

Prévention en santé et bien-être des hommes

Préparé par



Pôle d'expertise et de recherche
**EN SANTÉ ET BIEN-ÊTRE
DES HOMMES**

*Affilié au Centre intégré universitaire de santé et
de services sociaux de la Capitale-Nationale*

Dans le cadre de l'appel à contribution pour identifier et prioriser les actions de prévention
qui pourraient améliorer la santé et le bien-être de la population québécoise

Élaboration d'une Stratégie nationale de prévention en santé 2025

- **Quels enjeux de santé et de bien-être devraient faire l'objet d'actions de prévention en priorité? Pourquoi?**

Parmi les thématiques proposées, deux nous interpellent plus directement sur le plan de la prévention en santé et bien-être des hommes : les adolescents et les jeunes adultes; les adultes et les personnes âgées. Les enjeux décisifs qui concernent ces deux thématiques touchent la santé mentale, la précarité économique et l'inclusion sociale. La littérature scientifique invite à considérer l'importance de ces enjeux de prévention en raison de leur portée sur la santé et le bien-être des hommes et des effets négatifs de l'action combinée de ces enjeux sur certaines clientèles masculines (Arora *et al.*, 2020; Charnock *et al.*, 2021; Généreux *et al.*, 2021; Houle, 2020; Institut national de santé publique du Québec, 2020, 2023; Montiel et Kargakos, 2022; Roy *et al.*, 2024; SOM, 2021, 2022).

- **Quels groupes de la population la Stratégie devrait-elle viser en priorité? Pourquoi?**

Bien que non exclusifs, les groupes de populations masculines prioritaires à viser seraient les suivants à partir des écrits et des consultations auprès des milieux de pratique:

- ***Les jeunes hommes vulnérables sur le plan socioéconomique et de la santé mentale***

Sur le plan socioéconomique, selon différents indicateurs, les jeunes hommes sont plus défavorisés comme groupe social que l'ensemble de la population masculine au Québec. Par exemple, en référant à la période de 2006 à 2016, chez les hommes, le groupe des 15 à 24 ans affichait un taux de chômage deux fois plus élevé que le groupe des 25 à 44 ans (MSSS, 2023).

Parmi les plus démunis se retrouvent les jeunes hommes vivant dans l'itinérance. En effet, selon un rapport sur l'itinérance au Québec, les deux tiers (67,7 %) des séjours effectués dans les Auberges du cœur en 2012-2013 l'ont été par de jeunes hommes en situation d'itinérance (MSSS, 2014). Ces jeunes seraient relativement invisibles (Parazelli, 2021), isolés et démunis devant la transition vers la vie adulte. Ils auraient de plus en plus de problèmes aigus de santé mentale, de santé physique et des problèmes multiples liés à l'usage de substances. Difficultés qui viendraient compliquer singulièrement leur passage à la vie adulte et leur démarche de réintégration sociocommunautaire tant par le logement et l'emploi que par l'école (Gaetz *et al.*, 2013).

Du côté de la santé mentale, selon l'étude de Généreux *et al.* (2021), réalisée pendant la pandémie, les jeunes de 18 à 24 ans seraient le groupe d'âge le plus susceptible de présenter des symptômes significatifs d'anxiété généralisée probable, de dépression majeure probable et d'idées suicidaires. Constats analogues dans un sondage SOM (2021) qui a mis en évidence le fait que le taux de détresse psychologique élevé chez les jeunes hommes âgés de 18 à 34 ans était trois fois supérieur à celui des hommes âgés de 35 ans et plus. Enfin, 8% des hommes de 18 à 34 ans ont « sérieusement » songé au suicide depuis le début de la pandémie comparativement à 3 % chez les hommes âgés de 35 ans et plus (SOM, 2021).

- ***Les jeunes pères et ceux en contexte de séparation***

Un sondage réalisé auprès des pères québécois (Substance Strategies, 2019) révèle que les jeunes pères et ceux en contexte de séparation sont davantage affectés par divers facteurs de vulnérabilités si on les compare aux autres pères. Ainsi, chez les pères en contexte de séparation, le tiers d'entre eux

rapportent que leur relation avec l'autre parent est « plutôt mauvaise » ou « très mauvaise ». Les jeunes pères et ceux en contexte de séparation sont de deux à trois fois plus nombreux, en proportion, à s'adresser à des organismes communautaires en cas de difficultés (Substance Strategies, 2019).

Un autre sondage portant sur le rapport des pères québécois à la paternité (SOM, 2022) rapporte que les pères âgés de 18 à 24 ans présenteraient parfois des différences significatives avec les autres pères de 25 ans et plus sur différents indicateurs. Ainsi, en proportion, les jeunes pères âgés de 18 à 24 ans sont deux fois et demie plus nombreux que les autres hommes à considérer « toujours ou souvent » la paternité comme une source d'anxiété ou de stress; ils sont deux fois moins nombreux en proportion à rapporter traverser les moments difficiles sans trop de difficulté; ils sont deux fois plus nombreux en proportion à rapporter avoir du mal à traverser des événements stressants. Enfin, les jeunes pères âgés de 18 à 24 ans enregistrent un indice de détresse psychologique élevé trois fois plus souvent que l'ensemble des pères (SOM, 2022).

Concernant les pères séparés, il appert que des défis importants se poseraient à eux, notamment celui d'une perte de contact avec leur enfant, parfois temporaire, parfois prolongée, celui d'une réorganisation matérielle du père, d'autant plus si sa situation financière est précaire et celui de la gestion des conflits avec l'autre parent (Deslauriers et Dubeau, 2019; Larouche, Pierce et Dubeau, 2024; Mercadante *et al.*, 2014; Pierce *et al.*, 2023, 2024). Parmi les facteurs associés à la détresse masculine en lien avec la rupture conjugale, on retrouve un déficit de lecture émotionnelle, moins de travail émotionnel dans le couple, une dégradation fonctionnelle potentiellement forte, le sentiment d'avoir échoué dans son rôle conjugal et un isolement social plus marqué (Cloutier, 2015).

- *Les hommes vivant des formes d'exclusion sociale*

La marginalisation et l'exclusion sociale représentent des chantiers prioritaires en matière de prévention. Le contexte social actuel marqué par une individualisation du lien social ne serait pas sans y poser des obstacles (Colombo, Gilbert et Lussier, 2008). Selon des écrits, la marginalisation, la stigmatisation et l'exclusion sociale peuvent contribuer à affecter la santé mentale, tout particulièrement chez les hommes appartenant aux minorités sexuelles, aux Premières Nations et aux personnes en situation de pauvreté (Commission d'enquête sur les relations entre les Autochtones et certains services publics : écoute, réconciliation et progrès, 2019; Garthwaite *et al.*, Hyppolite *et al.*, 2019; INSPQ, 2015, 2021; McCartney *et al.*, 2019).

En complément, des écrits soulignent l'existence de différentes formes de discrimination, de stigmatisation et de limitations dans le rapport aux services pour les clientèles provenant des Premières Nations, des minorités culturelles et sexuelles ainsi que des classes populaires défavorisées économiquement (Blais *et al.*, 2022; Brassard *et al.* 2023; Dumas, Chamberland et Kamgain; 2016; Dupéré, 2011, Dupéré *et al.*, 2016; Dubé-Linteau, Pineault *et al.*, 2013; