

Soins informels

Enquête de santé 2023-2024

Octobre 2025

Elise Braekman • Camille Duveau • Sabine Drieskens

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier :

- le personnel de Statbel pour l'organisation du travail de terrain.
- les enquêteurs de Statbel pour la prise de contact et la collecte des données.
- les personnes qui ont volontairement donné de leur temps pour participer à l'enquête.
- Ledia Jani et de Laïla Boulbayem de Sciensano pour leur support logistique et administratif.

L'enquête est réalisée à l'initiative de :



En collaboration avec :



Merci de citer cette publication comme suit :

Braekman E, Duveau C, Drieskens S. Enquête de santé 2023-2024 : Soins informels. Bruxelles, Belgique : Sciensano ; 2025. Numéro de rapport : D/2025.14.440/129. Disponible en ligne : www.enquetesante.be

RÉSUMÉ

Le module consacré aux soins informels est inclus dans l'enquête de santé depuis 2013. Ici, nous nous concentrons sur les personnes dispensant au moins une fois par semaine et à titre non professionnel de l'aide ou des soins à des personnes souffrant de problèmes liés à l'âge, une maladie chronique ou un handicap.

Les résultats de l'enquête de santé 2023-2024 concernant les soins informels prodigués à la population âgée de 15 ans et plus peuvent être résumés comme suit :

Soins informels en général

- En Belgique, 13,3% de la population (âgée de 15 ans et plus) prodigue des soins informels chaque semaine. Ce pourcentage est comparable à celui de 2018 (12,2%), mais est plus élevé qu'en 2013 (9,4%).
- Le pourcentage d'aidants informels est plus élevé chez les femmes (15,3%) que chez les hommes (11,2%) et culmine dans la tranche d'âge des 55-64 ans (23,2%).
- Le pourcentage d'aidants informels est plus élevé en Flandre (13,4%) et en Wallonie (15,0%) qu'à Bruxelles (7,9%).

Bénéficiaires de soins

- 58,5% s'occupent principalement de membres de leur famille ne faisant pas partie de leur ménage, 24,3% s'occupent principalement de membres de leur ménage et 17,1% s'occupent principalement de personnes ne faisant pas partie de leur famille ni de leur ménage. La proportion d'aidants informels qui s'occupent principalement des membres de leur propre ménage est inférieure à celle de 2018 (30,1%).
- Les aidants informels âgés de 65 ans et plus sont plus susceptibles de s'occuper des membres de leur propre ménage, il s'agit souvent de leur partenaire, par rapport aux aidants plus jeunes.

Temps consacré

- 11,7% des aidants informels y consacrent 20 heures ou plus chaque semaine. Ce pourcentage est resté assez constant par rapport à 2018 (13,0%), mais il est inférieur à celui de 2013 (19,6%).
- Les aidants informels âgés de 65 ans et plus, ceux qui n'ont pas de diplôme de l'enseignement secondaire et ceux qui s'occupent principalement des membres de leur ménage sont plus nombreux à consacrer au moins 20 heures par semaine à des soins informels.

Charge ressentie

- 14,7% des aidants informels ressentent que l'aide et les soins apportés aux proches s'avèrent être une charge contraignante.
- Les femmes qui prodiguent des soins informels, celles qui s'occupent principalement des membres de leur ménage et celles qui y consacrent au moins 20 heures par semaine le ressentent davantage comme une charge contraignante.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	6
MÉTHODES : RÉSUMÉ.....	8
RÉSULTATS	9
1. Fournir une aide ou des soins informels au moins une fois par semaine	9
1.1. Prévalence	9
1.2. Évolution	10
1.3. Différences démographiques	10
1.4. Différences socio-économiques	12
2. Bénéficiaires de l'aide ou des soins informels.....	12
2.1. Distribution	12
2.2. Évolution	13
2.3. Différences démographiques	13
2.4. Différences socio-économiques	14
3. Temps consacré à l'aide ou aux soins informels	15
3.1. Prévalence	15
3.2. Évolution	15
3.3. Différences démographiques.....	16
3.4. Différences socio-économiques	17
3.5. Analyses complémentaires.....	17
4. Charge ressentie par les aidants informels	18
4.1. Prévalence	18
4.2. Différences démographiques.....	18
4.3. Différences socio-économiques	19
4.4. Analyses complémentaires.....	19
DISCUSSION	20
TABLEAUX DE SYNTHÈSE.....	22
REFERENCES	24

Abréviations

EHIS	European Health Interview Survey
EQLS	European Quality of Life Survey
SHARE	Survey of Health, Aging and Retirement in Europe
HIS	Health Interview Survey – Enquête de santé

Lexique

Aidant informel	Personne qui, au moins une fois par semaine, apporte une aide ou des soins à titre non professionnel à une personne souffrant de problèmes liés à l'âge, une maladie chronique ou un handicap.
Bénéficiaire de soins	Personne aidée par un aidant informel.

Remarque

La forme masculine est privilégiée dans le texte pour en faciliter la lecture. Elle n'a pas vocation de discrimination ou de stigmatisation. Par exemple, les termes « aidant informel » et « bénéficiaire de soins » font référence aux personnes prodiguant ou bénéficiant de soins informels, quel que soit leur genre.

INTRODUCTION

Il existe différentes définitions de « l'aide informelle », mais toutes les définitions partagent un certain nombre de caractéristiques communes (1–4) :

- Les soins sont prodigués en dehors du cadre professionnel ; une aide informelle ne suppose donc pas d'aptitudes professionnelles formelles de la part de l'aidant.
- Cette aide est en général non rémunérée bien que, dans certains pays, comme la Belgique, les aidants informels peuvent bénéficier d'une forme de compensation (financière).
- L'aide ou les soins informels sont généralement apportés à des personnes faisant partie de l'environnement social direct de l'aidant tels que des membres du ménage, de la famille, des voisins, etc...

Incontestablement, le vieillissement de la population ne fait qu'accroître la pression sur l'aide professionnelle entraînant de ce fait une augmentation de la demande d'aide informelle (4). Les personnes âgées vivant à domicile, souffrant de handicaps physiques et/ou cognitifs dépendent souvent de l'aide informelle pour les tâches quotidiennes et pour faire face à des problèmes plus complexes, telles que la coordination des soins médicaux et la gestion des finances (5). Néanmoins, on s'attend à ce que le nombre d'aidants informels potentiels diminue en raison de changements sociaux tels que la baisse des taux de fécondité, l'augmentation du nombre de personnes vivant seules, la hausse des taux de divorce et la mobilité géographique accrue (5–8).

L'aide informelle peut avoir des conséquences négatives sur la santé de l'aidant. Deux hypothèses sont avancées à cet égard : l'hypothèse de la contrainte des aidants (*caregiver strain hypothesis*) et l'hypothèse de l'aidant en bonne santé (*healthy caregiver hypothesis*) (9). La première hypothèse, qui est la plus répandue, affirme que la prestation de soins informels a des conséquences négatives sur la santé. Des études antérieures ont montré que la prestation de soins informels est associée à une détérioration de la santé mentale et physique (10). Les explications possibles sont les suivantes :

1. prodiguer des soins informels est une activité qui prend beaucoup de temps et qui est souvent difficile à combiner avec la vie professionnelle et familiale ;
2. s'occuper à long terme d'un membre de la famille souffrant peut susciter des sentiments de pitié et de peur de la perte ;
3. l'aide informelle est une activité (chronique) stressante qui peut parfois nécessiter un effort physique important.

Toutefois, d'autres études montrent que la prestation de soins informels n'entraîne pas toujours des conséquences négatives sur la santé. Les soins informels peuvent même être associés à une mortalité plus faible et une grande partie des aidants déclarent ressentir peu ou pas de stress lié à ces soins (5). Ces conclusions corroborent l'hypothèse du « *healthy caregiver* » (*aidant en bonne santé*). En outre, divers facteurs influencent la relation entre la prestation de soins informels et les conséquences négatives sur la santé. Ainsi, plus le nombre d'heures consacrées aux soins est élevé, plus le risque pour la santé est grand (9). Les soins prodigués aux membres du ménage, en particulier au partenaire, sont plus souvent associés à une baisse du bien-être que les soins prodigués en dehors du ménage, quelle que soit la fréquence des soins (9,11). Enfin, la santé des aidants informels est liée à la charge ressentie (4). Ce concept fait référence à une réaction complexe face à l'expérience négative et au stress ressenti liés à la prise en charge d'une personne souffrant d'une maladie (12).

L'attention portée aux soins informels est donc plus qu'appropriée dans l'enquête de santé et offre la possibilité d'étudier ce sujet dans un échantillon représentatif de la population générale. Le rapport abordera quatre éléments de l'offre de soins informels : 1) le pourcentage de personnes qui fournit des soins informels au moins une fois par semaine ; 2) la relation que les aidants informels entretiennent avec les bénéficiaires

de soins ; 3) le nombre d'heures consacrées par semaine aux soins informels et 4) pour la première fois, la charge ressentie par les aidants informels.

MÉTHODES : RÉSUMÉ

La méthodologie complète de l'enquête de santé 2023-2024 est disponible sur :

www.enquetesante.be

L'enquête de santé 2023-2024, la septième d'une série, a été commanditée par la Conférence interministérielle "Santé Publique" et réalisée par Sciensano, en collaboration avec Statbel pour le travail de terrain. Elle se distingue par une approche horizontale, qui permet de collecter simultanément des données sur la santé, les modes de vie, les soins de santé et les caractéristiques socio-économiques et environnementales. Cette approche offre une vision intégrée de l'état de santé de la population et de ses besoins. La répétition régulière de l'enquête permet d'en suivre l'évolution dans le temps.

L'enquête s'adresse à toutes les personnes résidant en Belgique, indépendamment de leur nationalité, leur âge ou leur statut juridique. Le Registre national, la base de sondage la plus complète du pays, a servi de source pour la sélection des participants. Dès lors, les personnes non inscrites dans ce registre, comme les sans-abri ou les personnes sans domicile légal, n'ont pas pu être prises en compte.

L'enquête a été menée dans une sélection de villes et de communes. Dans chaque commune, des ménages ont été tirés au sort et invités à participer. Si le ménage comptait entre un à quatre membres, tous étaient sollicités pour l'enquête ; si le ménage était plus grand, seuls quatre membres étaient sélectionnés, dont la personne de référence et son/sa partenaire. Les ménages refusant de participer étaient remplacés par un autre ménage aux caractéristiques similaires. Dans les ménages ayant accepté de prendre part à l'enquête, chaque participant a donné un consentement éclairé par écrit, conformément au Règlement général sur la protection des données (RGPD).

Structure de l'enquête

L'enquête comprend trois parties :

- Un questionnaire au niveau du ménage, par entretien oral, qui aborde la composition du ménage, les revenus, les dépenses de santé, les caractéristiques du logement, etc.
- Un questionnaire individuel, par entretien oral, qui porte sur les maladies chroniques, les limitations fonctionnelles et incapacités, la consommation de soins, etc.
- Un questionnaire à remplir soi-même par écrit, destiné aux personnes de 15 ans et plus, qui inclut des sujets plus sensibles tels que la santé mentale, la consommation d'alcool, la dépendance aux jeux, etc.

Collecte des données

En raison de circonstances exceptionnelles, notamment une forte pénurie d'enquêteurs, la collecte de données initialement prévue au cours de toute l'année 2023 a dû être prolongée d'un an, jusqu'au 31 décembre 2024. Au total, 15.951 ménages ont été invités à participer, dont 3.709 ont effectivement pris part à l'enquête. Cela a abouti à un total de 7.001 participants individuels.

Pondération et représentativité

Les résultats ont été pondérés pour refléter fidèlement la population en Belgique, en tenant compte de paramètres tels que la probabilité de sélection au sein du ménage et la distribution de l'échantillon selon le sexe, l'âge, la taille du ménage, la province, et le niveau d'éducation. Cela permet de calibrer au plus près l'échantillon des participants sur la population réelle, en prenant comme référence celle du 1^{er} janvier 2024.

RÉSULTATS

Ce rapport présente les indicateurs clefs relatifs à la prestation de soins informels en Belgique. Pour une version chiffrée plus exhaustive, le lecteur est invité à consulter les résultats mis à sa disposition sur notre site :

- L'ensemble des tableaux reprenant les résultats bruts et standardisés, ventilés par sous-groupes de population et regroupés par Région : www.enquetesante.be.
- L'outil d'analyses en ligne (HISIA) permettant de créer des tableaux et figures personnalisables via le module « Informal care » : <https://healthinformation.sciensano.be/shiny/hisia/>.

Lorsque le texte mentionne « significativement différent », cela signifie qu'une correction a été appliquée pour tenir compte de l'âge et/ou du sexe.

1. Fournir une aide ou des soins informels au moins une fois par semaine

La question IC.01 portait sur la prestation hebdomadaire de soins informels :

« Apportez-vous de l'aide ou des soins, au moins une fois par semaine, à une personne ayant des difficultés liées à son âge, à une maladie chronique ou à un handicap ? Ne tenez pas compte de l'aide apportée dans un cadre professionnel.

Oui, Non »

Sur base de cette question, l'indicateur suivant a été créé :

- **IC_1** Pourcentage de la population âgée de 15 ans et plus qui prodigue une aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine

Afin de faciliter la lecture de ce rapport, le terme « aidant informel » est utilisé tout au long du texte pour désigner les « personnes qui prodiguent une aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine ».

1.1. Prévalence

En 2023-2024, 13,3% de la population belge était aidant informel.

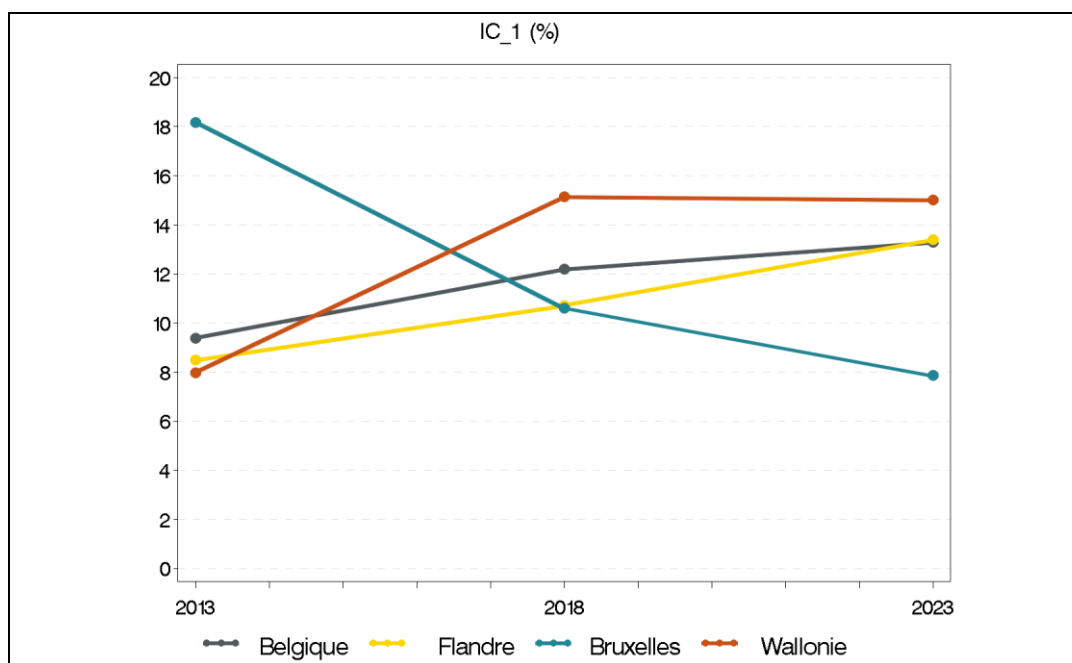
1.1.1. Spécificités régionales

Le pourcentage d'aidants informels est nettement plus faible à Bruxelles (7,9%) qu'en Flandre (13,4%) et en Wallonie (15,0%).

