

## Ressources

Le Centre Info-retraite BMO a pour mandat de trouver les meilleures recherches grand public de calibre mondial sur les enjeux nouveaux ou qui suscitent la réflexion.

Un large éventail de questions liées, notamment, au mode de vie, à la santé et aux finances y est traité dans un langage clair et accessible, afin que vous soyez mieux à même de prendre des décisions éclairées pour les années à venir.

### La prestation de soins sous la loupe : *Une analyse des coûts véritables pour les baby-boomers*

**C**arole a vu sa vie basculer après avoir reçu un appel téléphonique l'avisant que Marilou, sa mère âgée de 91 ans, avait dû être transportée d'urgence à l'hôpital. En sortant les poubelles, celle-ci était tombée et s'était fracturé la hanche. Après avoir subi une chirurgie réparatrice, Marilou est rentrée chez elle pour une longue période de réadaptation et Carole a pris en charge sa mère maintenant atteinte d'un handicap.

« J'ai été estomaquée de constater à quel point prendre soin de ma mère s'est répercuté sur tous les aspects de ma vie », raconte Carole, rédactrice en chef, mère et grand-mère âgée de 61 ans. « J'ai dû remettre à plus tard des visites chez mes petits-enfants; j'avais moins de temps à consacrer à mon mari et il m'a été difficile de respecter les échéances au travail. J'ai été très heureuse d'accompagner ma mère dans son rétablissement, mais je ne m'étais tout simplement pas rendu compte à quel point la tâche serait épuisante et exigeante. »

Il est de plus en plus courant pour les baby-boomers canadiens de vivre une expérience comme celle de Carole, car leurs parents, les membres de leur famille et d'autres êtres chers vieillissent. Selon les données du recensement de 2006 de Statistique Canada sur les soins aux aînés, près du tiers des baby-boomers offrent une certaine aide à un parent âgé. Comme Carole, bon nombre de Canadiens doivent du jour au lendemain assumer le rôle d'aidant naturel. Or, ils ne sont souvent pas préparés aux conséquences émotionnelles, sociales et financières que ce rôle peut avoir sur leur vie et sur celle des membres de leur famille.

« Vous avez neuf mois pour vous préparer à la maternité et à la paternité, mais, dans la plupart des cas, vous ne disposez même pas de neuf minutes pour vous préparer au rôle d'aidant naturel », a déclaré la D<sup>re</sup> Amy D'Aprix, auteure et consultante en étapes de transition de la vie pour BMO Groupe financier.

### Les coûts de la prestation de soins : La réalité

La prestation de soins englobe un très large éventail d'activités qui consistent notamment à offrir un soutien émotionnel, faire les courses, assurer le transport, préparer les repas, aider une personne à se laver et à se vêtir, et gérer les finances. Le nombre d'aidants naturels est bien plus élevé que la plupart des gens ne le croient, car bien des gens n'ont pas conscience d'être des aidants naturels.

« Toute personne qui pose un geste, quel qu'il soit, dans le but de préserver l'autonomie d'une personne âgée ou d'améliorer la qualité de vie de cette personne est un aidant naturel, » ajoute la D<sup>re</sup> D'Aprix. « Or, bien des aidants naturels ne considèrent pas qu'ils agissent à ce titre. Pourtant, l'enfant adulte qui vit ailleurs et communique plusieurs fois par semaine avec un parent âgé pour lui offrir un soutien émotionnel est un aidant naturel. Pensons au fils qui s'occupe des rénovations de la maison de ses parents et entretient leur terrain, ou à la femme qui vérifie chaque

## Ressources

« Vous avez neuf mois pour vous préparer à la maternité et à la paternité, mais, dans la plupart des cas, vous ne disposez même pas de neuf minutes pour vous préparer au rôle d'aidant naturel », a déclaré la D<sup>re</sup> Amy D'Aprix, auteure et consultante en étapes de transition de la vie pour BMO Groupe financier.

matin que les stores chez son voisin sont bien levés, s'assurant ainsi que ce dernier est réveillé et se porte bien : ce sont eux aussi des aidants naturels. »

On sous-estime souvent le coût véritable de la prestation de soins aux parents âgés, parce que l'on ne tient pas compte du salaire des professionnels, comme les infirmières, les préposés aux soins personnels et les médecins.

