

Comment aider ceux qui aident ?

Face au cancer de leur proche, 1 aidant sur 5 a eu des pensées suicidaires, alerte la Ligue contre le cancer

Tentative de suicide, consommations à risque, dépression... Pour la première fois, une étude menée au sein de l'Observatoire sociétal des cancers de la Ligue contre le cancer pointe la dégradation alarmante de la santé mentale des quelque cinq millions d'aidants, ces proches qui accompagnent au quotidien, à titre non professionnel, une personne touchée par le cancer. Au point qu'un aidant sur cinq a eu des pensées suicidaires. Un constat qui exige de faire des proches aidants la prochaine Grande cause nationale.

« On savait leur rôle mal considéré, on mesure aujourd'hui concrètement les risques pour leur vie », alerte Philippe Bergerot, président de la Ligue contre le cancer alors que son Observatoire sociétal des cancers dresse le **bilan catastrophique de la santé mentale des aidants*** – ces personnes souvent issues du cercle familial ou amical qui accompagnent à titre non professionnel un proche touché par la maladie dans tous les actes de sa vie quotidienne (rendez-vous, courses alimentaires, soutien...) :

- **1 aidant sur 5 (19,3 %) a eu des pensées suicidaires** et 2,3 % a déjà fait une tentative de suicide
- **1 aidant sur 2 (45,9 %) présente des symptômes dépressifs**
- **7 aidants sur 10 (66,3 %) ont vu leurs consommations augmenter** : anxiolytiques, antidépresseurs, jeux d'argent, cannabis, tabac, alcool...

Les exposant à leur tour à des pathologies graves, le tabac et l'alcool étant respectivement le premier et le deuxième facteur de risque de cancer, tandis qu'une récente étude financée par la Ligue montre que la dépression serait liée à un risque accru de cancer du sein (+14 %).

Cette double peine affecte les plus vulnérables, notamment les jeunes (18-40 ans) et les femmes. Or ces dernières forment la part la plus importante (près de 60 %) et la plus engagée des aidants, plus encore quand l'aide devient physiquement et psychiquement contraignante. **Une charge mentale disproportionnée et un facteur de risque sanitaire majeur.**

« Être aidant, c'est porter une charge invisible chaque jour. On s'efforce d'être fort pour la personne qu'on aime, mais à l'intérieur on s'écroule. Alors on se raccroche à ce qu'on trouve : un verre pour souffler, une cigarette pour tenir, un somnifère pour enfin dormir. Sur le moment, c'est, une petite bouée mais en réalité, on s'enfonce. Sans l'accompagnement de la Ligue, je n'aurais pas tenu. »

Séverine, 45 ans, proche aidante d'une personne touchée par un cancer du poumon

Contact presse

– **Louis Linel** | 06 73 75 19 63 | 01 53 55 25 31 | louis.linel@ligue-cancer.net



Pour la Journée nationale des aidants, ce 6 octobre, la Ligue contre le cancer interpelle sur cette cause, **afin que les droits des proches aidants soient reconnus** : élargir les conditions d'accès au congé de proche aidant (qui excluent à ce jour les aidants de personnes malades, notamment du cancer), étendre le droit au répit, ou instaurer une consultation préventive systématique après l'annonce de la maladie.

Des solutions qui doivent aller de pair avec plus de droits pour les personnes malades, afin de soulager leurs proches aidants : renforcer le soutien à domicile, faciliter l'accès aux transports, réduire les restes à charge...

« Les cinq millions de proches aidants constituent la force vive invisible de notre système de santé. Dans le parcours de vie, ils accompagnent, font le lien entre la maison, l'hôpital, les médecins, l'employeur... Jusqu'à sacrifier leur propre vie, voire jusqu'à eux même se mettre en danger. Maintenant, les autorités doivent agir en faisant des aidants une Grande cause nationale. »

Philippe Bergerot, président de la Ligue contre le cancer

*Enquête de l'Observatoire sociétal des cancers menée en ligne du 27 juin au 27 juillet 2025 auprès de 350 proches aidants de personnes touchées par le cancer et portant sur les symptômes ressentis, leurs habitudes de consommation, leurs comportements, les professionnels de santé consultés et leurs recommandations pour améliorer leur accompagnement. Pour chaque variable d'intérêt, ont été examinées les associations avec leurs déterminants potentiels. Les variables catégorielles ont été analysées à l'aide du test du Khi². Aucune sélection préalable basée sur la p-value n'a été réalisée. Tous les déterminants identifiés ont ensuite été inclus dans des modèles multivariés afin de contrôler les effets de confusion et d'estimer les associations de manière ajustée.

À PROPOS DE L'OBSERVATOIRE SOCIÉTAL DES CANCERS

Acteur de la démocratie en santé, l'Observatoire sociétal des cancers a été créé à l'initiative de la Ligue nationale contre le cancer en 2009. À la croisée de l'épidémiologie, des sciences sociales, du plaidoyer et de l'expertise patient, l'Observatoire permet de documenter et d'analyser la réalité des vécus du cancer pour orienter l'action publique et associative.

À PROPOS DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

1^{er} financeur associatif indépendant de la recherche contre le cancer, la Ligue contre le cancer est une organisation non gouvernementale indépendante reposant sur la générosité du public et sur l'engagement de ses militants. Forte de près de 525 000 adhérents et 13 000 bénévoles, la Ligue est un mouvement populaire organisé en une fédération de 103 Comités départementaux. Ensemble, ils luttent dans quatre directions complémentaires : chercher pour guérir, prévenir pour protéger, accompagner pour aider, mobiliser pour agir. Aujourd'hui, la Ligue fait de la lutte contre le cancer un enjeu sociétal rassemblant le plus grand nombre possible d'acteurs sanitaires mais aussi économiques, sociaux ou politiques sur tous les territoires. En brisant les tabous et les peurs, la Ligue contribue au changement l'image du cancer et de ceux qui en sont atteints. Pour en savoir plus : www.ligue-cancer.net

Contact presse

– **Louis Linel** | 06 73 75 19 63 | 01 53 55 25 31 | louis.linel@ligue-cancer.net