

maple

Prendre soin des autres, mais à quel prix?

La situation des proches aidants au Canada



Table des matières

Résumé	3	L'influence du genre sur l'expérience des proches aidants	10
Lettre de notre directeur général et cofondateur	4	Les répercussions économiques invisibles du rôle de proche aidant	11-13
Un système qui ne répond pas aux besoins des familles canadiennes	5	Au-delà de l'attente : les conséquences d'un accès limité pour les proches aidants	14
La génération sandwich à bout de souffle	6-7	Vers un système de santé plus intelligent et connecté	15-16
Les lacunes grandissantes dans les soins de santé pour les enfants	8	Que réserve l'avenir aux proches aidants du Canada?	17
Conjuguer travail et rôle de proche aidant	9	À propos de Maple	18

Résumé

Au Canada, de nombreuses familles tiennent silencieusement le système de santé à bout de bras.

D'un bout à l'autre du pays, des parents, des partenaires et des enfants adultes viennent combler les lacunes de plus en plus grandes dans notre système de santé en devenant proche aidant pour coordonner les soins, gérer les médicaments et défendre les intérêts de leurs proches. Et pendant ce temps, ils ont du mal à obtenir des soins pour eux-mêmes. Ce qui était à l'origine un geste d'amour personnel est devenu une stratégie d'adaptation nationale.

Et les chiffres actuels sont alarmants. Plus de 7,8 millions de Canadiens¹ prodiguent désormais chaque semaine des soins non rémunérés, ce qui représente collectivement 5,7 milliards d'heures par année, soit près de 97,1 milliards de dollars perdus pour l'économie². Derrière chacune de ces heures consacrées au rôle de proche aidant, il y a une personne qui accorde la priorité à quelqu'un d'autre, qui s'absente du travail, qui remet ses propres rendez-vous, qui porte en silence le fardeau d'un système sous pression.

Il y a les parents qui doivent s'occuper de leur enfant malade en plein milieu de la nuit; il y a les enfants adultes qui coordonnent à distance les rendez-vous médicaux de leurs parents âgés; il y a les familles qui essaient tant bien que mal de rester en santé même s'il est de plus en plus difficile d'obtenir des soins rapidement.

Peu à peu devenus le filet de sécurité du Canada, les proches aidants demandent rarement qu'on les applaudisse, mais ils ont désespérément besoin de soutien. Leurs histoires lèvent le voile sur une vérité de plus en plus répandue : les proches aidants sont devenus l'infrastructure invisible qui soutient le système de santé canadien³. Ces personnes débrouillardes et résilientes sont épuisées, et elles méritent mieux.

Prendre soin des autres, mais à quel prix? Avec son rapport de l'automne 2025 sur les familles et les proches aidants, Maple offre son analyse la plus complète à ce jour sur les coûts humains et économiques que représentent les responsabilités des proches aidants au Canada. En nous appuyant sur les travaux de recherche derrière nos précédents rapports [Mieux vaut prévenir que guérir](#) et [Des lacunes à régler d'urgence](#), nous y faisons le lien entre la pénurie de médecins, les besoins négligés des enfants en matière de santé, l'épuisement des proches aidants et les pertes de productivité au travail. Notre objectif : montrer qu'il ne s'agit pas là de problèmes distincts, mais de différents aspects d'un même système interconnecté qui a grandement besoin de faire peau neuve.

Le fardeau des proches aidants en chiffres



57 %

des proches aidants canadiens disent que le système de santé ne répond que parfois à leurs besoins



60 %

retardent le moment d'obtenir des soins pour eux-mêmes parce qu'ils font passer leur proche en premier



63 %

affirment que leurs responsabilités de proche aidant nuisent à leur santé mentale

Le défi est colossal, mais les possibilités qu'il ouvre le sont tout autant. Tant les employeurs que les gouvernements ont là une occasion en or de susciter le changement. Élargir l'accès aux outils et solutions de santé modernes, comme les soins virtuels, leur permettrait de renforcer le soutien offert aux personnes qui, discrètement, en font le plus : celles qui prennent soin de leurs enfants, de leurs parents âgés et de leur foyer au complet.

Quand les familles sont obligées de remédier elles-mêmes au manque de soins, le système échoue à répondre aux besoins de la population. En revanche, quand elles obtiennent le soutien dont elles ont besoin, c'est bénéfique pour tout le monde.



Le présent rapport vous invite à découvrir les témoignages de proches aidants canadiens.

RÉSUMÉ

Lettre de notre directeur général et cofondateur

En tant qu'urgentologue, j'ai rencontré un nombre incalculable de parents et de proches aidants qui font de leur mieux pour soutenir ceux qui dépendent d'eux. Trop souvent, ces personnes finissent par se retrouver à l'urgence. Pas par choix, mais parce qu'elles n'ont nulle part d'autre où aller pour obtenir des soins courants. La difficulté de trouver un médecin de famille est une grande source de frustrations, tout comme les longs temps d'attente pour obtenir un rendez-vous même quand on a un fournisseur de soins, ou pour consulter le bon spécialiste quand il n'y a pas de temps à perdre.

Nous avons mené un sondage pour mieux comprendre les conséquences qu'ont la fragmentation et la surcharge du système sur les familles et les proches aidants. Et les résultats sont frappants. Près des deux tiers des proches aidants affirment que le système de santé ne répond que parfois à leurs besoins. La plupart des personnes sondées disent qu'elles retardent le moment d'obtenir des soins pour elles-mêmes parce qu'elles font passer leur proche en premier, et beaucoup déclarent que la pression liée à leur rôle nuit à leur santé mentale, à leur situation financière et à leur capacité à travailler.

Ce ne sont pas là des cas isolés. Ces histoires représentent une réalité de plus en plus répandue au Canada : l'accès à des soins est de plus en plus difficile, ce qui force les familles à en assumer la responsabilité. Et les conséquences ne se font pas sentir seulement à la maison, mais aussi au travail et au sein de l'économie en général. Quand les proches aidants sont à bout de souffle, ce sont toutes les sphères de la société qui en ressentent les contrecoups.

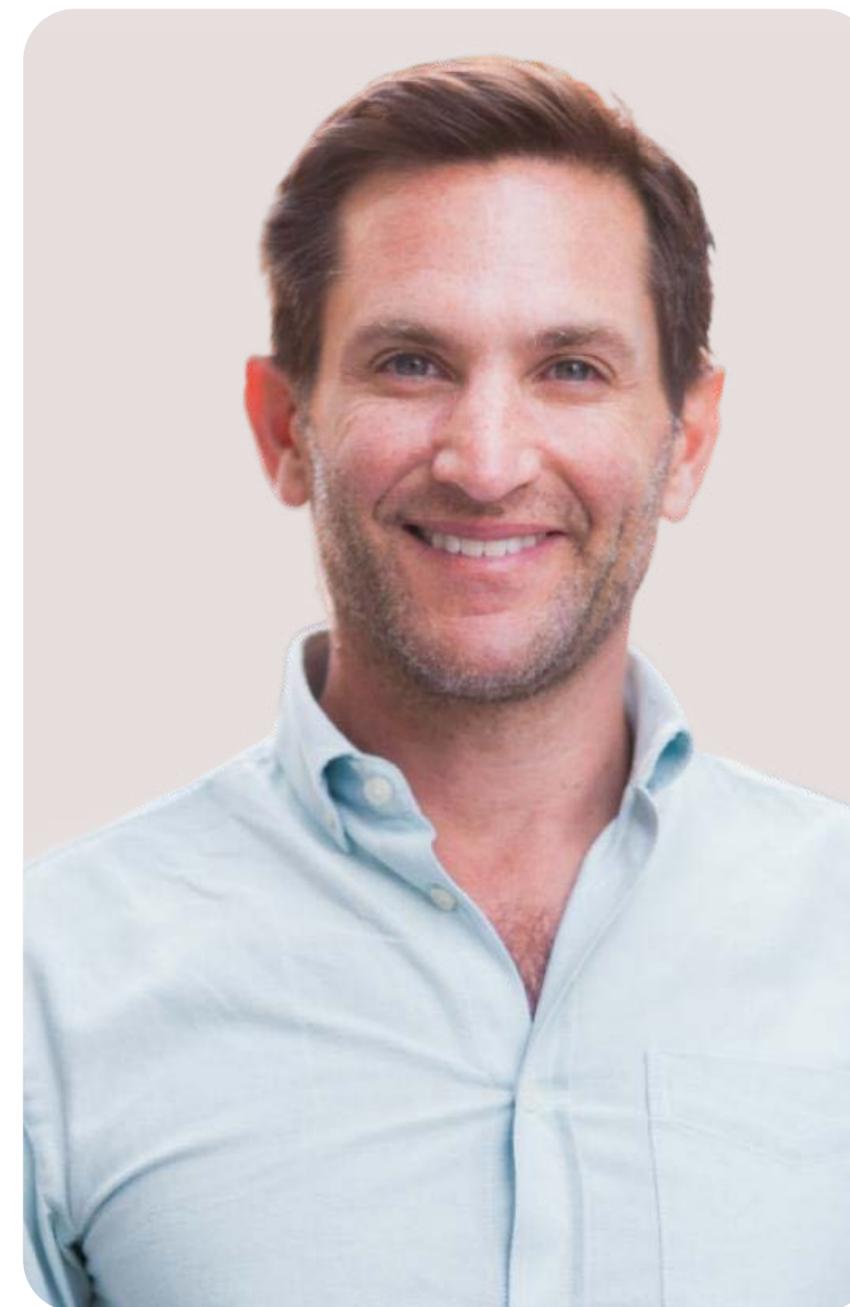
Chez Maple, nous croyons que le moment est venu de passer à l'action. Le système de santé canadien repose sur des valeurs fortes, mais il faut des solutions modernes pour que ces valeurs puissent perdurer. Des soins proactifs assistés par la technologie, comme les consultations virtuelles et les outils cliniques propulsés par l'intelligence artificielle, peuvent contribuer à améliorer l'accès et à soutenir les familles avant que des problèmes mineurs se transforment en crises majeures. Il existe aussi un besoin de services d'assistance évolutifs et faciles d'accès qui, à l'aide de l'IA et d'autres technologies, orienteraient les gens vers les soins cliniques appropriés et d'autres mesures de soutien, comme l'ergothérapie, les soins à domicile et d'autres services communautaires.

Notre objectif n'est pas de remplacer le système qui existe déjà, mais de lui prêter main-forte. En intégrant à notre système de santé les soins virtuels, les renseignements basés sur des données et les innovations fondées sur l'IA, nous pouvons accroître la portée des professionnels de la santé, alléger le fardeau imposé aux familles et offrir des soins plus connectés et efficaces.

Chaque personne au Canada mérite un accès rapide aux soins. Et chaque proche aidant mérite du soutien. Grâce à la collaboration entre les gouvernements, les employeurs et les partenaires du secteur de la santé, nous pouvons bâtir ensemble un système de santé qui incarne les valeurs dans lesquelles il est ancré.



D^r Brett Belchetz
Cofondateur et directeur général de Maple



Un système qui ne répond pas aux besoins des familles canadiennes



Au Canada, les familles et les proches aidants qui cherchent à accéder rapidement à des soins fiables se heurtent à des défis de taille.

Étant donné que la demande de services augmente et que la pénurie de fournisseurs de soins est de plus en plus criante, le poids des lacunes du système pèse encore plus lourd sur les épaules des personnes qui assument des responsabilités de proches aidants.

Le présent rapport est fondé sur les réponses à un sondage mené auprès d'un échantillon représentatif de parents et de proches aidants canadiens : des couples ou des chefs de famille monoparentale qui élèvent des enfants, des personnes qui s'occupent de parents âgés, ou des membres de la génération sandwich qui jouent ces deux rôles à la fois.

L'histoire de tous ces groupes a un point en commun : il n'a jamais été aussi ardu pour les proches aidants d'obtenir des soins qui devraient pourtant être faciles d'accès.

Seulement 15 % des proches aidants disent que le système de santé répond à leurs besoins de façon constante. Parmi ces personnes, celles qui s'occupent d'enfants (76 %) ou d'un conjoint ou partenaire (75 %) sont plus susceptibles de considérer, au moins parfois, leurs besoins satisfaits que celles qui s'occupent d'un parent ou d'un proche âgé (65 %) ou d'autres membres de leur famille (55 %).

La plupart des proches aidants se disent frustrés des longs délais d'accès aux soins et du manque de disponibilité des fournisseurs de soins.

Beaucoup voudraient pouvoir accéder plus facilement à des professionnels de la santé et bénéficier d'un meilleur soutien communautaire :



Et ces obstacles ne sont pas simplement inconfortants. Une majorité (60 %) des personnes sondées ont déclaré avoir reporté le moment d'obtenir des soins pour elles-mêmes parce qu'elles font passer leur proche en premier. En outre, plus d'un quart (27 %) des proches aidants ont affirmé que les longs temps d'attente lors des rendez-vous leur faisaient subir des pertes de salaire. D'autres disent avoir dû rater des heures de travail à cause des embouteillages (35 %) ou du temps passé dans les transports en commun (26 %) pour se rendre à un rendez-vous médical avec leur(s) personne(s) à charge.

Sans la possibilité d'avoir accès à des soins modernes et connectés, trop de gens se retrouvent à devoir jongler avec des responsabilités complexes en ne pouvant compter que sur un soutien limité de la part d'un système qui n'est plus adapté à la réalité des familles d'aujourd'hui.