En outre, il arrive souvent que les coûts autres que financiers engagés par les parents ou les amis qui agissent à titre de principale source de soins et de soutien non rémunérée ne soient ni considérés ni reconnus. Les aidants naturels sont plus susceptibles de dire qu'ils prennent soin d'un parent parce qu'ils croient qu'il s'agit d'une responsabilité familiale ou parce qu'ils ont choisi de le faire. Les données de Statistique Canada indiquent que 18,4 % des Canadiens prodiguent une certaine forme de soins aux aînés, sans rémunération, et la Commission sur l'avenir des soins de santé au Canada affirme que « les aidants naturels jouent un rôle essentiel dans la prestation de services de soins à domicile et dans la santé et le soin de leurs familles et amis ».

Une enquête menée par TakingCare Inc. en 2006 révèle qu'il en coûte de 13 140 \$ à 30 456 \$ par année pour louer un studio dans une résidence pour retraités, selon la région du pays, alors qu'en maison de soins infirmiers, il faut déboursier de 17 630 \$ à 55 836 \$.

### Coût moyen annuel des soins de longue durée au Canada \*

| Ville         | Établissement de retraite ** | Établissement de retraite *** | Maison de soins infirmiers **** |
|---------------|------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| Vancouver     | 22,833.60 \$                 | 23,280.60 \$                  | 32,053.44 \$                    |
| Edmonton      | 13,507.20 \$                 | 16,044.00 \$                  | 17,629.44 \$                    |
| Regina        | s.o.                         | 26,294.04 \$                  | 20,724.00 \$                    |
| Winnipeg      | s.o.                         | 15,720.00 \$                  | 23,580.00 \$                    |
| Toronto       | 44,688.00 \$                 | 39,576.00 \$                  | 24,341.88 \$                    |
| Montréal      | 13,140.00 \$                 | 16,020.00 \$                  | 18,838.92 \$                    |
| Fredericton   | s.o.                         | 22,224.00 \$                  | 55,836.00 \$                    |
| Halifax       | 24,300.00 \$                 | 34,020.00 \$                  | 27,192.00 \$                    |
| Charlottetown | s.o.                         | 27,364.20 \$                  | 50,883.48 \$                    |
| St. John's    | 30,456.00 \$                 | 35,400.00 \$                  | 33,600.00 \$                    |

\* Enquête sur le coût des soins de longue durée. SOINS sans ÉGAL, 2006.

\*\* Établissement de soins de longue durée qui accueille les aînés autonomes, généralement un immeuble en hauteur constitué entièrement ou principalement de suites indépendantes, et qui offre des services comme le ménage, la lessive et quelques repas. Une infirmière en disponibilité peut faire partie du personnel, mais il n'y a pas de personnel infirmier au quotidien. Coût en chambre studio.

\*\*\* Établissement de soins de longue durée en résidence qui offre certains services personnels comme la lessive et les repas. Il n'y a pas de personnel infirmier en poste au quotidien. Coût en chambre privée.

\*\*\*\* Établissement de soins de longue durée en résidence qui offre des services personnels et les services d'infirmières qualifiées au quotidien. Coût en chambre privée.

@ jusqu'à concurrence du coût indiqué, selon le revenu

Il faut aussi souligner que la plupart des Canadiens paient déjà une partie du coût des soins prodigués aux aînés en maison de soins infirmiers publique par l'intermédiaire de programmes fiscaux provinciaux. Grâce à cet apport financier, les provinces peuvent mettre en œuvre des programmes pour faire en sorte que les personnes qui nécessitent des soins dispensés en maison de soins infirmiers

y aient accès, peu importe leur capacité de payer. L'accès aux soins dispensés en maison de soins infirmiers est géré par l'intermédiaire d'un guichet unique, ce qui signifie que les demandeurs sont évalués et les soins dispensés en fonction du besoin pour un tel niveau de service. La formule servant à déterminer l'admissibilité des maisons de soins infirmiers au financement de l'État n'étant pas la même dans toutes les provinces, les aidants naturels passent souvent beaucoup de temps à se renseigner sur les services accessibles à leurs êtres chers, et ils peuvent en outre être appelés à payer des frais supplémentaires.

