

opinionway

— POUR —



Les aidants : vers une reconnaissance à la hauteur de leur rôle ?

Note de synthèse | Juillet 2026

Vos contacts : **Amélie Marmuse**

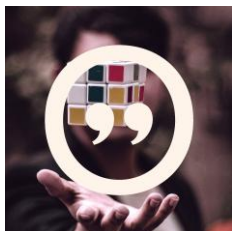
Directrice d'études – Pôle Opinion
amarmuse@opinion-way.com

Mathylde Lopes de pina

Chargée d'études sénior – Pôle Opinion
mlopesdepina@opinion-way.com

15, place de la République
75003 PARIS





Note méthodologique

L'étude «Les aidants : vers une reconnaissance à la hauteur de leur rôle ? » réalisée pour Astellas, est destinée à comprendre et analyser le rôle des aidants dans le parcours de soin du proche et les enjeux autour de leur rôle d'aidant.

Cette étude a été réalisée auprès **d'un échantillon de 603 aidants, issu d'un échantillon de 2 186 personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus**. L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.

Les interviews ont été réalisées par **questionnaire autoadministré en ligne** sur système CAWI (*Computer Assisted Web Interview*).

Les interviews ont été réalisées **du 09 au 21 juillet 2026**.

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante : **« Sondage OpinionWay pour Astellas »** et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.

OpinionWay rappelle par ailleurs que les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : **1,8 à 3,5 points** au plus pour un échantillon de 600 répondants.

OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252.

A. Être aidant : un engagement qui s'impose comme une évidence, malgré des répercussions réelles sur le quotidien

- ▶ **Loin d'être un phénomène conjoncturel, l'aidance est largement répandue au sein de la société française et concerne plus d'un quart des Français (28%).** Elle s'exerce avant tout au sein du cercle familial proche (79%), en particulier auprès des parents (36%), et répond avant tout à des situations liées à l'âge et à la perte d'autonomie (61%), devant la maladie (32%) et le handicap (26%).
- ▶ **Le baromètre confirme également la stabilité des modalités d'engagement.** L'aide est le plus souvent apportée de façon continue (57%), s'inscrit depuis moins de cinq ans dans la majorité des cas (72%) et mobilise régulièrement du temps chaque semaine (47% y consacrent au moins une heure hebdomadaire).
- ▶ **Le genre et l'âge demeurent des facteurs structurants de l'aidance régulière :** les femmes de plus de 35 ans restent les plus concernées (27%, contre 28% en 2025), confirmant que cette responsabilité continue de reposer principalement sur les mêmes profils.
- ▶ **L'aidance reste très largement vécue comme un engagement allant de soi.** Pour la quasi-totalité des aidants, cette responsabilité relève de l'ordre des choses (94%, -2 points par rapport à 2025). Pour une grande majorité, elle donne même du sens à leur vie (86%).
- ▶ **Cette évidence n'efface toutefois pas les répercussions de l'aidance sur le quotidien et les aidants témoignent d'un rapport ambivalent vis-à-vis de leur engagement.** S'ils estiment que l'aidance a un impact positif sur leur vie (62%), près d'un sur deux (46%) y voit également des conséquences négatives, notamment sur leur santé (54% des femmes, contre 38% des hommes). Cette implication conduit également de nombreux aidants à s'effacer au profit de leur proche (82%, -4 points).
- ▶ **Cette ambivalence ne s'exprime toutefois pas de la même manière selon les profils.** Chez les plus jeunes, elle renvoie principalement à la difficulté de préserver un équilibre de vie : si 89% des moins de 35 ans perçoivent au moins un impact positif de leur engagement, 90% estiment également qu'ils devraient davantage se préserver en s'accordant plus de temps pour eux.

- ▶ **Chez les femmes, elle se traduit davantage par un coût personnel et un sentiment de responsabilité plus marqué :** elles déclarent plus souvent un impact négatif sur leur santé (54%, contre 38% des hommes) et sont également plus nombreuses à penser en permanence que, sans elles, personne ne prendra le relais (45% des femmes de 35 ans et plus, contre 26% des hommes du même âge).
- ▶ **Au-delà des impacts immédiats, les aidants expriment également une forte incertitude quant à leur capacité à assumer leur rôle dans la durée.** Le sentiment d'être irremplaçable (91%), le manque de visibilité sur la durée de la situation (85%) et la crainte de ne pas tenir dans le temps (73%) traduisent le poids de cette responsabilité et le risque d'usure qui l'accompagne.
- ▶ **Là encore, certains profils apparaissent particulièrement exposés.** Les femmes de déclarent plus souvent à voir peur de ne plus tenir le coup (44%, contre 31% des hommes).
- ▶ **De leur côté, les plus jeunes expriment davantage leurs inquiétudes face à la durée de leur engagement :** près d'un sur deux craint de ne pas tenir dans le temps (47%) et 2 sur 5 ont le sentiment de passer à côté de leur jeunesse (40%).

