

Résumé synthétique

*Soutien des soins informels aux personnes âgées
fragiles : accompagnement des aidants sur base d'une
évaluation clinique et biologique de la charge de soins
CAREGIVER 2*

M. de Saint-Hubert, F. Potier, G. Aubouy, F. Debacq-Chainiaux, H. Martens



Contexte :

Le maintien à domicile des personnes âgées dépendantes ne peut être réalisé qu'avec le soutien d'un aidant proche qui apporte son aide à la personne âgée en déficit d'autonomie.

Etre aidant proche implique un investissement important sur le plan social, psychologique, financier et également somatique. Différentes études suggèrent que le fait d'être un aidant proche représente un facteur de risque pour la santé (Kiecolt-Glaser et al., 2003; Wu et al., 1999). Prévenir l'épuisement et les problèmes de santé d'un aidant s'avère donc indispensable pour permettre aux personnes âgées en perte d'autonomie de vivre le plus longtemps possible à domicile, dans de bonnes conditions pour le binôme aidant-aidé.

Objectifs :

Notre objectif était d'évaluer le stress physiologique des aidants, à partir de l'identification de facteurs cliniques, biologiques, immunitaires et génomiques. En concertation avec les équipes de coordination d'aide et de soins à domicile nous souhaitons créer un outil qui permettrait un dépistage précoce de l'épuisement de l'aidant et la mise en place d'aides au domicile.

Méthode :

Nous avons comparé des données de santé de 82 aidants proches prenant soin de leur conjoint, et de 82 personnes contrôles, vivant avec un conjoint autonome. Nous avons également revu les aidants 16 mois après leur premier bilan de santé. Nous avons évalué le fardeau de l'aidant mais également ses ressources via le sentiment de cohérence. Nous avons dépisté les risques de fragilité, de dépression, de dénutrition. Les analyses biologiques ont inclut des marqueurs d'inflammation, d'immunité et des marqueurs transcriptomiques (expression des gènes).

Résultats :

- L'âge moyen des aidants de notre échantillon est de 79 ans et un peu plus de la moitié sont des femmes. La plupart de ces aidants réalisent des activités instrumentales de la vie journalière comme faire les courses, les repas et préparer les médicaments. Une plus petite proportion d'entre eux effectue la toilette et l'habillage. Les professionnels les plus fréquemment présents au domicile des couples aidants-aidés sont les aides ménagères (59%), les infirmières (58%), les kinésithérapeutes (52%) et les aides familiales (23%). La grande majorité des conjoint aidés rencontrés présentaient des troubles cognitifs (82%).
- Concernant le fardeau des aidants, la dimension la plus importante est la perturbation de ses activités. Deux tiers des aidants mentionnent qu'ils doivent s'interrompre dans leurs activités domestiques, ou qu'ils ont dû supprimer des activités de leur emploi du temps depuis qu'ils s'occupent de leur proche. Malgré ce fardeau, 69% des aidants considèrent l'aide informelle comme une source de gratification et d'épanouissement. Cette dimension mesure le désir et le plaisir de s'occuper de son proche. Nous retrouvons un fardeau plus important chez les aidants de patients plus dépendants pour les activités de la vie journalière. Par contre, un âge plus avancé et un sentiment de cohérence plus élevé sont associés à un fardeau plus léger. Si le sentiment de cohérence semble être un facteur protecteur du fardeau, les formations destinées aux aidants expliquant la pathologie de la

personne aidée et fournissant des conseils pour mieux gérer les différentes situations pourraient potentiellement diminuer le fardeau de l'aidant.

- Concernant leur santé, les aidants sont plus à risque de fragilité, plus à risque de consommer des antidépresseurs, d'avoir des nuits plus courtes et d'avoir plus de difficultés à maintenir leur réseau social.
- D'un point de vue biologique, les marqueurs sanguins mesurés chez les aidants ne sont pas différents de ceux mesurés chez les personnes contrôles.
- A la fois des caractéristiques de la personne aidée et de l'aidant sont associées à l'entrée en maison de repos du proche aidé. En effet, nous avons observé une entrée en maison de repos du proche aidé dans deux circonstances: quand la personne aidée présentait une démence "assez grave" et lorsque l'aidant présentait un fardeau modéré à sévère.
- La santé des conjoints aidants est complexe et nous n'avons malheureusement pas trouvé de déterminants de l'évolution de la fragilité ou du fardeau qui nous permettrait de faire une prévention plus ciblée des dyades « à risque ». La décision a alors été prise avec ASD Namur, le parrain du projet de réaliser une formation aux professionnels du domicile afin de donner des pistes concrètes d'évaluation et de soutien aux aidants. Cette formation a aussi été l'occasion de découvrir un nouveau métier d'accompagnement des aidants créé à Bordeaux et de faire connaître les projets et les ressources que représentent L'ASBL Aidants Proches.