La génération sandwich à bout de souffle



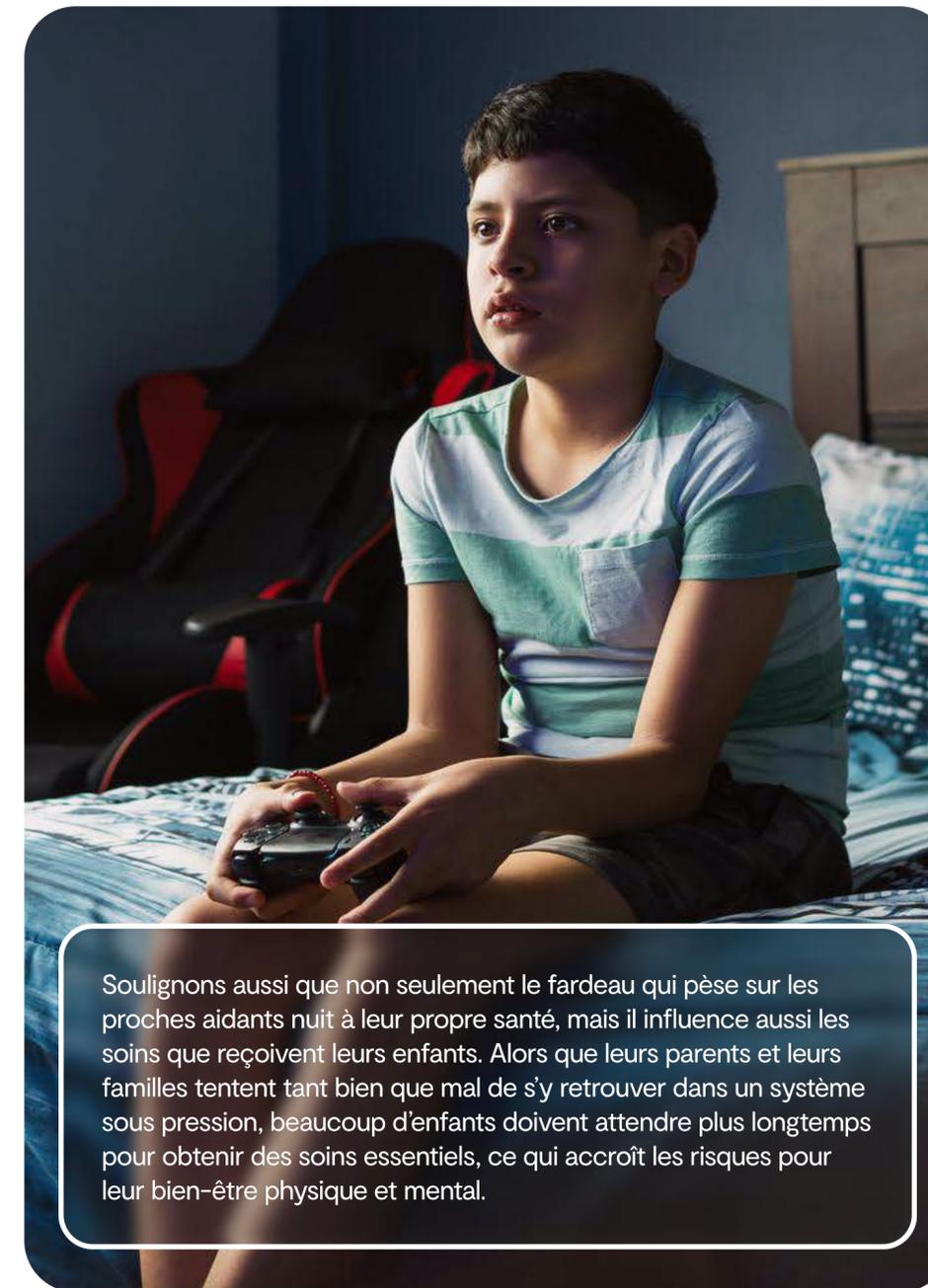
Des millions de Canadiens sont proches aidants pour plus d'une génération. En effet, les personnes de la « génération sandwich », c'est-à-dire celles qui ont entre 35 et 54 ans environ et doivent s'occuper à la fois de leurs enfants et de parents âgés, doivent assumer ces deux responsabilités à temps plein tout en tentant de prendre soin de leur propre santé, de poursuivre leur carrière et d'assurer leur stabilité.



Devenu l'infrastructure invisible sur laquelle repose le système de santé canadien, ce groupe prend en charge un rôle exigeant, et beaucoup plus de soutien serait nécessaire pour éviter que le stress qui l'accable entraîne des conséquences irréversibles. Au Canada, en 2022, près de la moitié (42 %) des personnes de 15 ans ou plus ont prodigué des soins non rémunérés à un enfant ou à un adulte vivant avec un handicap ou une maladie chronique⁴. Le fait que tant de personnes endossent des responsabilités de proche aidant met en lumière le nombre non négligeable de familles qui, face aux lacunes grandissantes du système de santé canadien, s'engagent à remédier elles-mêmes à la situation.

Plus de la moitié des proches aidants canadiens gèrent les soins de santé d'au moins un enfant, alors que 27 % le font pour un parent ou un proche âgé. Et parmi les 6 % qui, en tant que membres de la génération sandwich, font les deux, 86 % déclarent que cette double responsabilité nuit à au moins un aspect de leur santé et de leur bien-être⁵. Ces personnes sont fatiguées, anxieuses et croulent sous la pression.

Et la perspective de devoir assumer encore plus de responsabilités (notamment pour prendre soin de leurs parents âgés) les inquiète, car cela risque d'avoir des répercussions sur leur carrière. Trois personnes sur quatre (76 %) craignent que le nombre d'heures qu'elles peuvent consacrer au travail en souffre, alors que les deux tiers s'inquiètent des conséquences sur leur avancement professionnel (67 %) ou carrément sur leur capacité à conserver leur emploi (66 %)⁶. Ces inquiétudes sont parfois fondées : les deux tiers disent avoir effectivement dû modifier leur horaire ou réduire leurs heures de travail, leurs tâches ou leurs responsabilités professionnelles⁷.



Soulignons aussi que non seulement le fardeau qui pèse sur les proches aidants nuit à leur propre santé, mais il influence aussi les soins que reçoivent leurs enfants. Alors que leurs parents et leurs familles tentent tant bien que mal de s'y retrouver dans un système sous pression, beaucoup d'enfants doivent attendre plus longtemps pour obtenir des soins essentiels, ce qui accroît les risques pour leur bien-être physique et mental.

Les lacunes grandissantes dans les soins de santé pour les enfants

Partout au Canada, les parents ont de plus en plus de mal à obtenir des soins pour leurs enfants dans des délais respectables. Les disponibilités limitées des pédiatres, les longs temps d'attente pour obtenir un rendez-vous et la difficulté d'accès à du soutien en santé mentale causent de l'anxiété et de l'incertitude aux familles, qui ne savent plus vers qui se tourner quand leurs enfants ont besoin de soins.

