



# Les interventions de soutien direct auprès des aidants naturels réduisent leur détresse psychologique

## Rédaction

M. Rège-Walther  
C. Mazzocato  
I. Peytremann-Bridevaux

## Coordination rédactionnelle

Drs B. Burnand, I. Peytremann-Bridevaux et M. Rège-Walther

## Adresses

M. Rège-Walther et Dr I. Peytremann-Bridevaux  
Cochrane Suisse et Institut universitaire de médecine sociale et préventive  
CHUV et Université de Lausanne  
Bugnon 17, 1005 Lausanne

Dr C. Mazzocato  
Service de soins palliatifs  
Unité d'éthique clinique  
CHUV Lausanne  
Mont Paisy 14, 1011 Lausanne

Rev Med Suisse 2012; 8: 137

Cette rubrique présente les résultats d'une revue systématique publiée par la Collaboration Cochrane dans la *Cochrane Library* ([www.cochrane.org/](http://www.cochrane.org/)). Volontairement limité à un champ de recherche circonscrit, cet article reflète l'état actuel des connaissances de ce domaine. Il ne s'agit donc **pas** de recommandations pour guider la prise en charge d'une problématique clinique considérée dans sa globalité (guidelines).

## Scénario

Une de vos patientes vous consulte en raison d'une anxiété et de troubles du sommeil liés à la maladie de son mari atteint d'un cancer ORL avancé, soigné à domicile. Elle exprime notamment sa crainte de ne pas lui offrir les meilleurs soins et de ne pas savoir comment réagir si son état s'aggrave. Les infirmières du CMS, qui voient le patient deux fois par jour, décrivent le mari comme calme et confortable, très entouré par ses enfants et par son épouse, qui assure une présence permanente.

## Question

Quelles interventions sont les plus susceptibles d'aider votre patiente ?

## Contexte

Les aidants naturels sont des personnes bénévoles qui dispensent des soins physiques et/ou un soutien émotionnel à l'un(e) de leur proche ou ami(e). Ceci peut générer un stress intense tant physique que psychique. Des interventions visant principalement à augmenter la qualité de vie et à soutenir la vie affective des aidants naturels ont été développées. Cette revue systématique évalue l'effet de ces interventions sur la santé physique et psychique des aidants naturels de patients en phase terminale.

## Résultats

Onze essais cliniques randomisés (1836 aidants naturels) ont été identifiés. Deux études évaluaient un soutien indirect auprès des aidants et n'ont pas fait l'objet d'une méta-analyse. Neuf études ont évalué des interventions de soutien direct auprès des aidants naturels (soutien émotionnel, conseil pour gérer les soins, conseil financier, développement d'aptitudes à la résolution de problèmes, etc.)  
A court terme, les interventions directes:  
– réduisent la détresse psychologique des aidants (8 essais, SMD -0,15; IC 95%: -0,3 – -0,02);  
– ne modifient pas les capacités à gérer la pression associée au rôle d'aidant (7 essais, SMD -0,05; IC 95%: -0,2 – 0,1) ;  
– n'améliorent pas la qualité de vie des aidants (6 essais, SMD 0,08; IC 95%: -0,1 – 0,3).

## Limites

- Seuls les aidants naturels de patients souffrant de cancer ont bénéficié des interventions.
- Les études incluses ont été menées exclusivement dans le monde anglo-saxon.
- Les tailles d'échantillons des études et celle de l'effet étaient faibles.
- Les interventions et les mesures de résultats n'étaient pas homogènes entre les études.
- Certaines interventions potentielles n'ont pas fait l'objet d'études (par exemple: support financier ou possibilité de se décharger momentanément sur un bénévole).
- Les événements indésirables des interventions (par exemple: augmentation du stress émotionnel) n'ont pas été relevés systématiquement.

## Conclusions des auteurs

Cette revue systématique suggère que les interventions de soutien direct auprès des aidants naturels diminuent la détresse affective mais n'ont pas d'effet sur la qualité de vie ni sur la capacité à gérer la pression liée au rôle d'aidant. Bien que cette synthèse n'ait pas permis de déterminer quelles sont les composantes les plus bénéfiques de ces interventions directes, les professionnels de la santé impliqués dans les soins palliatifs devraient s'enquérir des préoccupations des aidants naturels et les soutenir durant la période de fin de vie de leur proche, les aidant ainsi à prodiguer des soins de qualité.

## Réponse à la question clinique

Les situations de fin de vie se caractérisent par leur imprévisibilité. Le soutien aux aidants naturels doit donc être constamment réévalué et intensifié en phase terminale de la maladie. Il est à noter qu'un maintien à domicile n'est pas toujours possible, ni souhaitable. Dans la situation présentée, il convient d'explorer précisément les inquiétudes de la patiente pour mettre en place des mesures concrètes susceptibles de les atténuer: enseignement sur les soins de base et les tâches à effectuer et sur la gestion des médicaments, visites plus fréquentes du CMS et/ou de l'assistante sociale d'une ligue contre le cancer, organisation de moments de répit grâce à la présence de bénévoles ou encore mise à disposition de numéros d'appel d'urgence y compris le week-end, par exemple.

Abréviations: SMD: standardized mean difference; IC 95%: intervalle de confiance de 95%.

Référence: Candy B, Jones L, Drake R, Leurent B, King M. Interventions for supporting informal caregivers of patients in the terminal phase of a disease. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 6. Art. No.: CD007617. DOI:10.1002/14651858.CD007617.pub2.