



Dr J-C. ARTUS - Professeur Emérite - Vice-Président du CDCA formation PA

Qui sont les aidants ?

Jusqu'à il y a quelques années ils faisaient partie de la vie au sens large du terme. Les parents étaient et restent des aidants pour leurs enfants et les structures familiales, les amis, contribuaient à la bienveillance entre proches.

Depuis quelques décennies, notre société a connu des évolutions marquées. Notre espérance de vie a évolué d'une façon spectaculaire, plus 16 ans depuis 1950. Par ailleurs la cellule familiale est mise à mal par une dispersion géographique et souvent par une fragilisation des couples. Pour ces raisons est apparue une nécessité d'entraide pour les parents âgés, fragilisés.

En effet si un bon pourcentage de seniors sont en bonne santé, grâce à une prise en charge médicale et à une meilleure hygiène de vie, vient cependant un âge pour lequel l'autonomie s'effrite au profit de la faiblesse, jusqu'à la dépendance.

Cette situation conduit soit vers un établissement spécialisé soit, par décision ou par manque de moyens, la personne préfère rester à domicile. Dans les deux cas la prise en charge par des « aidants » devient nécessaire. Dans les structures adaptées les moyens existent mais ne sont pas toujours à la hauteur des besoins. C'est le cas pour les établissements spécialisés et autres EHPAD. A fortiori lorsque cette dégradation progressive concerne la maladie d'Alzheimer, dont le *nombre de diagnostics est de 225 000 par an !*

Quelles qu'en soient les raisons, pour les personnes âgées restant chez elles, leur « aide » est alors soit celle d'un personnel qualifié, assez rare mais toujours onéreux, soit, le plus souvent, la contribution et la générosité des proches : conjoints, sœurs, frères et de plus en plus souvent des enfants, encore actifs et parfois déjà seniors. Sans identification, sans compétences pour adapter leurs aides aux multiples situations de déficience, ces « aidants » se trouvent très souvent désemparés.

A l'évidence le souhait de toutes personnes âgées est de vivre le plus longtemps possible mais encore à condition de « mourir en bonne santé » ..., sauf qu'en moyenne la perte de l'autonomie dure de 7 à 8 ans. Elle croît avec l'espérance de vie, aujourd'hui de l'ordre de 85 ans pour les Femmes et 80 ans pour les Hommes ... La durée de perte d'autonomie, le nombre grandissant de personnes âgées concernées, conduisent à l'importance des « aidants » dans notre société.

C'est pourquoi, si *la prévention* pour conserver une bonne santé doit être une *priorité* afin de retarder de quelques années la survenue de la dépendance, en parallèle de cette prévention on ne peut négliger l'évolution inéluctable du nombre et de la condition des « aidants ».

Cette situation présente deux caractéristiques, les « aidants » sont de plus en plus nombreux, *8 à 10 millions de personnes* en France, et de plus leur soutien doit être adapté au besoin et ne peut rester basé sur la seule générosité. Ces deux considérations font que ces personnes constituent une population en souffrance, fatiguée, déprimée, nécessitant que l'on prenne des dispositions pour qu'elles puissent assumer, structurer leur aide sans être elles-mêmes trop impactées.

La face sombre du *gain de l'espérance de vie* ne doit pas être escamotée, c'est pourquoi ces « aidants » doivent prendre conscience des limites de leur engagement avant de devenir eux-mêmes des seniors en perte de santé. Ils doivent être informés des moyens existants, des associations, des aides Publiques ...

La loi d'adaptation de la société au vieillissement de 2021 a identifié l'existence juridique des proches aidants, aujourd'hui le gouvernement engage une stratégie pour « *Agir pour les aidant 2020 – 2022* ».

Si cette 1^{ère} semaine d'octobre est la « *Semaine Bleue* » : occasion d'une forte promotion de la prévention de la santé des seniors elle doit, aussi, mettre en valeur la double nécessité pour les aidants : celle de leur reconnaissance et celle d'une qualification de leur générosité.

Le 6 octobre 2021 est la Journée Nationale des Aidants

Pour être « bien avec les autres » il faut déjà être « bien avec soi-même. »

Dr j-C. ARTUS
Professeur Emérite
Vice-Président du CDCA formation PA