Seuls 59 % des parents canadiens se sentent confiants dans leur capacité à obtenir rapidement des soins pour leurs enfants⁸. Ce manque de confiance en notre système de santé accroît le niveau de stress des parents et les pousse à se rendre à l'urgence quand leur enfant a besoin de soins.



Pendant la période 2023-2024, dans le groupe des enfants de 2 à 9 ans, 26 % des visites à l'urgence concernaient un problème de santé propice aux soins primaires⁹. Toutefois, comme 12 % des parents signalent que leur enfant n'a pas de médecin de famille, et comme 83 % des Canadiens se disent préoccupés par les longs retards dans l'accès aux services de santé pressants pour les enfants¹⁰, beaucoup voient l'urgence comme la seule option qui s'offre à eux.

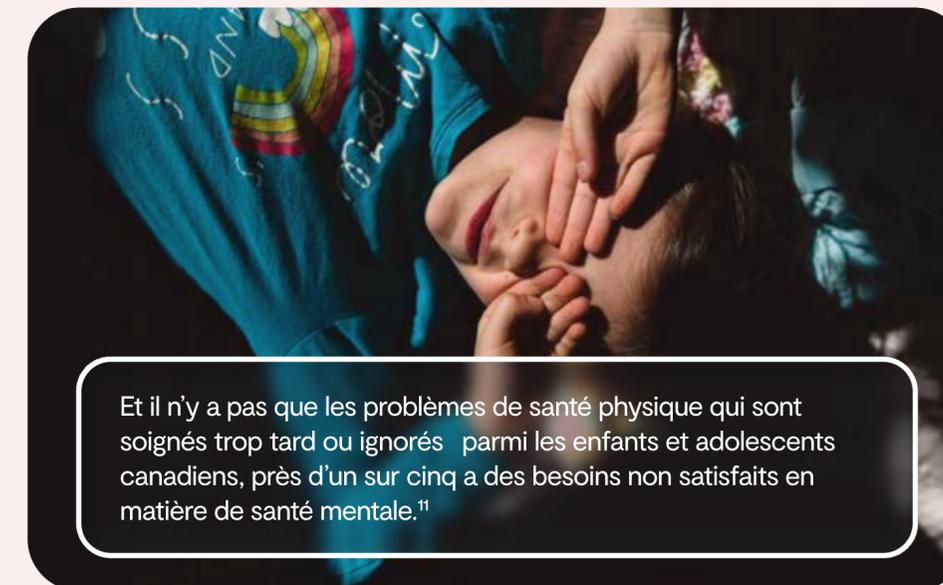
Les obstacles aux soins augmentent le stress des proches aidants et le recours aux urgences :



Des soins en temps opportun pour des familles en meilleure santé

La possibilité de consulter rapidement un pédiatre ou un médecin de famille, que ce soit en personne ou virtuellement, aide à éviter que des problèmes de santé mineurs deviennent des urgences. Un accès précoce à des soins proactifs permet aux familles d'obtenir des conseils et de faire traiter les problèmes avant qu'ils s'aggravent. Résultat : moins de stress pour les parents et pour le système de santé. Les soins virtuels, en particulier, rendent plus facile pour les parents de consulter rapidement un fournisseur de soins, ce qui aide les enfants à rester en santé et réduit le nombre de visites inutiles à l'urgence.

Lorsqu'il devient trop difficile d'accéder à des soins pour les enfants, ce sont les familles qui en paient le prix. Les parents et les proches aidants passent plus de temps à gérer les rendez-vous et à revendiquer des soins, souvent au détriment de leur propre bien-être et de leur stabilité professionnelle.



Et il n'y a pas que les problèmes de santé physique qui sont soignés trop tard ou ignorés parmi les enfants et adolescents canadiens, près d'un sur cinq a des besoins non satisfaits en matière de santé mentale.¹¹

LES LACUNES GRANDISSANTES DANS LES SOINS DE SANTÉ POUR LES ENFANTS

Sources : ⁸Santé des enfants Canada, 2023 : <https://www.newswire.ca/fr/news-releases/les-canadiens-sont-tres-preoccupes-par-l-acces-aux-services-de-sante-pour-enfants-revele-un-nouveau-sondage-822799921.html>

⁹ICIS, 2024 : <https://www.cih.ca/fr/acces-aux-soins-primaires-et-virtuels-visites-a-lurgence-pour-des-conditions-propices-aux-soins/variations-de-lacces-aux-soins-primaires-entre-les-groupes-de>

¹⁰Santé des enfants Canada, 2023 : <https://www.newswire.ca/fr/news-releases/les-canadiens-sont-tres-preoccupes-par-l-acces-aux-services-de-sante-pour-enfants-revele-un-nouveau-sondage-822799921.html>

¹¹Statistique Canada, 2025 : <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/250310/dq250310a-fra.htm>

Conjuguer travail et rôle de proche aidant



Entre la maison, le travail et la salle d'attente à l'hôpital, les proches aidants doivent constamment réorganiser leur horaire. Employé, parent, partenaire, défenseur des droits de son proche : un proche aidant doit souvent porter tous ces chapeaux à la fois. Et comme il est rare que les exigences du rôle des proches aidants s'intègrent harmonieusement à leur horaire de travail, bon nombre d'entre eux se sentent au bout du rouleau et peinent à assumer toutes ces responsabilités à la fois.

Beaucoup de proches aidants ont du mal à concilier ce rôle avec leurs obligations professionnelles : 50 % disent que la conciliation entre le travail et les responsabilités de proche aidant sont leur principale source de stress économique. La plupart d'entre eux ont dû puiser dans leurs vacances (60 %) ou leurs congés de maladie (63 %) pour s'acquitter de ces responsabilités, et 74 % des parents utilisent leurs congés de maladie pour s'occuper de leurs enfants. Cela nuit non seulement à leur productivité au travail, mais aussi à leur propre capacité à prendre du mieux quand ils tombent malades ou à profiter de leurs congés pour faire le plein d'énergie.

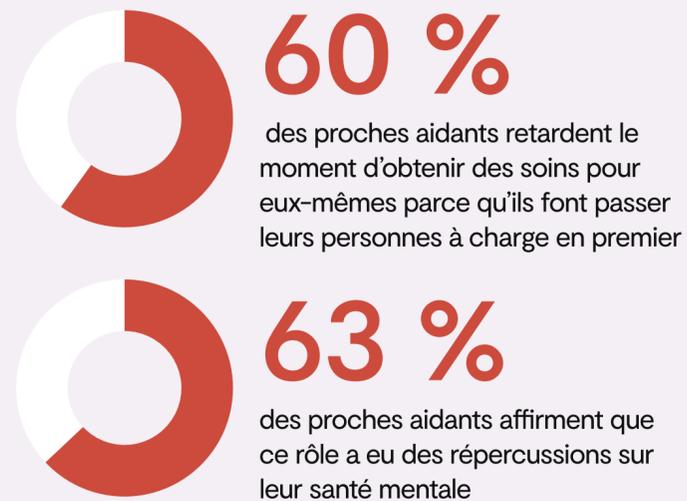
Parmi les Canadiens ayant répondu au sondage, 86 % ont affirmé que leur rôle de proche aidant avait des répercussions sur leur propre état de santé et les deux tiers, qu'il avait des conséquences sur leur emploi¹².