B. Un rôle déterminant dans le maintien de l'autonomie et le parcours de soins des proches aidés

- ▶ **Bien au-delà d'un soutien ponctuel, les aidants jouent un rôle essentiel dans le maintien de l'autonomie de leur proche.** Près d'un aidant sur deux accompagne une personne rencontrant des difficultés dans les gestes du quotidien (47%). Sans leur présence, ils estiment que leur proche ne pourrait pas, ou difficilement, préserver son autonomie (75%) ou continuer à vivre à domicile (65%).
- ▶ **Au-delà de ces besoins essentiels, ils considèrent également que leur aide conditionne le maintien d'autres équilibres du quotidien,** qu'il s'agisse de préserver une vie sociale (63%) ou d'accomplir certains gestes courants, comme s'alimenter ou gérer ses dépenses (61%).
- ▶ **Plus l'investissement est important, plus le sentiment d'être indispensable s'affirme.** Parmi les aidants qui consacrent plus de cinq heures par semaine à leur

proche, 58% estiment que celui-ci ne pourrait pas maintenir un quotidien viable sans eux, contre 43% de ceux qui y consacrent moins d'une heure.

- ▶ **Au-delà de l'aide quotidienne, les aidants sont devenus des acteurs clés du parcours de soins.** Ils sont 43% à estimer que leur proche rencontrerait des difficultés à organiser seul son parcours médical. Sans eux, celui-ci aurait du mal à prendre ou honorer ses rendez-vous médicaux (70%) et à assurer le suivi de ses traitements (58%).
- ▶ **Cette dépendance est encore plus forte lorsque le proche aidé est un parent ou un grand-parent.** Dans ce cas, plus des trois quarts des aidants estiment que leur proche rencontrerait des difficultés à organiser seul ses rendez-vous médicaux (76%).
- ▶ **Si les aidants assurent la continuité du parcours de soins, ils doivent encore composer avec un manque de coordination entre les professionnels de santé.** Six aidants sur dix déclarent avoir déjà rencontré des difficultés pour faire circuler ou retrouver les informations médicales de leur proche (60%).
- ▶ Ces difficultés touchent plus particulièrement les aidants les plus jeunes, les aidants récents et ceux qui accompagnent leur proche à distance, des profils pour lesquels le suivi du parcours de soins apparaît plus complexe.

C. Une contribution qui demeure insuffisamment reconnue.

- ▶ **Si la place des aidants est aujourd'hui davantage présente dans le débat public, beaucoup continuent de considérer que leur rôle n'est pas encore pleinement reconnu.** Plus d'un quart d'entre eux (28%, contre 32% en 2025) expriment toujours le besoin d'une reconnaissance officielle de leur engagement.
- ▶ **Cette attente est d'autant plus forte que l'investissement dans l'aidance est important.** Parmi les aidants qui consacrent plus de cinq heures par semaine à leur proche, 39% estiment avoir besoin d'une reconnaissance officielle, contre 24% de ceux qui y consacrent moins d'une heure (45% contre 29% en 2025).
- ▶ **Pour les aidants, le déficit de reconnaissance se concentre avant tout sur les pouvoirs publics et les employeurs.** Près des deux tiers estiment que ces acteurs ne reconnaissent pas suffisamment leur rôle (65% chacun). Ce constat apparaît d'autant

plus marquant que près de trois aidants actifs sur dix déclarent que leur situation a déjà eu des conséquences négatives sur leur vie professionnelle (29%).