1.2. Évolution

Le pourcentage d'aidants informels (13,3%) est resté stable en 2023-2024 par rapport à celui de 2018 (12,2%). Ce pourcentage est toutefois nettement supérieur à celui de 2013 (9,4%) (figure 1).

Figure 1 • Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui prodigue de l'aide ou des soins informels au moins une fois par semaine, par année et par région, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



1.2.1. Spécificités régionales

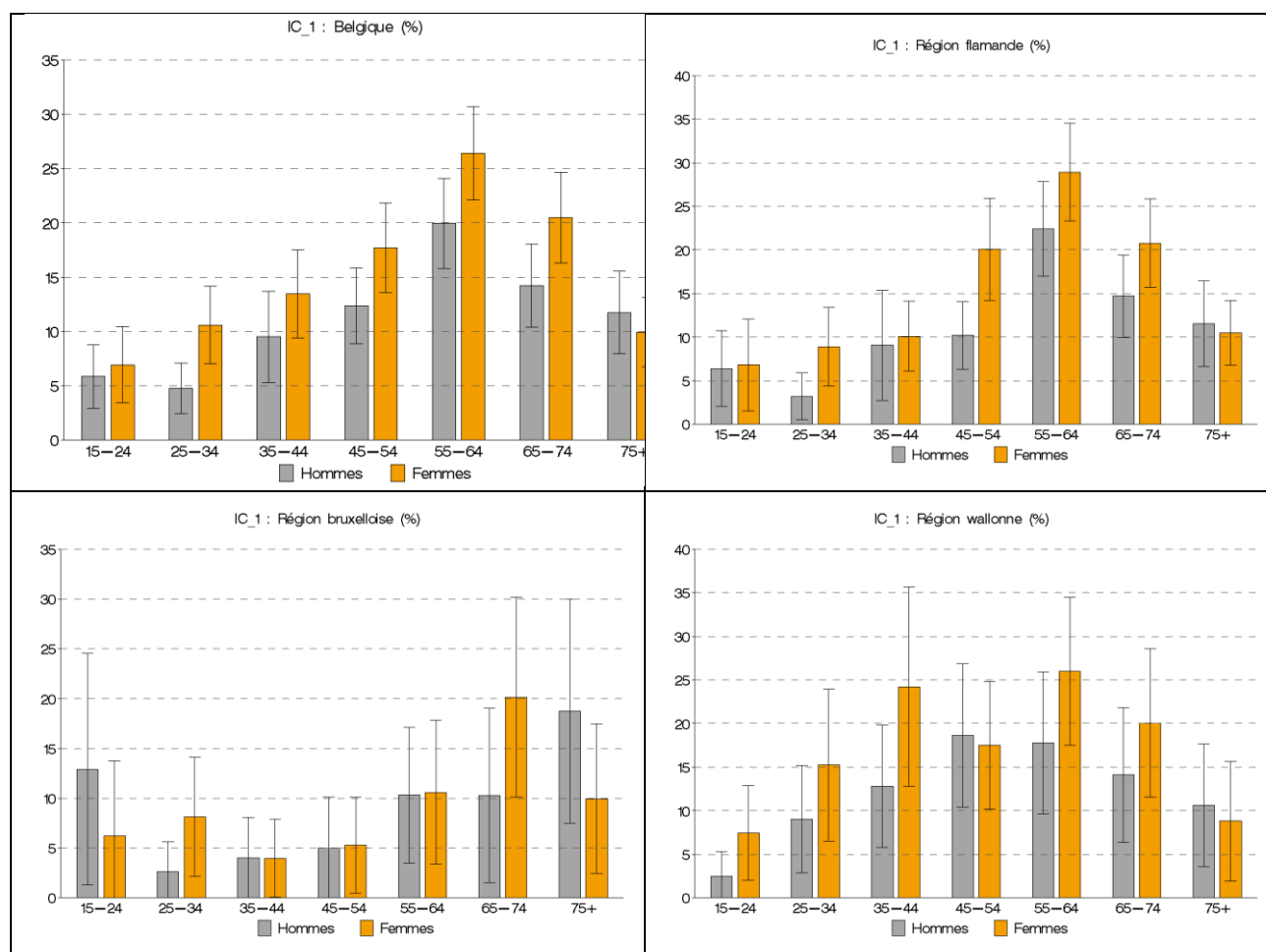
En Flandre, on observe une augmentation significative du pourcentage d'aidants informels depuis la première mesure : de 8,5% en 2013 à 10,7% en 2018, puis à 13,4% en 2023-2024. En Wallonie, le pourcentage est resté constant par rapport à 2018 (environ 15%), mais il est nettement plus élevé qu'en 2013 (8,0%). À Bruxelles, on observe une tendance à la baisse significative : de 18,2% en 2013 à 10,6% en 2018, puis à 7,9% en 2023-2024.

1.3. Différences démographiques

Le pourcentage d'aidants informels est significativement plus élevé chez les femmes (15,3%) que chez les hommes (11,2%) (Figure 2).

Le pourcentage d'aidants informels culmine chez les 55-64 ans (23,2%). La différence par rapport à toutes les autres catégories d'âge est significative. Le pourcentage d'aidants informels est également significativement plus élevé chez les personnes âgées de 65 à 74 ans (17,5%) que chez les personnes de 15 à 44 ans et celles de 75 ans et plus (6,4% à 11,5%). Le pourcentage de prestataires de soins informels est le plus faible chez les groupes d'âge les plus jeunes (15-24 ans : 6,4% et 25-34 ans : 7,7%).

Figure 2 • Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui prodigue de l'aide ou des soins informels au moins une fois par semaine, par sexe, par âge et par région, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



1.3.1. Spécificités régionales

Tant en Flandre qu'en Wallonie, le pourcentage d'aidants informels est plus élevé chez les femmes que chez les hommes (Flandre : 15,5% contre 11,2%, Wallonie : 17,4% contre 12,5%). À Bruxelles, il n'y a pas de différence significative entre les sexes.

Les différences d'âge par région peuvent être résumées comme suit :

- En Flandre, comme en Belgique, le pourcentage d'aidants informels est nettement plus élevé dans la tranche d'âge des 55 à 64 ans (25,7%) que dans toutes les autres tranches d'âge. En outre, ce pourcentage est également plus élevé chez les 65-74 ans (17,8%) que chez les 15-44 ans et les plus de 75 ans (6,0% à 10,9%) et chez les 45-54 ans (15,1%) par rapport aux 15-34 ans et aux plus de 75 ans (6,0% à 10,9%).
- À Bruxelles, le pourcentage d'aidants informels est le plus élevé chez les 65-74 ans (15,6%) et chez les plus de 75 ans (13,4%). Les différences entre ces deux groupes d'âge et les groupes d'âge de 25 à 54 ans (4,0% à 5,4%) sont statistiquement significatives.
- En Wallonie, comme en Belgique, le pourcentage de prestataires de soins informels est le plus élevé chez les 55-64 ans (21,9%). La différence entre ce groupe d'âge et les 15-34 ans et les plus de 75 ans (4,7% à 12,1%) est significative. Les différences entre les 35-54 ans et les 65-74 ans (17,4% à

18,6%) par rapport aux 15-24 ans et aux plus de 75 ans (4,7% à 9,5%) sont également significatives.