La santé mentale et physique reléguée aux oubliettes

Le rôle des proches aidants entraîne de plus en plus d'enjeux de santé mentale : il y a quelques années à peine, une personne sur quatre affirmait que sa santé mentale était passable ou mauvaise. Les proches aidants se sentaient fatigués (47 %), anxieux (44 %) ou débordés (37 %) à cause de leurs responsabilités¹³.



Quand s'occuper des autres rime avec coût personnel :



Les personnes qui s'occupent d'un parent ou d'un proche âgé sont les plus susceptibles d'être stressées lorsqu'elles s'aventurent dans le système de santé dans le but d'obtenir des soins pour leurs personnes à charge (47 %), alors que celles qui s'occupent d'enfants sont celles qui risquent le plus de vivre du stress à cause des longs temps d'attente pour obtenir des soins d'urgence (60 %).

En outre, les proches aidants qui ont un emploi sont près de deux fois plus susceptibles de s'absenter du travail pour des raisons de santé mentale (10 %) que les gens qui ne sont pas proches aidants (6 %). Par ailleurs, l'épuisement professionnel touche un tiers (33 %) des proches aidants qui ont un emploi¹⁴.

Soutenir la santé mentale des proches aidants

Il est primordial que les proches aidants puissent obtenir rapidement des soins en santé mentale adaptés à leur situation. Pourtant, ceux-ci demeurent souvent inaccessibles. Les exigences émotionnelles du rôle de proche aidant peuvent être épuisantes et anxiogènes, surtout pour les personnes dont le système de soutien est limité. Un accès régulier à du counseling, à des séances de thérapie virtuelle ou à du soutien par les pairs peut aider les proches aidants à gérer leur stress avant qu'il prenne trop d'ampleur, ce qui leur permet de prendre soin de leur propre bien-être tout en continuant de s'occuper d'autres personnes.

La pression liée aux responsabilités des proches aidants touche tout le monde au Canada, mais pas toujours de la même façon. Les différences dans les rôles des proches aidants, leurs responsabilités et le soutien auquel ils ont accès révèlent des disparités évidentes dans la manière dont une personne subit cette pression selon son genre.

La pression liée aux responsabilités des proches aidants touche tout le monde au Canada. Certaines personnes ont des modalités de travail flexibles ou un soutien familial, ce qui leur permet de trouver un équilibre, mais d'autres sont contraintes de sacrifier leurs revenus, leur temps libre, voire leur propre santé pour prendre soin de leurs proches. Cette différence d'expérience en matière de soins met également en lumière des disparités évidentes entre les genres, tant dans la façon dont le poids psychologique des soins est perçu que dans la répartition des responsabilités liées à la prise en charge.

L'influence du genre sur l'expérience des proches aidants

Presque toutes les familles canadiennes assument certaines responsabilités de proches aidants, mais cette expérience est loin d'être la même pour tout le monde. Le genre détermine non seulement qui prendra en charge ces responsabilités, mais aussi la façon dont la personne interagira avec un système qui ne parvient souvent pas à répondre à ses besoins.

Selon les résultats de notre sondage, parmi les proches aidants, les femmes sont moins susceptibles que les hommes d'estimer qu'elles obtiennent les soins de santé dont elles ont besoin. Tant les hommes que les femmes ont du mal à s'y retrouver dans le système de santé quand ils cherchent des soins pour leurs personnes à charge, mais leurs principales sources de stress ne sont pas nécessairement les mêmes.

Ce qui cause du stress aux femmes : s'y retrouver dans le système de santé quand elles cherchent des soins pour leurs personnes à charge (36 % contre 30 % chez les hommes), concilier leurs propres besoins de soins de santé avec les besoins de leurs personnes à charge (36 % contre 23 % chez les hommes) et obtenir les soins dont elles ont besoin, notamment en matière de santé mentale (37 % contre 28 % chez les hommes).

Les personnes qui ont répondu au sondage nous ont également révélé que la gestion des soins de santé pour les enfants incombe plus souvent aux hommes (61 %) qu'aux femmes (51 %), mais qu'en revanche, plus de femmes (31 %) que d'hommes (21 %) gèrent les soins pour les parents ou proches âgés.

En ce qui concerne le travail, plus de femmes (72 %) que d'hommes (62 %) affirment que le fait de devoir à la fois mener leur carrière et s'occuper d'un proche était une importante source de stress.

Quand on regarde au-delà de ces différences entre les genres, on voit des proches aidants qui font de leur mieux pour répondre à des exigences impossibles. Tant les femmes que les hommes consacrent une grande partie de leur temps, de leurs finances et de leur énergie à prendre soin d'autres personnes. Le stress qui en découle se répercute sur les milieux de travail et sur l'économie dans son ensemble. Les responsabilités beaucoup trop lourdes des proches aidants coûtent cher, une réalité qu'on ne peut plus ignorer.



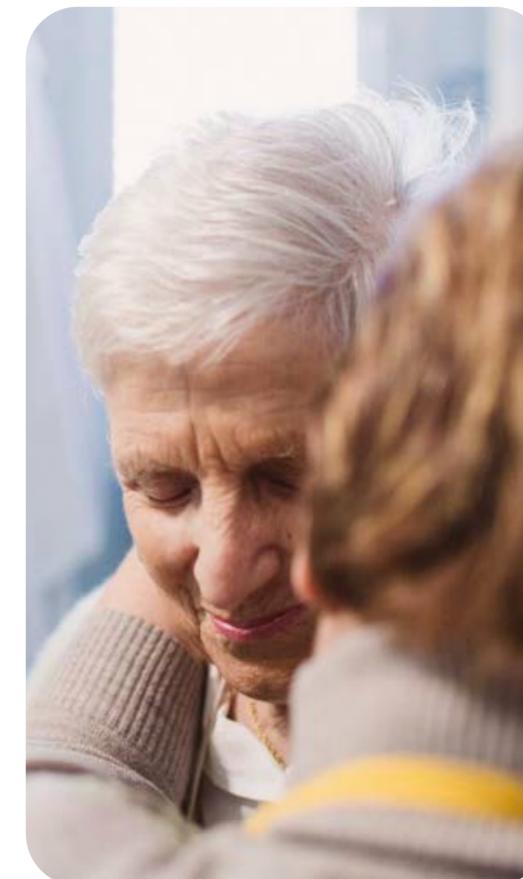
65 % des femmes et 54 % des hommes

retardent le moment d'obtenir des soins pour eux-mêmes parce qu'ils font passer ceux de leurs personnes à charge en premier



70 % des femmes et 55 % des hommes

affirment que leurs responsabilités de proche aidant nuisent à leur santé mentale



42 % des femmes et 33 % des hommes

disent éprouver du stress à cause du manque de services de soutien (aide à la vie autonome, services de garde, soins à domicile)

Les répercussions économiques invisibles du rôle de proche aidant

Débordés, les proches aidants assument une énorme charge de travail non rémunérée qui met à rude épreuve leurs finances, leur santé et leur productivité, ce qui fait perdre des milliards de dollars à l'économie. Pendant ce temps, les longs délais pour obtenir des soins de santé aggravent le stress et accroissent les pertes pour les lieux de travail.