- ▶ **Le sentiment d'être insuffisamment reconnu par les employeurs s'accroît à mesure que l'engagement s'inscrit dans la durée et mobilise davantage de temps.** Il atteint 74% chez les aidants engagés depuis plus de cinq ans (contre 62% lorsque l'engagement est plus récent) et 80% chez ceux qui consacrent plus de cinq heures par semaine à leur proche, contre 59% chez ceux qui y consacrent moins d'une heure.
- ▶ **Les professionnels de santé apparaissent, à l'inverse, comme les acteurs auprès desquels les aidants se sentent le plus reconnus.** Sept aidants sur dix déclarent se sentir au moins légitimés ou épaulés dans leur rôle (71%). **Cette reconnaissance demeure toutefois incomplète** : seuls 16% estiment que les professionnels de santé sont tout à fait attentifs à leur propre bien-être.

D. Un engagement qui appelle des réponses concrètes à tous les niveaux

- ▶ **L'étendue des responsabilités assumées par les aidants se traduit par des attentes fortes en matière d'accompagnement.** Soutien humain et psychologique (49%), aide matérielle (46%) ou accès à davantage d'informations (44%) : leurs attentes sont multiples et à la mesure de la diversité des missions qu'ils assument.
- ▶ **Ces attentes varient selon les situations vécues.** Le besoin d'un soutien humain et psychologique est particulièrement marqué chez les plus jeunes (58%, contre 38% des 65 ans et plus) et les parents (59%, contre 46% des personnes sans enfant), tandis que l'aide matérielle est davantage attendue par les aidants les plus fragiles économiquement (56%, contre 37% des plus hauts revenus) et par ceux qui accompagnent une personne en situation de handicap (56%).
- ▶ **Pouvoir souffler apparaît également comme un enjeu majeur. Un quart des aidants exprime le besoin de disposer de davantage de temps de répit (25%). Derrière cette attente se pose surtout la question des solutions disponibles** : 80% identifient au moins un levier permettant de rendre ce répit possible, qu'il s'agisse d'un relais à domicile (34%), d'un soutien accru de l'entourage (34%) ou d'une aide financière pour en faciliter l'accès (40%).

- ▶ **Les plus jeunes apparaissent particulièrement confrontés aux difficultés d'accès au répit.** Ils sont plus nombreux à attendre un appui de leur entourage (47%) ainsi qu'un soutien financier (50%), traduisant un déficit de relais leur permettant de souffler.
- ▶ **La conciliation entre aide et activité professionnelle constitue enfin un enjeu majeur.** Près des deux tiers des aidants exercent une activité professionnelle (65%) et 82% des aidants actifs expriment au moins un besoin pour mieux articuler ces deux responsabilités. Leurs attentes portent avant tout sur une organisation du travail plus souple, à travers l'aménagement du temps de travail (70%), des horaires plus flexibles (32%) ou un recours facilité au télétravail (25%).
- ▶ **Au-delà de nouveaux dispositifs, les résultats suggèrent également un enjeu d'appropriation des droits existants.** Le fait que plus d'un tiers des aidants actifs cite le besoin de jours d'absence spécifiques (35%), alors que le congé de proche aidant prévoit déjà cette possibilité, laisse penser que ces dispositifs restent encore insuffisamment connus ou mobilisés.

En conclusion, cette étude révèle plusieurs grands enseignements :

- ▶ L'aidance est devenue une réalité durable qui s'impose à de nombreux Français. Largement vécue comme un engagement naturel et porteur de sens, elle s'accompagne néanmoins de répercussions importantes sur le quotidien des aidants et d'un risque d'usure à mesure que l'engagement s'inscrit dans le temps.
- ▶ Les aidants jouent aujourd'hui un rôle déterminant dans le maintien de l'autonomie de leur proche et sont devenus des acteurs incontournables de la continuité du parcours de soins, compensant souvent les difficultés rencontrées par les personnes qu'ils accompagnent.
- ▶ Malgré cette contribution essentielle, les aidants estiment que leur rôle reste insuffisamment reconnu, en particulier par les pouvoirs publics et les employeurs, alors même que l'aidance peut avoir des conséquences concrètes sur leur vie professionnelle.
- ▶ Les besoins exprimés par les aidants témoignent de la diversité des responsabilités qu'ils assument et soulignent la nécessité de réponses complémentaires, mêlant soutien humain, accompagnement matériel, accès à l'information et solutions de répit.
- ▶ La conciliation entre rôle d'aidant et vie professionnelle apparaît comme un enjeu majeur, appelant à la fois une meilleure adaptation de l'organisation du travail et une meilleure appropriation des dispositifs existants.