1.4. Différences socio-économiques

Tant au niveau national que régional, il n'y a pas de différences significatives en matière de niveau d'éducation.

2. Bénéficiaires de l'aide ou des soins informels

La relation entre la personne qui reçoit le plus souvent de l'aide ou des soins informels (le bénéficiaire de soins) et les aidants informels a été examinée via la question IC.02 :

« À qui apportez-vous de l'aide ou des soins ?

(Une seule réponse est permise.)

1. Une personne de votre ménage
2. Une personne de votre famille ne faisant pas partie de votre ménage
3. Une personne qui ne fait pas partie de votre famille ni de votre ménage »

Sur la base de cette question, l'indicateur suivant a été créé :

- **IC_2** Distribution (%) des aidants informels âgés de 15 ans et plus selon leur relation avec les personnes qui reçoivent le plus d'aide ou de soins.

Cet indicateur reflète la répartition des aidants informels (13,3% de la population âgée de 15 ans et plus) selon leur relation avec la personne à laquelle ils apportent le plus souvent une aide ou des soins. Il existe trois catégories : les membres de leur ménage, les membres de leur famille ne faisant pas partie du ménage et les personnes ne faisant partie ni de la famille ni du ménage. Étant donné que cet indicateur est basé sur une question à réponse unique, les aidants informels ont dû indiquer la personne dont ils s'occupent principalement. Ceci même si en principe, les aidants informels peuvent apporter leur aide à plusieurs personnes n'appartenant pas à la même catégorie (par exemple, un membre du ménage et un membre de la famille ne faisant pas partie du ménage).

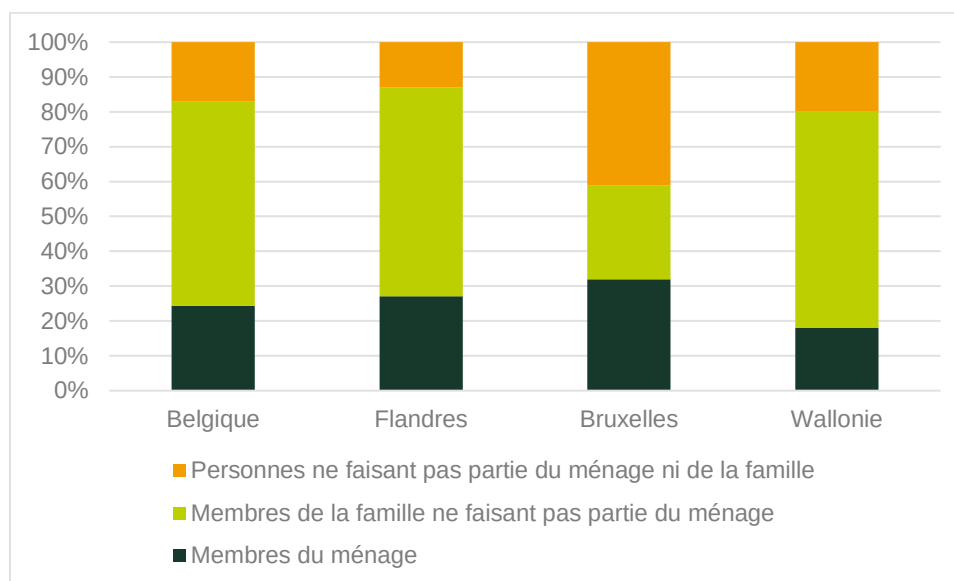
2.1. Distribution

Près de 6 aidants informels sur 10 (58,5%) s'occupent principalement de membres de leur famille qui ne font pas partie de leur ménage, suivis des membres de leur propre ménage (24,3%) et, enfin, des personnes ne faisant pas partie de leur famille ni de leur ménage (17,1%) (figure 3).

2.1.1. Spécificités régionales

En Flandre et en Wallonie, comme en Belgique, les aidants informels s'occupent le plus souvent de membres de leur famille ne faisant pas partie de leur ménage (Flandre : 59,9% et Wallonie : 62,0%). À Bruxelles, en revanche, ce n'est pas le cas : seuls 27,0% des aidants informels s'occupent principalement de membres de leur famille ne faisant pas partie de leur ménage. Dans la région de la capitale, les aidants informels s'occupent le plus souvent de personnes qui n'appartiennent ni à leur famille ni à leur ménage (41,0%).

Figure 3 • Répartition (%) des aidants informels de 15 ans et plus selon leur relation avec la personne qui reçoit le plus souvent de l'aide ou des soins, par région, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



2.2. Évolution

En 2023-2024, la proportion d'aidants informels s'occupant principalement des membres de leur ménage était nettement inférieure à celle de 2018 (passant de 30,1% en 2018 à 24,3% en 2023-2024).

2.2.1. Spécificités régionales

- En Wallonie aussi, la proportion d'aidants informels qui s'occupent principalement des membres de leur ménage a considérablement diminué par rapport à 2018 (de 31,3% à 18,1%). En revanche, le pourcentage d'aidants informels qui s'occupent principalement de membres de leur famille n'appartenant pas au ménage a considérablement augmenté par rapport à 2018 (passant de 50,3% à 62,0%).
- À Bruxelles, le pourcentage d'aidants informels s'occupant principalement de membres de la famille n'appartenant pas au ménage a toutefois diminué de manière significative par rapport à 2018 (de 43,9% à 27,0%).
- En Flandre, il n'y a pas de différence significative au fil du temps.

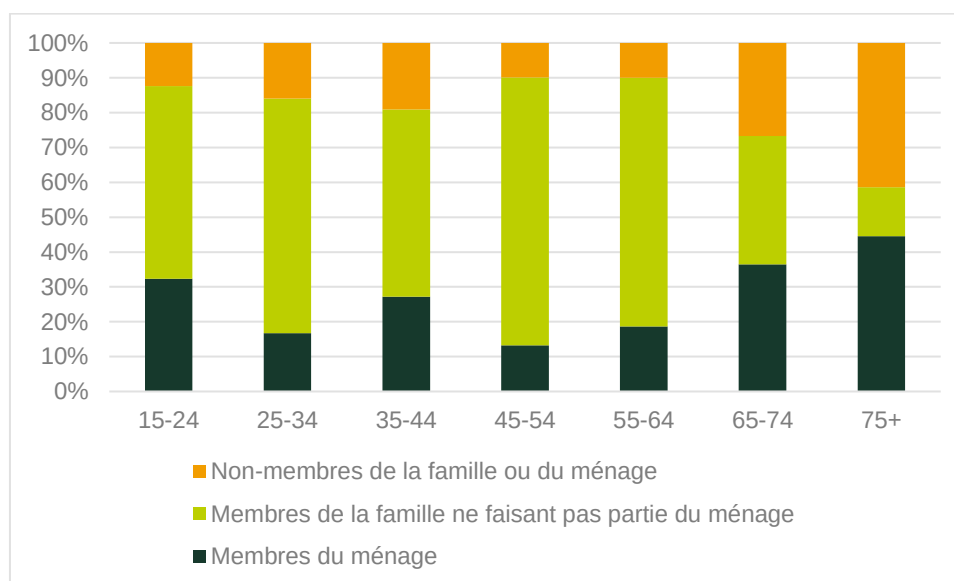
2.3. Différences démographiques

La distribution des aidants informels selon leur relation avec les bénéficiaires dont ils s'occupent principalement ne varie pas de manière significative en fonction du sexe. On observe toutefois des variations entre les groupes d'âge (figure 4). Les principales différences d'âge sont présentées ci-dessous :

- Les aidants informels appartenant aux deux groupes d'âge les plus âgés sont plus nombreux à indiquer fournir de l'aide ou des soins à **des membres de leur propre ménage**. Ce pourcentage est nettement plus élevé chez les 75 ans et plus (45,4%) que dans les tranches d'âge allant de 25 à 64 ans (11,9% à 24,4%). Les aidants âgés de 65 à 74 ans (36,1%) sont également plus susceptibles de s'occuper de membres de leur ménage que les aidants informels des groupes d'âge 25-34 et 45-64 ans (11,9% à 20,3%).