Les proches aidants fournissent en moyenne 30 heures de soins non rémunérés par semaine¹⁵, soit un total combiné de 5,7 milliards d'heures par année, ce qui équivaut à une contribution à l'économie canadienne estimée à 97,1 milliards de dollars par année¹⁶, beaucoup dépensant au moins 1 000 \$ par mois de leur poche pour soutenir la personne dont ils s'occupent¹⁷.

Par ailleurs, le temps et l'argent que les proches aidants doivent personnellement consacrer à leurs responsabilités accentuent le stress lié au coût de la vie dont font état près des deux tiers (62 %) d'entre eux. Un quart (27 %) ont subi des pertes de salaire en raison du temps nécessaire pour accompagner leurs personnes à charge à leurs rendez-vous. En outre, parce qu'ils devaient se rendre en personne aux rendez-vous médicaux de leur(s) personne(s) à charge, beaucoup d'entre eux ont aussi été coincés dans les embouteillages (35 %) ou subi les aléas des transports en commun lents ou peu fiables (26 %), du temps qu'ils auraient pu passer à travailler.

Mais les proches aidants ne subissent pas que des conséquences financières à court terme : leur rôle a aussi une incidence sur leurs projets de carrière et de retraite.

Plus de la moitié (58 %) des proches aidants disent que leurs responsabilités nuisent à leur capacité de concentration ou à leur productivité au travail. Ces effets se font particulièrement sentir chez les 18 à 34 ans (soit les deux tiers, ou 65 %) par rapport aux personnes de 35 à 54 ans (58 %) et à celles de 55 ans ou plus (53 %).

En outre, les deux tiers (68 %) des proches aidants affirment que le fait de devoir à la fois mener leur carrière et s'occuper d'un proche était une importante source de stress. Encore une fois, ce stress est particulièrement marqué chez les 18 à 34 ans (73 %).

Cela a des répercussions considérables sur l'économie en général : les responsabilités des proches aidants et les retards dans les soins entraînent des pertes de productivité, de l'absentéisme et du présentéisme qui, à leur tour, coûtent des milliards de dollars à l'économie canadienne chaque année^{18 19}.



LES RÉPERCUSSIONS ÉCONOMIQUES INVISIBLES DU RÔLE DE PROCHE AIDANT

Sources : ¹⁵Centre canadien d'excellence pour les aidants, 2024 : <https://canadiancaregiving.org/fr/communique-etre-aidant/> ¹⁶Centre canadien d'excellence pour les aidants, 2022 : https://canadiancaregiving.org/wp-content/uploads/2022/11/CCEA_Prendre-soin.pdf

¹⁷Centre canadien d'excellence pour les aidants, 2024 : <https://canadiancaregiving.org/fr/communique-etre-aidant/> ¹⁸Commission de la santé mentale du Canada : <https://commissionsantementale.ca/wp-content/uploads/2020/07/Promouvoir-la-sante-mentale-a-la-petite-enfance.pdf>

¹⁹Centre canadien d'excellence pour les aidants, 2024 : <https://canadiancaregiving.org/fr/communique-etre-aidant/>

La plupart des proches aidants canadiens (92 %) estiment que les lacunes dans le système de santé (longs temps d'attente, manque d'accès à des soins fiables) réduisent la productivité au travail plus que ce qui serait nécessaire.



Le moment est venu pour les gouvernements et les employeurs d'agir

Les employeurs peuvent jouer un rôle important dans le soutien aux proches aidants grâce à des initiatives comme les programmes d'aide aux employés (PAE) ou les congés pour proches aidants^{20 21}. Parmi les personnes ayant répondu au sondage, 58 % affirment bénéficier du soutien de leur employeur pour ce qui concerne les problèmes de santé ou la gestion des soins à leur proche, mais 47 % mentionnent que leurs avantages sociaux ne leur offriraient pas un accès plus facile, rapide ou pratique à des soins de santé pour eux-mêmes ou leur famille.

Les personnes qui s'occupent de quelqu'un qui n'est pas un enfant se sentent moins soutenues par leur employeur :



65 %

des personnes qui s'occupent d'enfants affirment bénéficier du soutien de leur employeur pour ce qui concerne les problèmes de santé ou la gestion des soins à leur proche, mais le pourcentage est plus bas chez les personnes qui s'occupent d'un autre membre de leur famille (59 %),

d'un conjoint (57 %), d'un parent ou proche âgé (51 %) ou d'une personne qui ne fait pas partie de leur famille (45 %).

Par rapport aux personnes qui s'occupent d'enfants (43 %) ou de leur conjoint ou partenaire (45 %), celles qui prennent soin de parents ou proches âgés sont plus susceptibles (55 %) de penser que leurs avantages sociaux ne leur offrent pas un accès plus facile, rapide ou pratique à des soins de santé.

Pas moins de 79 % croient que les employeurs devraient en faire plus pour faciliter l'accès de leurs employés aux soins de santé, alors que 93 % considèrent que l'amélioration de l'accès aux soins de santé relève principalement de la responsabilité du gouvernement.

♥ Soutenir les proches aidants au travail

Les programmes d'aide aux employés (PAE) peuvent fournir un soutien essentiel aux proches aidants, car ils leur donnent accès à du counseling, à des services de santé mentale et à des ressources pratiques pour les aider à gérer leurs multiples responsabilités et le stress qu'elles occasionnent. Lorsqu'ils bénéficient d'une promotion et d'une intégration efficaces, les PAE peuvent réduire l'épuisement professionnel, améliorer le bien-être et favoriser une culture d'entreprise soutenant mieux les employés qui doivent concilier responsabilités de proche aidant et tâches professionnelles.



Mais même quand les politiques et le lieu de travail leur offrent un meilleur soutien, l'attente reste longue pour beaucoup de proches aidants. En effet, un défi important demeure au sein d'un système de santé surchargé, les longs délais et la pénurie de fournisseurs de soins rendent l'accès aux soins plus difficile que jamais, à un moment où ils sont pourtant plus essentiels que jamais.