### Analyse des « autres coûts »

Outre les coûts financiers directs, la prestation de soins comporte son lot de conséquences physiques, sociales, émotionnelles et professionnelles.

Des baby-boomers ont déclaré que la prestation de soins avait pour eux des conséquences financières et risquait d'avoir une incidence défavorable sur leur carrière. Les aidants naturels doivent souvent réduire leurs heures de travail, ou même cesser de travailler, et il arrive qu'ils paient de leur propre poche des médicaments, des fournitures médicales et d'autres articles. Ils déclarent avoir augmenté leur dette, réduit le montant des cotisations à leur régime de retraite et même repoussé la date de leur propre retraite en raison des charges associées à la prestation de soins.

Dans une étude récente menée aux États-Unis, Evercare et la National Alliance for Caregiving (NAC) estiment que les aidants familiaux engagent plus de 5 000 \$ annuellement en frais connexes à la prestation de soins. Le gros de cette somme est consacré aux frais médicaux; quant au reste, il sert à payer la nourriture, les repas, les biens ménagers, les frais de déplacement, les services, les maisons de soins infirmiers et les résidences assistées, et l'entretien et les rénovations de la maison.

Dans une étude menée en 2002, Decima Research révèle que les aidants naturels au Canada engagent des frais allant d'environ 1 000 \$ à plus de 6 000 \$ par année pour prendre soin d'un membre de la famille. En outre, ils paient de leur propre poche des services de transport, des médicaments en vente libre, des fournitures médicales, des médicaments sur ordonnance, de l'équipement et des services de travaux ménagers.

La plupart des soignants bénévoles mènent encore souvent une vie professionnelle active. Des rapports de Statistique Canada révèlent qu'en 2002, environ 70 % des aidants naturels canadiens âgés de 45 à 64 ans occupaient un emploi. Nombre de ces personnes étaient des femmes. Rappelons que, dans notre société, les femmes ont toujours assumé en grande partie la prestation de soins. Il convient de mentionner, toutefois, que les hommes participent de plus en plus activement à la prestation de soins. Selon les données de recensement de 2006 de Statistique Canada, 15,7 % des hommes canadiens ont assuré la prestation d'une certaine forme de soins aux aînés, sans rémunération. Il s'agit d'une hausse par rapport aux données de la décennie précédente (13,6 %). Même si les hommes sont de plus en plus appelés à assurer la prestation de soins, il demeure que les conséquences d'un tel rôle sont souvent plus grandes pour les femmes.

Selon le groupe de recherche sur le vieillissement, les politiques et les pratiques (RAPP) de l'Université de l'Alberta, une femme sur sept a dû alléger son horaire de travail pour assumer ses tâches d'aidante naturelle, comparativement à un

« Les baby-boomers canadiens subissent les effets associés à la "génération sandwich", ce qui commence à affecter la vie de nombre d'entre eux », affirme Caroline Dabu, chef du marché de la retraite, BMO Groupe financier. « Seulement sept pour cent des baby-boomers ont déjà demandé des conseils financiers sur la façon d'établir un budget et de planifier l'aide qu'ils procurent aux membres de leur famille. La notion qui consiste à tenir compte des coûts liés à la prestation de soins à un membre de la famille ou à soi-même ne se trouve pas nécessairement au premier plan, mais elle devrait l'être. »

homme sur dix. De plus, les femmes sont une fois et demie plus nombreuses que les hommes à avoir enregistré une baisse de revenu en raison des soins non rémunérés qu'elles prodiguent. Les femmes sont d'ordinaire plus susceptibles de quitter leur emploi ou d'alléger leur horaire de travail, de refuser une promotion ou de remettre à plus tard des possibilités de formation en raison de leurs responsabilités au chapitre de la prestation de soins.