- En revanche, les aidants informels plus jeunes (40,3% à 77,3%) sont plus susceptibles de s'occuper principalement de **membres de leur famille qui ne font pas partie de leur ménage** que les aidants informels âgés de 75 ans et plus (18,5%). Les aidants informels des tranches d'âge 25-34, 45-54 et 55-64 ans (69,9% à 77,3%) sont également plus susceptibles de s'occuper principalement de membres de leur famille que les aidants âgés de 35-44 et 65-74 ans (40,3% à 47,9%).
- Enfin, les aidants informels âgés de 75 ans et plus (36,1%) s'occupent nettement plus souvent principalement de **personnes qui ne faisant pas partie de leur famille ni de leur ménage** que les aidants des tranches d'âge de 15-34, 45-64 ans (8,9% à 11,9%). La différence entre les aidants informels âgés de 35 à 44 ans et ceux âgés de 65 à 74 ans (23,6% à 27,6%) par rapport aux aidants informels des tranches d'âge 25-34 et 45-64 ans (8,9% à 10,8%) est également significative.

Figure 4 • Distribution (%) des aidants informels de 15 ans et plus selon leur relation avec la personne qui reçoit le plus souvent de l'aide ou des soins, selon l'âge, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



2.3.1. Spécificités régionales

En Flandre, les aidants informels de féminin (64,1%) s'occupent proportionnellement plus souvent de membres de leur famille qui ne font pas partie de leur ménage, par rapport aux aidants informels de masculin (53,9%). Cette différence est à la limite de la significativité. Par ailleurs, aucune différence significative entre les femmes et les hommes n'est à noter dans les régions.

Les analyses régionales par tranche d'âge sont basées sur un nombre trop faible d'aidants informels. Par conséquent, nous ne pouvons pas tirer de conclusions fiables sur les différences régionales en matière d'âge.

2.4. Différences socio-économiques

Les aidants informels sans diplôme de l'enseignement secondaire (38,6%) ont indiqué beaucoup plus souvent que les aidants informels titulaires d'un diplôme de l'enseignement supérieur (18,3%) qu'ils s'occupaient principalement de membres de leur famille. La proportion de prestataires de soins informels s'occupant principalement de membres de leur famille n'appartenant pas à leur ménage augmente avec le niveau d'éducation (de 35,0% chez les personnes sans diplôme de l'enseignement secondaire à 56,7% chez les personnes ayant un diplôme de l'enseignement secondaire et à 68,7% chez les personnes ayant un diplôme de l'enseignement supérieur).

2.4.1. Spécificités régionales

Les analyses régionales par niveau d'éducation sont basées sur des chiffres trop faibles pour établir des résultats fiables.

3. Temps consacré à l'aide ou aux soins informels

Le temps consacré aux soins informels a été évalué à l'aide de la question IC.03 :

« Au total, combien de temps consacrez-vous par semaine pour des soins ou de l'aide aux personnes ?

1. Moins que 10 heures par semaine
2. Au moins 10 heures, mais moins que 20 heures par semaine
3. 20 heures par semaine ou plus »

Sur la base de cette question, deux indicateurs ont été créés :

- **IC_3** Distribution (%) des aidants informels âgés de 15 ans et plus selon le temps consacré à l'aide ou aux soins sur base hebdomadaire (moins de 10 heures par semaine, 10 à 19 heures par semaine ou 20 heures par semaine ou plus).
- **IC_4** Pourcentage des aidants informels âgés de 15 ans et plus qui consacrent au moins 20 heures par semaine à apporter de l'aide ou des soins.

L'indicateur IC_4 reprend en partie les informations de l'indicateur IC_3, mais fait une distinction entre ceux qui fournissent une aide ou des soins pendant au moins 20 heures par semaine et ceux qui y consacrent moins de 20 heures par semaine.

3.1. Prévalence

Parmi les personnes qui fournissent des soins informels, 74,5% indiquent y consacrer moins de 10 heures par semaine, 13,7% indiquent y consacrer entre 10 et 19 heures par semaine et 11,7% indiquent y consacrer 20 heures par semaine ou plus. Cette section se concentre sur les personnes qui fournissent au moins 20 heures de soins informels par semaine.

3.1.1. Spécificités régionales

En Région flamande (14,6%), le pourcentage d'aidants informels qui consacrent au moins 20 heures par semaine à de l'aide ou des soins est nettement plus élevé qu'en Région wallonne (7,8%). La Région bruxelloise ne diffère pas des Régions flamande et wallonne de manière significative.

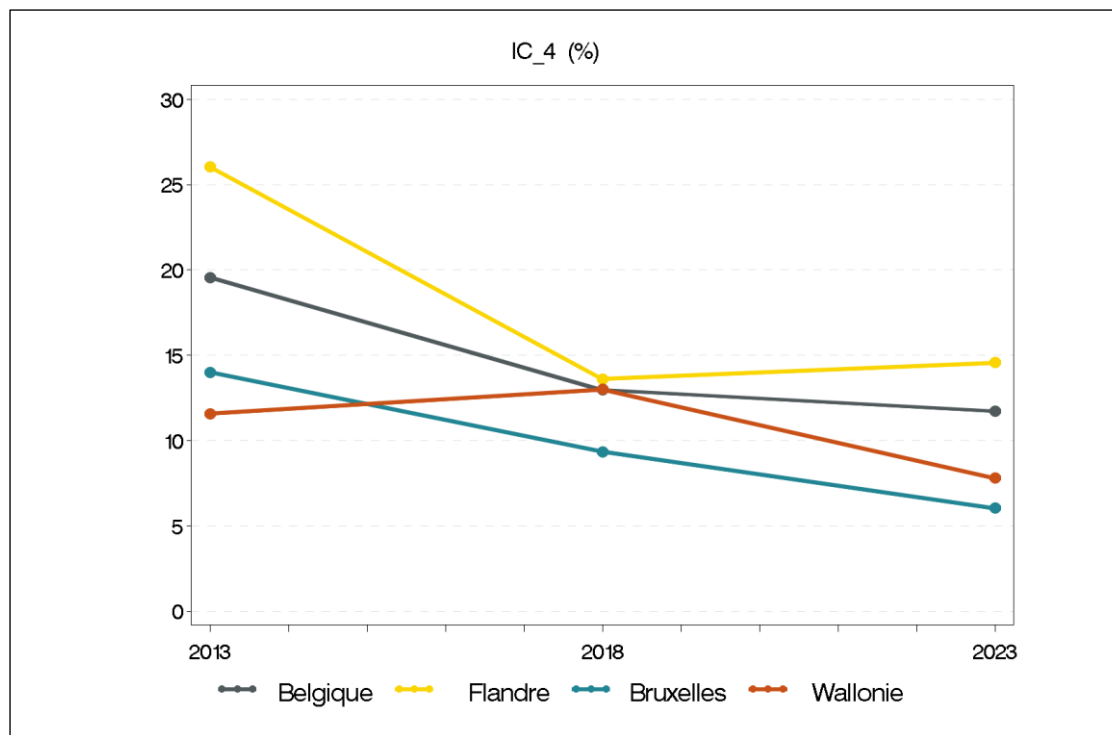
3.2. Évolution

Le pourcentage d'aidants informels qui consacrent 20 heures ou plus par semaine à fournir de l'aide ou des soins est resté pratiquement constant par rapport à 2018 (13,0%). Ce pourcentage est toutefois nettement inférieur à celui de 2013 (19,6%) (figure 5).