Au-delà de l'attente : les conséquences d'un accès limité pour les proches aidants

Plus la population du Canada continue de croître, plus l'accès à des ressources de santé est difficile pour les gens qui y habitent. Entre 2022 et 2023, le Canada a perdu 3 % de ses médecins de famille²², ce qui ne laisse que 12 médecins par tranche de 10 000 personnes. Et en 2023, 5,4 millions d'adultes canadiens (17 %) disaient ne pas avoir de fournisseur de soins régulier.²³

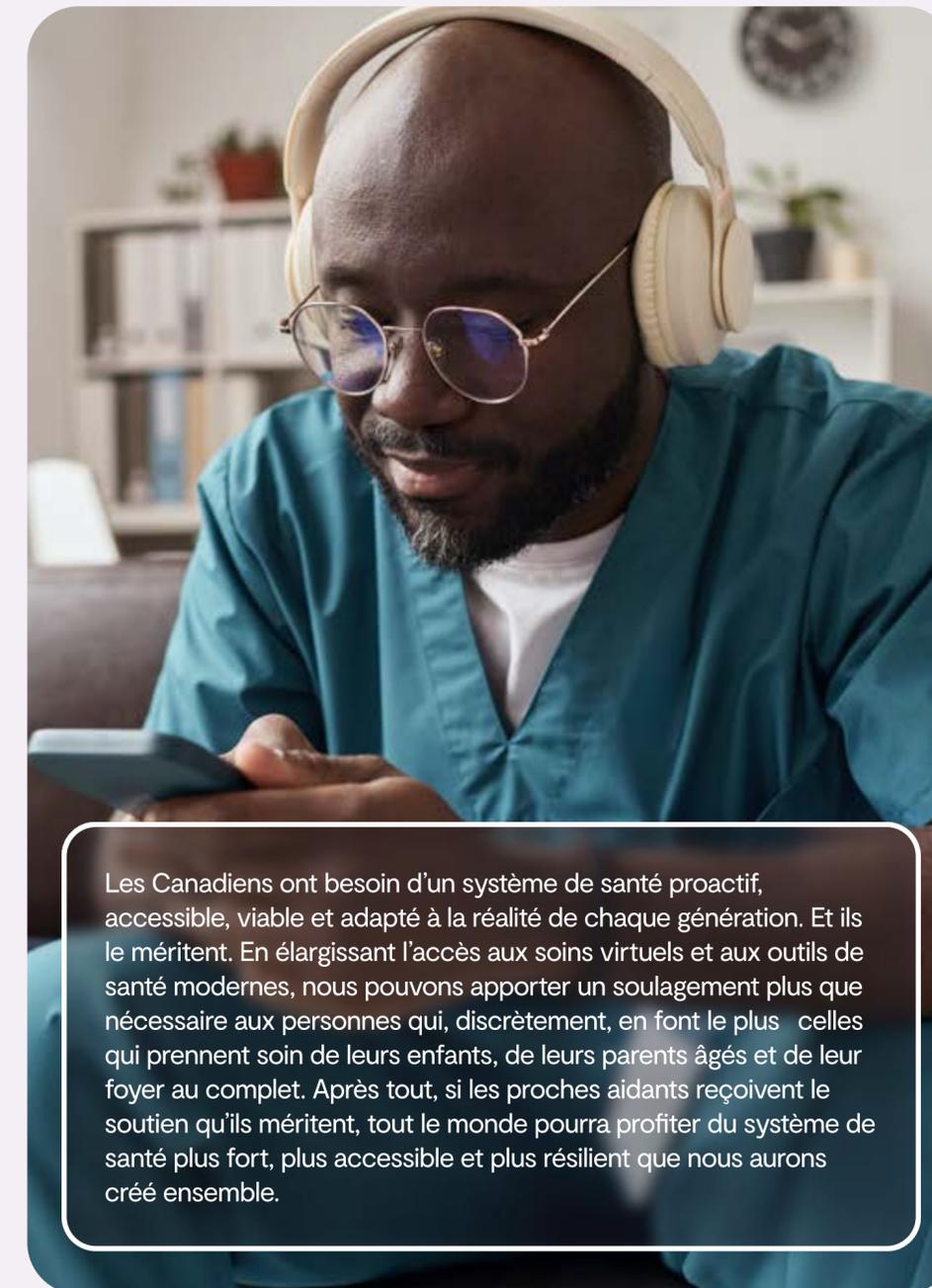


Cette situation risque vraisemblablement de s'aggraver dans les années à venir : on prévoit qu'entre 2024 et 2033, le Canada aura besoin de 47 800 médecins généralistes et médecins de famille supplémentaires, à la fois en raison des départs à la retraite et de la demande croissante. Toujours selon les prévisions, seulement 25 800 de ces postes seront pourvus, ce qui représente une pénurie potentielle de 22 000 médecins²⁴.

Mais même le fait d'avoir un fournisseur de soins régulier ne garantit pas qu'on peut obtenir une consultation rapidement : bien moins de la moitié (38 %) des personnes ayant répondu au sondage ont déclaré être en mesure d'obtenir un rendez-vous le jour même ou le lendemain quand elles avaient besoin de soins urgents²⁵.

Des millions de Canadiens n'ont pas de médecin de famille, et des millions d'autres n'arrivent pas à obtenir des soins dans des délais raisonnables. Les conséquences de cette situation se font particulièrement sentir chez les familles et les proches aidants qui se retrouvent à s'occuper de leurs personnes à charge sans soutien ni outils adéquats.

Pour bien des familles, un accès virtuel en tout temps à un fournisseur de soins primaires constitue une véritable bouée de sauvetage lorsqu'aucune autre option ne s'offre à elles dans leur région. Même que 87 % disent vouloir des solutions technologiques qui les aideraient à s'y retrouver plus facilement dans les services de santé, qui réduiraient les délais et qui simplifieraient la prestation de soins.



Les Canadiens ont besoin d'un système de santé proactif, accessible, viable et adapté à la réalité de chaque génération. Et ils le méritent. En élargissant l'accès aux soins virtuels et aux outils de santé modernes, nous pouvons apporter un soulagement plus que nécessaire aux personnes qui, discrètement, en font le plus : celles qui prennent soin de leurs enfants, de leurs parents âgés et de leur foyer au complet. Après tout, si les proches aidants reçoivent le soutien qu'ils méritent, tout le monde pourra profiter du système de santé plus fort, plus accessible et plus résilient que nous aurons créé ensemble.

Vers un système de santé plus intelligent et connecté

Les modèles de soins modernes et les solutions technologiques peuvent aider les familles à contourner les obstacles qui se dressent sur leur chemin au sein du système, à recevoir des soins empreints de dignité à domicile et à prévenir les crises évitables. Les soins virtuels peuvent remédier aux lacunes relatives à l'accès, réduire le stress et accroître la viabilité du système de santé.