Le temps et l'énergie exigés par le rôle d'aidant naturel peuvent être appréciables et ils contribuent souvent à l'augmentation du niveau de stress. Or, cette augmentation peut entraîner de graves problèmes de santé, une privation de sommeil, une modification des habitudes de sommeil, des maux de tête, une perte d'énergie, des troubles gastro-intestinaux et de la fatigue chez l'aidant naturel. Les responsabilités liées à la prestation de soins peuvent également nuire à la capacité d'une personne de participer périodiquement à des activités sociales et récréatives de qualité et avoir une incidence défavorable sur sa jouissance globale de la vie. À cela pourrait s'ajouter un coût psychologique sous forme de dépression, de culpabilité, d'inquiétude, d'anxiété, de solitude et de sentiment général de stress, de pression et de fardeau émotionnels.

La prestation de soins à une personne atteinte d'une incapacité physique prolongée ou liée à la santé peut nourrir chez l'aidant naturel un sentiment de colère à l'égard de la personne en question, ce qui accroît le risque d'abus. Dans son rapport, le RAPP mentionne que « les aidants naturels éprouvent généralement un sentiment de culpabilité parce qu'ils doivent concilier des responsabilités professionnelles et familiales souvent opposées qui les empêchent d'en faire davantage. Nombre d'entre eux se sentent coupables de ne pas posséder les compétences essentielles qui leur permettraient de faire mieux. La plupart des prestataires de soins aux aînés éprouvent également un sentiment de culpabilité lié à la quantité et à la qualité des soins qu'ils prodiguent et disent souhaiter que quelqu'un prenne la relève.

Les travaux du groupe ont également permis de relever des différences entre les sexes relativement aux aspects physiques, sociaux et émotionnels de la prestation de soins, et de constater que les aidantes naturelles étaient plus nombreuses que les aidants naturels à subir des conséquences négatives. Une femme sur cinq estime que sa santé physique en souffre, comparativement à seulement un homme sur quinze. Ce sont en grande partie les femmes qui ont modifié leurs activités sociales et leurs projets de vacances pour assumer leurs tâches d'aidantes naturelles. Les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes à affirmer manquer de temps pour leurs besoins personnels, et une femme sur cinq a qualifié de moyennes à très lourdes ses responsabilités d'aidante naturelle, comparativement à un homme sur sept.

« Les femmes sont plus nombreuses que les hommes à subir les conséquences sur la santé et les conséquences sociales, émotionnelles, professionnelles et économiques liées à la prestation de soins, » souligne Janet Fats, coprésidente du RAPP. « Ce fait confirme la nécessité de tenir compte des différences entre les sexes dans l'élaboration de politiques et de programmes destinés à mieux soutenir les hommes, les femmes, les parents et les amis qui assument un rôle d'aidant naturel et à réduire conséquences négatives que ce rôle comporte. Il faut d'autres études pour analyser les facteurs qui prédisposent les aidants naturels et les aidantes naturelles à un plus grand risque. »

La prestation de soins a également un coût pour les entreprises. En effet, celles-ci doivent composer avec les absences de leurs employés, les interruptions d'activité et la baisse de productivité, et embaucher des employés suppléants. Dans une étude réalisée pour MetLife, la National Alliance for Caregiving estime que la prestation de soins coûte aux entreprises 30 milliards \$ annuellement. Quelque 14,4 millions de Nord-Américains employés à temps plein ou à temps partiel concilient carrière et prestation de soins. La perte de productivité des employés à temps plein les plus engagés dans la prestation de soins coûte environ 11,4 milliards \$ aux employeurs. Si on tient compte des employés à temps partiel, ce coût grimpe à près de 30 milliards \$. D'après le rapport, les entreprises qui ont compris l'enjeu commencent à réagir, en proposant des programmes de soutien à leurs employés et en prenant en charge une partie ou la totalité des coûts associés aux services de soins de soutien.

### Y a-t-il des avantages?

Dans certaines circonstances, le prestataire et le bénéficiaire des soins en tirent tous deux des avantages. L'aîné éprouve souvent un sentiment de bonheur incommensurable et il est mieux à même d'apprécier ses enfants qui lui prodiguent des soins. Ne sachant pas combien de temps il lui reste à vivre, il fera tout ce qu'il peut, voire même des voyages, pour passer le plus de temps possible avec ses enfants ou d'autres êtres chers. De telles situations peuvent en outre rapprocher frères et sœurs et contribuer à faire naître un sentiment de respect et d'admiration à l'égard des membres de la famille qui assurent la prestation de soins.

Malgré le plus lourd tribut payé par les femmes qui assurent la prestation de soins, le RAPP rapporte également des conséquences favorables dans une proportion presque égale pour les deux sexes. Une proportion semblable d'aidants naturels et d'aidantes naturelles sont d'avis que la prestation de soins leur permet de redonner à d'autres ce qu'ils ont reçu et de consolider le lien qui les unit à la personne dont ils prennent soin.

Selon la D<sup>re</sup> D'Aprix, « la prestation de soins peut servir de courroie de transmission à l'émergence de changements positifs et généralement aider les gens à définir leurs priorités et à déterminer ce qui compte le plus à leurs yeux. Elle offre généralement au prestataire et au bénéficiaire des soins l'occasion d'améliorer leur relation. »

Le prestataire et le bénéficiaire des soins peuvent tous deux réclamer des frais dans leurs déclarations de revenus pour atténuer les coûts financiers élevés associés à la prestation de soins.

Les frais des soins dans un établissement et les frais d'un préposé aux soins peuvent être admissibles au titre des frais médicaux, pourvu que le patient soit admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées (un médecin peut fournir une attestation à cet effet). Le plafond de remboursement des frais médicaux engagés auprès d'un préposé aux soins a été fixé à 10 000 \$ (20 000 \$ au cours de l'année du décès); il n'y a aucun plafond pour les frais engagés auprès d'une maison de soins infirmiers.

### Planifier l'imprévu

La maladie ou le décès survenant souvent de manière inattendue, la planification constitue l'un des plus grands défis associés à la prestation de soins.

Selon la D<sup>re</sup> D'Aprix, « la prestation de soins peut servir de courroie de transmission à l'émergence de changements positifs et généralement aider les gens à définir leurs priorités et à déterminer ce qui compte le plus à leurs yeux. Elle offre généralement au prestataire et au bénéficiaire des soins l'occasion d'améliorer leur relation. »

## Ressources

### Sources :

BMO BANQUE DE MONTRÉAL. *Résultats du sondage de BMO sur les tendances en matière de retraite*, 9 mars 2007.

D'APRIX, D<sup>re</sup> Amy. *From Surviving to Thriving: Transforming Your Caregiving Journey*, Second Life Press, Chapel Hill, NC, 2008.

GROUPE DE RECHERCHE SUR LE VIEILLISSEMENT, LES POLITIQUES ET LES PROCÉDURES. *Informal Caregivers in Canada: A snapshot*, Département d'écologie humaine, Université de l'Alberta, 18 septembre 2001.

ROZANOVA, Julia. *Family/friend caregiving in Canada: Gender matters*, Université de l'Alberta, octobre 2007.

STATISTIQUE CANADA. Recensement de 2006 sur les soins aux aînés.

ZUKEWICH, Nancy. « Soins informels non rémunérés », produit n° 11-008 au catalogue de Statistique Canada (automne 2003).

NATIONAL ALLIANCE FOR CAREGIVING et EVERCARE. *Family Caregivers – What They Spend, What They Sacrifice, The Personal Financial Toll of Caring for a Loved One*, novembre 2007.

PYPER, Wendy. « Concilier la carrière et les soins », *L'Emploi et le revenu en perspective*, Statistique Canada, vol. 7, n° 11 (novembre 2006).

DECIMA RESEARCH INC. « Profil national des personnes soignantes au Canada – 2002 ».

BMO GROUPE FINANCIER. Bulletin électronique En mouvement, [www.bmo.com/retraiteavotreimage](http://www.bmo.com/retraiteavotreimage), mai 2008.