3.2.1. Spécificités régionales

En Flandre, nous observons la même tendance qu'au niveau national : une baisse par rapport à 2013 (26,0%), mais un statu quo par rapport à 2018 (13,6%). À Bruxelles et en Wallonie, la tendance reste constante.

Figure 5 • Pourcentage d'aidants informels de 15 ans et plus qui fournissent au moins 20 heures d'aide ou de soins par semaine, par année et par région, Enquête de santé 2023-2024, Belgique

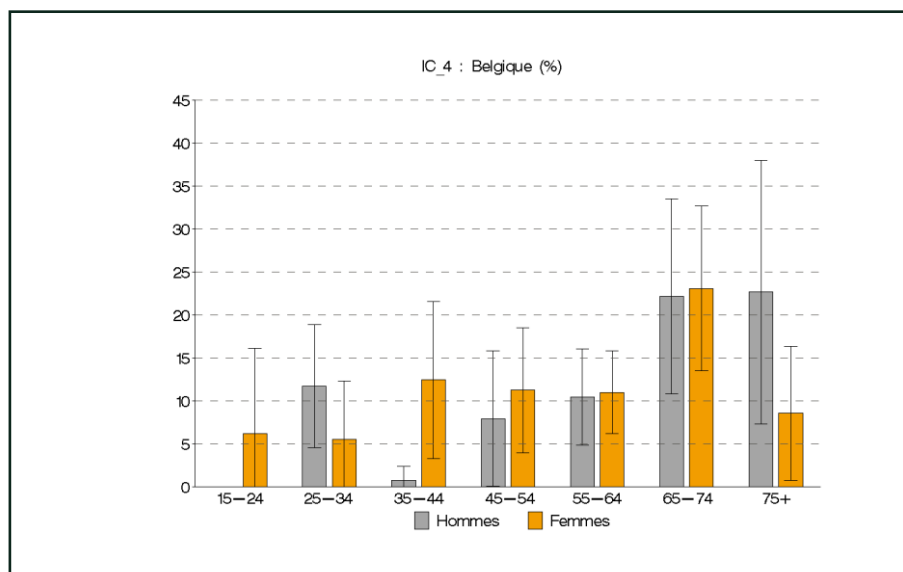


3.3. Différences démographiques

On ne constate aucune différence entre les sexes dans le pourcentage d'aidants informels fournissant des soins pendant au moins 20 heures par semaine (aidantes féminines : 12,3% ; aidants masculins : 11,7%) (Figure 6).

Le pourcentage d'aidants informels qui consacrent au moins 20 heures par semaine aux soins est le plus élevé dans la tranche d'âge des 65-74 ans (22,7%). Ce pourcentage est nettement plus élevé que dans toutes les tranches d'âge plus jeunes (3,2% à 10,8%). Les aidants informels âgés de plus de 75 ans (14,8%) consacrent également plus souvent plus de 20 heures par semaine à ces soins que les aidants informels âgés de 15 à 24 ans (3,2%).

Figure 6 • Pourcentage d'aidants informels de 15 ans et plus qui fournissent au moins 20 heures d'aide ou de soins par semaine, selon le sexe et l'âge, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



3.3.1. Spécificités régionales

Au niveau régional également, nous ne constatons pas de différence significative selon le sexe en ce qui concerne le pourcentage d'aidants informels consacrant au moins 20 heures par semaine aux soins.

En raison du nombre limité de prestataires de soins informels par région, nous ne pouvons pas nous prononcer de manière fiable sur les différences régionales en fonction de l'âge.

3.4. Différences socio-économiques

Les aidants informels sans diplôme de l'enseignement secondaire (18,8%) y consacrent significativement plus souvent au moins 20 heures par semaine que les aidants informels titulaires d'un diplôme de l'enseignement supérieur (8,3%).

3.4.1. Spécificités régionales

Les analyses régionales par niveau d'éducation sont basées sur des chiffres trop faibles pour établir des résultats fiables.

3.5. Analyses complémentaires

Parmi les personnes qui s'occupent principalement des membres de leur ménage vivant sous le même toit, nous constatons un pourcentage nettement plus élevé d'aidants informels qui consacrent au moins 20 heures par semaine à ces soins (34,2%). Ce pourcentage est inférieur à 5% chez les aidants informels qui s'occupent principalement de membres de leur famille ne vivant pas sous le même toit ou de personnes n'appartenant pas à leur famille.

4. Charge ressentie par les aidants informels

Nous avons évalué pour la première fois le niveau de charge ressentie par les aidants informels à l'aide de la question IC.04 :

« Pour certains, l'aide et les soins apportés aux proches peuvent s'avérer une charge trop lourde et contraignante à assumer. Pour d'autres, c'est moins le cas. Tout bien considéré, comment ressentez-vous actuellement la charge que représente l'aide que vous leur apportez ?

1. Pas ou peu contraignante
2. Un peu contraignante
3. Assez contraignante
4. Très contraignante
5. Extrêmement contraignante »

Cette question est tirée du Moniteur de santé des Pays-Bas (13). Deux indicateurs ont été créés sur la base de cette question :

- **IC_5** Distribution (%) des aidants informels âgés de 15 ans et plus en fonction de la charge qu'ils ressentent en fournissant une aide ou des soins
- **IC_6** Pourcentage des aidants informels âgés de 15 ans et plus qui se sentent fortement sollicités par la prestation d'aide ou de soins

L'indicateur IC_6 reprend donc les informations provenant de l'indicateur IC_5, mais fait la distinction entre ceux qui se sentent « peu ou pas du tout stressés » et « légèrement stressés » et ceux qui se sentent « assez stressés », « très stressés » et « surmenés ».

4.1. Prévalence

Parmi les aidants informels, 63,0% déclarent ne pas se sentir ou peu stressés, 22,3% se sentent légèrement stressés, 10,5% se sentent assez stressés, 2,8% se sentent très stressés et 1,4% se sentent surmenés . Au total, 14,7% des aidants informels âgés de 15 ans et plus déclarent se sentir lourdement stressés par l'aide ou les soins qu'ils prodiguent.

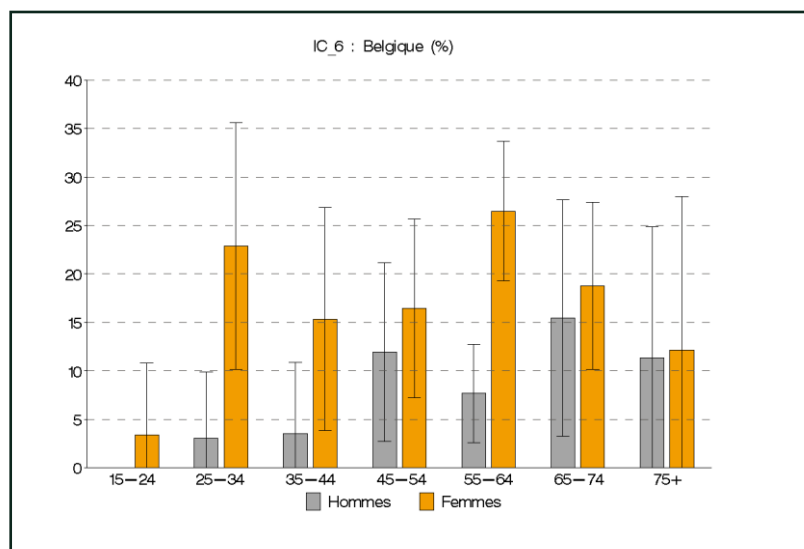
4.1.1. Spécificités régionales

Nous ne constatons pas de différences régionales dans le pourcentage d'aidants informels qui se sentent lourdement chargés.

4.2. Différences démographiques

Les aidants informels de sexe féminin (19,0%) déclarent beaucoup plus souvent se sentir lourdement chargés que les aidants informels de sexe masculin (8,5%). Nous ne constatons pas de différences significatives en fonction de l'âge (figure 7).

