile émotionnellement.

- 22% se disent épuisés quand ils vont se coucher.

- Les proches-aidants souffrent deux fois plus souvent de maladies chroniques que le reste de la population.