METLIFE MATURE MARKET INSTITUTE et la NATIONAL ALLIANCE OF CAREGIVERS. *The MetLife Study of Employer Costs for Working Care Givers*, juin 1997.

TAKING CARE INC. *Enquête sur le coût des soins de longue durée*, 2006.

STADNYK, Robin. *The Status of Canadian Nursing Home Care: Universality, Accessibility, and Comprehensiveness*, École d'ergothérapie, Université Dalhousie, publié pour le Centre d'excellence de l'Atlantique pour la santé des femmes, juillet 2002.

Selon la D<sup>re</sup> D'Aprix, « un des avantages de la planification, c'est qu'elle aide à préciser le genre de soins que l'on souhaiterait recevoir en fin de parcours et à mieux comprendre les services d'aide que l'État et les organismes de soins de santé sont en mesure d'offrir, ainsi que le soutien que les membres de la famille devront assurer ».

Parmi les éléments d'une bonne planification, mentionnons le choix des aidants naturels, la définition des préoccupations et des tâches les plus importantes, la résolution de problèmes dans le respect et avec patience, l'intégration de pauses et de périodes de répit périodiques pour éviter l'épuisement, l'anticipation de changements et la capacité d'y faire face, la désignation de remplaçants qui viendront épauler l'aidant naturel et les solutions de rechange aux problèmes qui se poseront.

« Les planificateurs financiers vous recommanderont de faire en sorte que vos parents âgés mettent à jour leur testament et rédigent une procuration visant leurs biens et soins personnels, » ajoute la D<sup>re</sup> D'Aprix. Si vous anticipez que l'on vous demandera d'aider vos parents sur le plan financier, ils vous conseilleront également de constituer un fonds de prévoyance. »

Nombreux sont les baby-boomers confrontés à une pression supplémentaire, soit celle associée au fait de subvenir aux besoins des enfants tout en prodiguant des soins à des parents âgés. Dans bien des cas, malheureusement, ils n'avaient pas envisagé un tel scénario.

« Les baby-boomers canadiens subissent les effets associés à la “génération sandwich”, ce qui commence à affecter la vie de nombre d'entre eux », affirme Caroline Dabu, chef du marché de la retraite, BMO Groupe financier. « Seulement sept pour cent des baby-boomers ont déjà demandé des conseils financiers sur la façon d'établir un budget et de planifier l'aide qu'ils procurent aux membres de leur famille. La notion qui consiste à tenir compte des coûts liés à la prestation de soins à un membre de la famille ou à soi-même ne se trouve pas nécessairement au premier plan, mais elle devrait l'être. »

Le fait de prodiguer des soins à un membre âgé de la famille peut vous donner l'élan nécessaire pour mettre de l'ordre dans vos propres affaires. Si vous assumez le rôle d'aidant naturel, n'oubliez pas de vous occuper aussi de vous parce qu'il est extrêmement facile de se surmener et de s'épuiser.

La prestation de soins est une réalité à laquelle des millions de Canadiens seront confrontés au cours de la deuxième moitié de cette décennie. Se préparer à assumer ce rôle, sur le plan financier et personnel, est une priorité souvent négligée ou sur laquelle on ferme facilement les yeux dans le tourbillon de la vie quotidienne. C'est pourquoi il importe de demander conseil pour y voir plus clair, de s'y préparer financièrement et de profiter des avantages fiscaux. Vous ne savez peut-être pas à quel moment vous devrez assumer le rôle d'aidant naturel, ou si vous aurez à le faire, mais en y réfléchissant à l'avance et en ébauchant quelques plans, vous contribuerez puissamment à faire de cette étape de votre vie et de la vie d'un être cher une période extraordinaire.

*Le présent article a été préparé par le Centre Info-retraite BMO, un organisme de BMO Groupe financier, pour le compte de BMO Investissements Inc. Le présent article est fourni à titre informatif seulement. Les placements doivent être évalués en fonction de la situation de chaque investisseur. L'information que renferme le présent article n'est pas conçue, et ne doit pas être considérée, comme une source de conseils en placement ou en fiscalité. MD Marque de commerce déposée de la Banque de Montréal, utilisée sous licence.*