Figure 7 • Pourcentage des aidants informels de 15 ans et plus qui se sentent fortement sollicités par l'aide ou les soins qu'ils prodiguent, selon le sexe et l'âge, Enquête de santé 2023-2024, Belgique



4.2.1. Spécificités régionales

En Flandre et en Wallonie également, les aidants informels de sexe féminin (respectivement 17,1% et 23,4%) déclarent significativement plus souvent se sentir lourdement chargés que les aidants informels de sexe masculin (respectivement 9,4% et 7,3%). Nous ne pouvons pas analyser les différences d'âge en raison du nombre limité d'aidants informels par région.

4.3. Différences socio-économiques

Il n'y a pas de différence significative en matière de niveau d'éducation pour le pourcentage d'aidants informels qui se sentent lourdement chargés par la prestation d'aide ou de soins.

4.3.1. Spécificités régionales

Les analyses régionales par niveau d'éducation sont basées sur des chiffres trop faibles pour établir des résultats fiables.

4.4. Analyses complémentaires

Nous constatons un pourcentage nettement plus élevé d'aidants informels qui se sentent lourdement chargés parmi ceux qui s'occupent principalement des membres de leur ménage vivant sous le même toit : 25,3% contre 14,0% des aidants informels qui s'occupent principalement de membres de leur famille ne vivant pas sous le même toit et 2,4% de ceux qui s'occupent principalement de personnes n'appartenant pas à leur famille. La différence entre ces deux derniers groupes est également significative.

Les aidants informels qui consacrent au moins 20 heures par semaine à cette aide ou à ces soins se sentent nettement plus souvent lourdement chargés que ceux qui y consacrent moins de 20 heures par semaine (46,1% contre 10,6%).

DISCUSSION

L'enquête de santé 2023-2024 comprenait des questions sur la prestation de soins informels. Elle a permis non seulement de déterminer la proportion de personnes qui fournissent des soins informels, mais aussi à qui ces soins sont prodigués, combien de temps y est consacré chaque semaine et, pour la première fois, la charge ressentie. Il est essentiel d'aborder la question des soins informels dans l'enquête de santé, compte tenu du rôle social important que jouent ces soins dans une société vieillissante et de leurs conséquences possibles sur la santé de l'aidant informel.

Description de la situation en Belgique selon les résultats de l'enquête de santé 2023-2024

En Belgique, près d'une personne sur sept âgée de 15 ans et plus (13,3%) fournit régulièrement des soins informels, une proportion qui est restée stable depuis 2018 (12,2%), mais qui est plus élevée qu'en 2013 (9,4%). Cela signifie que pour une partie importante de la population, la prestation de soins informels est une activité qui s'ajoute à leurs autres tâches professionnelles ou quotidiennes. Comme en 2018, la proportion d'aidants informels est plus élevée chez les femmes que chez les hommes, et atteint son maximum dans la tranche d'âge des 55 à 64 ans. La proportion d'aidants informels est également plus élevée en Flandre et en Wallonie qu'à Bruxelles.

Près de 6 aidants informels sur 10 (58,5%) s'occupent principalement de membres de leur famille ne vivant pas sous leur toit, et 24,3% s'occupent de membres de leur propre ménage. Le pourcentage d'aidants informels qui s'occupent principalement des membres de leur propre ménage a diminué par rapport à 2018 (30,1%). Les aidants informels des groupes d'âge les plus âgés s'occupent plus souvent principalement des membres de leur propre ménage – généralement un partenaire – tandis que les aidants plus jeunes s'occupent plus souvent de membres de la famille ne vivant pas dans le ménage, tels que les parents, les beaux-parents ou les grands-parents. Les aidants informels âgés de 75 ans et plus se distinguent également par le fait qu'ils s'occupent moins souvent de membres de leur famille ne vivant pas sous le même toit, mais plus souvent de personnes qui ne font pas partie de leur famille.

Environ 1 aidant informel sur 10 (11,7%) consacre au moins 20 heures par semaine à la prestation de soins. Ce pourcentage est plus élevé chez les aidants plus âgés, chez les personnes sans diplôme de l'enseignement secondaire et chez ceux qui s'occupent principalement de membres de leur ménage vivant sous le même toit.

Au total, 14,7% des personnes qui fournissent des soins informels se sentent lourdement chargées par cette tâche. Dans le même temps, plus de 6 aidants informels sur 10 (63,0%) déclarent ne pas se sentir ou presque pas se sentir chargés. Le pourcentage de personnes qui se sentent lourdement chargées est plus élevé chez les femmes, chez les personnes qui s'occupent principalement de membres de leur famille vivant sous le même toit et chez celles qui consacrent au moins 20 heures par semaine à la prestation de soins.

Données comparables

En Europe, trois enquêtes à grande échelle fournissent régulièrement des données sur la prestation de soins informels : l'Enquête européenne sur la santé (EHIS), l'Enquête européenne sur la qualité de vie (EQLS) et l'Enquête de santé, le vieillissement et la retraite en Europe (SHARE) (14). Compte tenu de la grande variabilité des questions posées, nous ne pouvons comparer nos résultats qu'avec ceux de l'EHIS, car nous utilisons les mêmes questions. Les derniers chiffres de l'EHIS, datant de 2019, indiquent que 17% des habitants de l'Union européenne âgés de 15 ans et plus fournissent des soins informels chaque semaine, plus précisément 12,2% à des membres de leur ménage ou de leur famille et 4,8% à des personnes extérieures à leur famille (15). Nos chiffres montrent que 13,3% fournissent des soins informels, plus précisément 11,0% à des membres de leur

ménage ou de leur famille et 2,3% à des personnes extérieures à leur famille. Ce chiffre est donc inférieur à la moyenne européenne.

Nous avons pour la première fois inclus une question sur la charge ressentie par les aidants informels. Nous avons repris cette question du Moniteur de santé des Pays-Bas pour les adultes et les personnes âgées. Leur édition de 2022 a révélé que 19% de tous les aidants informels âgés de 20 ans et plus se sentent lourdement chargés (13). L'enquête belge sur la santé révèle que près de 15% des aidants informels âgés de 15 ans et plus se sentent lourdement chargés. Le chiffre néerlandais est donc plus élevé, mais le moniteur utilise une autre limite d'âge (20 ans au lieu de 15 ans et plus) et une autre définition des soins informels, à savoir : s'occuper d'un proche pendant au moins 3 mois et/ou au moins 8 heures par semaine.

Recommandations

Grâce à la question supplémentaire posée dans l'enquête de santé, nous disposons désormais non seulement de critères objectifs pour mesurer la charge que représentent les soins (tels que la relation avec le bénéficiaire des soins et le nombre d'heures consacrées aux soins), mais aussi d'évaluations subjectives de la charge ressentie. La combinaison des deux offre des informations précieuses pour l'élaboration des politiques. Les aidants informels qui s'occupent principalement de membres de leur famille vivant sous le même toit – souvent un partenaire – se sentent beaucoup plus souvent lourdement chargés. En outre, un nombre plus élevé d'heures de soins informels par semaine est fortement lié à une charge ressentie plus importante. Le temps consacré chaque semaine aux soins informels est également étroitement lié à la relation avec le bénéficiaire des soins. Il est donc recommandé de fournir un soutien ciblé aux aidants informels qui s'occupent de manière intensive de membres de leur famille vivant sous le même toit.