Et les soins virtuels deviennent encore plus efficaces lorsqu'ils sont assistés par l'IA. En simplifiant les tâches administratives, en effectuant le triage en fonction des symptômes et en jumelant plus rapidement les patients avec le bon fournisseur de soins, les outils d'IA aident à réduire les temps d'attente et à atténuer la pression sur l'ensemble du système de santé. Ces outils peuvent par ailleurs aider les proches aidants à gérer les rendez-vous, à se souvenir des ordonnances à renouveler, à faire le suivi des progrès et à organiser les dossiers médicaux de plusieurs membres de leur famille, ce qui leur permet de s'y retrouver plus facilement dans des parcours de soins complexes.



La plupart des proches aidants canadiens (87 %) estiment qu'un accès à des soins assistés par la technologie contribuerait à réduire leur niveau de stress et le temps consacré à prendre soin de leur proche, notamment des manières suivantes :



Services d'assistance et d'aide à la coordination des rendez-vous médicaux, des ordonnances, des résultats, etc.



Réduction des temps d'attente et amélioration de la commodité



Meilleur accès à des professionnels de la santé



Meilleure continuité des soins et meilleure gestion des dossiers

Un modèle de soins accessibles en tout temps répond aux besoins des familles où qu'elles se trouvent, que ce soit à la maison, au travail ou n'importe où ailleurs.

Que réserve l'avenir aux proches aidants du Canada?

Vouloir prendre soin des gens qui nous sont chers, c'est dans la nature humaine. Les proches aidants, qui s'occupent avec dévouement de leurs proches dès que ceux-ci en ont besoin, feront toujours partie intégrante de la société canadienne.

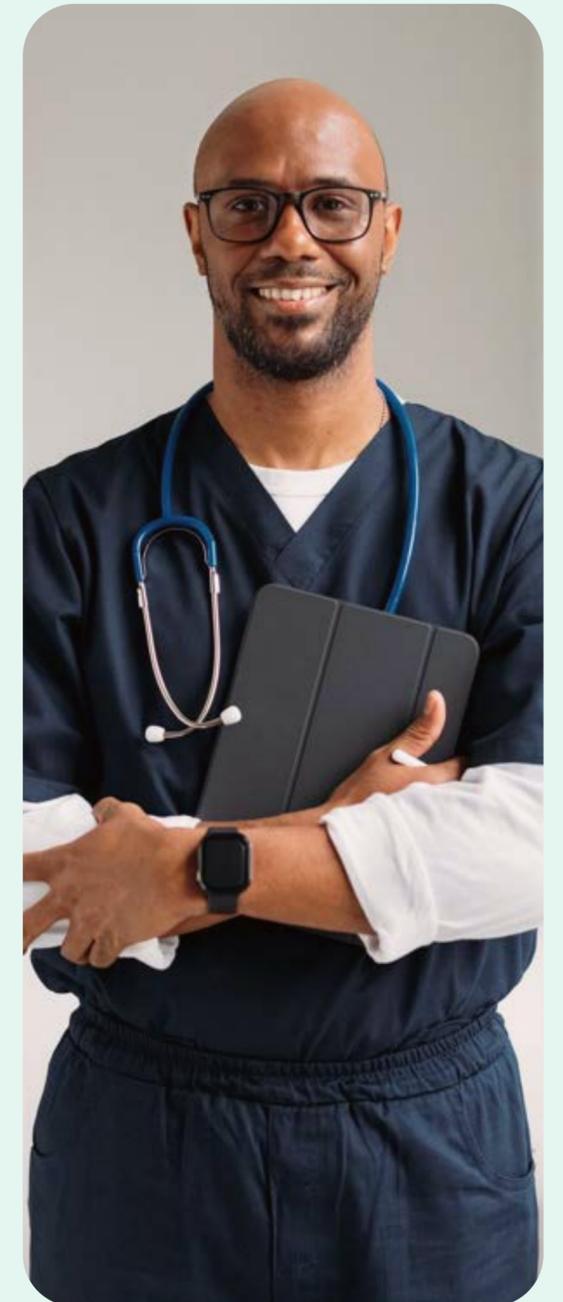
Maintenant, ils exhortent notre système de santé à faire mieux.

Les proches aidants l'ont martelé haut et fort : ils ont besoin d'obtenir du soutien et de pouvoir choisir le moment, l'endroit et la façon d'accéder à des soins pour pouvoir s'acquitter de leurs responsabilités sans que ce soit au détriment de leur santé et de leur bien-être.

Les soulager d'une partie de leur fardeau est une manière d'aider non seulement les proches aidants eux-mêmes, mais aussi nos communautés et la société dans son ensemble, nos lieux de travail et l'économie canadienne.

Pour ce faire, il faut tout d'abord accueillir à bras ouverts les innovations transformatrices qui peuvent améliorer, renforcer et adapter notre système de santé fragmenté pour le transformer en un tout intégré et interconnecté. Les outils numériques, les soins virtuels et la technologie basée sur l'IA sont des aspects essentiels d'une solution plus générale.

En unissant leurs efforts pour continuer de tenir la promesse d'offrir un système de santé universel aux Canadiens, faite il y a plusieurs décennies, les décideurs politiques, les employeurs et les professionnels de la santé permettront non seulement à nos proches aidants d'obtenir le soutien dont ils ont désespérément besoin, mais ils soutiendront aussi chacune des générations à venir au Canada.



À propos de Maple

En fournissant un accès pratique à des soins de qualité, la plateforme de soins virtuels de Maple répond aux défis auxquels fait face le Canada dans le domaine des soins de santé. Fondée en 2015 par un urgentologue de Toronto, la plateforme permet de consulter des fournisseurs de soins primaires à toute heure du jour ou de la nuit et de prendre rendez-vous directement avec des spécialistes. À ce jour, plus de 7 millions de personnes ont eu recours aux services de Maple; tous les habitants de la Nouvelle-Écosse y ont d'ailleurs accès grâce à un programme de soins virtuels financé par la province, qui a été lancé en novembre 2023. La plateforme propose également des tests de dépistage proactifs et met les patients en relation avec un réseau de plus de 2 000 fournisseurs de soins. Maple offre également des solutions personnalisées aux systèmes de santé provinciaux ainsi qu'aux employeurs et aux assureurs. Pour en savoir plus, consultez le site getmaple.ca/fr.

Méthodologie du sondage

Les résultats présentés ici proviennent d'un sondage en ligne mené par Maple du 23 au 29 septembre 2025, auprès d'un échantillon représentatif de 1 525 membres du Forum Angus Reid qui sont des proches aidants. Le sondage a été mené en français et en anglais. À des fins de comparaison uniquement, un échantillon probabiliste de cette taille comporterait une marge d'erreur de +/-2,51 points de pourcentage, 19 fois sur 20.

Demandes des médias

Press@getmaple.ca