Il est également important de tenir compte des différences sociodémographiques dans la prestation de soins informels lors de la formulation de recommandations politiques. Les femmes sont plus souvent des aidants informels et se sentent également plus souvent lourdement chargées, ce qui souligne la nécessité de mesures tenant compte des questions de genre. La prestation de soins informels atteint son maximum chez les personnes âgées de 55 à 64 ans. En raison de l'augmentation de l'âge de la retraite et des besoins croissants en matière de soins des membres âgés de la famille – souvent les parents ou beaux-parents –, la pression sur ce groupe va continuer à s'accroître. Il est donc essentiel de soutenir les aidants informels économiquement actifs dans la combinaison du travail et des soins. Enfin, nous constatons que les personnes âgées de plus de 65 ans s'occupent plus souvent principalement des membres de leur ménage et consacrent plus souvent plus de 20 heures par semaine à ces soins. Les personnes qui ne sont pas (ou plus) actives sur le plan économique et qui s'occupent intensivement des membres de leur ménage courent un risque accru d'isolement social et méritent donc une attention particulière dans le cadre de la politique.

TABLEAUX DE SYNTHÈSE

Tableau 1 • Évolution des soins informels en Belgique, Enquête de santé 2023-2024

	2013	2018	2023
Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui...			
• prodigue de l'aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine	9,4	12,2	13,3
Pourcentage des aidants informels hebdomadaires de 15 ans et plus qui...			
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne du ménage		30,1	24,3
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à un membre de la famille ne faisant pas partie du ménage		54,5	58,5
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne ne faisant pas partie du ménage ni de la famille		15,4	17,1
• consacre au moins 20 heures par semaine à prodiguer de l'aide ou des soins informels	19,6	13,0	11,7
• se sent très sollicité par la prestation de l'aide ou des soins informels			14,7

Tableau 2 • Évolution des soins informels en Région flamande, Enquête de santé 2023-2024

	2013	2018	2023
Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui...			
• prodigue de l'aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine	8,5	10,7	13,4
Pourcentage des aidants informels hebdomadaires de 15 ans et plus qui...			
• prodigue principalement des soins à une personne du ménage		29,6	27,1
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à un membre de la famille ne faisant pas partie du ménage		59,9	59,9
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne ne faisant pas partie du ménage ni de la famille		10,5	13,0
• consacre au moins 20 heures par semaine à prodiguer de l'aide ou des soins informels	26,0	13,6	14,6
• se sent très sollicité par la prestation de soins informels			13,9

Tableau 3 • Évolution des soins informels dans la Région bruxelloise, Enquête de santé 2023-2024

	2013	2018	2023
Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui...			
• prodigue de l'aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine	18,2	10,6	7,9
Pourcentage des aidants informels hebdomadaires de 15 ans et plus qui...			
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne du ménage		27,6	43,9
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à un membre de la famille ne faisant pas partie du ménage		43,9	27,0
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne ne faisant pas partie du ménage ni de la famille		28,4	41,0
• consacre au moins 20 heures par semaine à prodiguer de l'aide ou des soins informels	14,0	9,3	6,0
• se sent très sollicité par la prestation de soins informels			9,6

Tableau 4 • Évolution des soins informels en Région wallonne, Enquête santé 2023-2024

	2013	2018	2023
Pourcentage de la population de 15 ans et plus qui...			
• prodigue de l'aide ou des soins à titre non professionnel au moins une fois par semaine	8,0	15,1	15
Pourcentage des aidants informels hebdomadaires de 15 ans et plus qui...			
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne du ménage		31,3	18
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à un membre de la famille ne faisant pas partie du ménage		50,3	62,0
• prodigue le plus de l'aide ou des soins à une personne ne faisant pas partie du ménage ni de la famille		18,4	19,9
• consacre au moins 20 heures par semaine à prodiguer de l'aide ou des soins informels	11,6	13,0	7,8
• se sent très sollicité par la prestation de soins informels			16,9

REFERENCES

1. Oyeboode J. Assessment of carers' psychological needs. *Adv Psychiatr Treat*. 2003;9(1):45–53.
2. Dujardin C, Farfan-Portet MI, Mitchell R, Popham F, Thomas I, Lorant V. Does country influence the health burden of informal care? An international comparison between Belgium and Great Britain. *Soc Sci Med*. 2011 Oct;73(8):1123–32.
3. Farfan-Portet MI, Popham F, Mitchell R, Swine C, Lorant V. Caring, employment and health among adults of working age: evidence from Britain and Belgium. *Eur J Public Health*. 2010 Feb;20(1):52–7.
4. Lindt N, van Berkel J, Mulder BC. Determinants of overburdening among informal carers: a systematic review. *BMC Geriatr*. 2020 Aug 26;20(1):304.
5. Roth DL, Fredman L, Haley WE. Informal Caregiving and Its Impact on Health: A Reappraisal From Population-Based Studies. *The Gerontologist*. 2015 Apr 1;55(2):309–19.
6. Ribeiro O, Araújo L, Figueiredo D, Paúl C, Teixeira L. The Caregiver Support Ratio in Europe: Estimating the Future of Potentially (Un)Available Caregivers. *Healthcare*. 2022 Jan;10(1):11.
7. Broese van Groenou MI, De Boer A. Providing informal care in a changing society. *Eur J Ageing*. 2016 Sep;13(3):271–9.
8. Colombo F, Llana-Nozal A, Mercier J, Tjadens F. OECD health policy studies help wanted? Providing and paying for long-term care: providing and paying for long-term care. Vol. 2011. OECD publishing; 2011.
9. Van Droogenbroeck F, Spruyt B, Gérain P, Van den Borre L, Smith P, De Pauw R, et al. Informal caregiving and mental health: results from the Belgian health interview survey 2013 and 2018. *BMC Public Health*. 2025 Jan 2;25(1):15.
10. Hiel L, Beenackers MA, Renders CM, Robroek SJW, Burdorf A, Croezen S. Providing personal informal care to older European adults: Should we care about the caregivers' health? *Prev Med*. 2015 Jan;70:64–8.
11. Kaschowitz J, Brandt M. Health effects of informal caregiving across Europe: A longitudinal approach. *Soc Sci Med*. 2017 Jan;173:72–80.
12. Kim H, Chang M, Rose K, Kim S. Predictors of caregiver burden in caregivers of individuals with dementia. *J Adv Nurs*. 2012 Apr;68(4):846–55.
13. Statistiek CB voor de. Centraal Bureau voor de Statistiek. 2024 [cited 2025 Aug 22]. 4. Aantal mantelzorgers en ervaren belasting. Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2024/vader-en-moeder-op-leeftijd/4-aantal-mantelzorgers-en-ervaren-belasting>
14. Tur-Sinai A, Teti A, Rommel A, Hlebec V, Lamura G. How many older informal caregivers are there in Europe? Comparison of estimates of their prevalence from three European surveys. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(24):9531.
15. Eurostat. Persons providing informal care or assistance at least once a week by sex, age and educational attainment level [Internet]. [cited 2025 Sep 25]. Available from: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/hlth_ehis_ic1e/default/table?lang=en&category=hlth.hlth_det.hlth_senv

CONTACT

Elise Braekman • T+32 2 645 57 06 •
Elise.Braekman@sciensano.be

À PROPOS DE SCIENSANO

Sciensano est un institut scientifique public et indépendant, engagé en faveur de la santé humaine, animale et environnementale.

Nous menons des recherches scientifiques et des activités de surveillance. Grâce à notre expertise en santé, nous apportons conseils, avis et services aux autorités et à différentes agences et organisations.

Sciensano accorde une grande importance au principe One Health, qui souligne les liens étroits existant entre la santé de l'homme, la santé de l'animal et leur environnement.

C'est pourquoi notre recherche adopte une approche interdisciplinaire qui intègre des perspectives variées.

Avec plus de 1000 collaborateurs et 120 ans d'expertise scientifique, Sciensano est un établissement de référence, actif dans de nombreux réseaux scientifiques internationaux.

PLUS D'INFOS

Enquête de santé :

www.enquetesante.be • HIS@sciensano.be

Sciensano :

Sciensano.be • info@sciensano.be

Rue Juliette Wytman 14 • Bruxelles • Belgique • T + 32 2 642 51 11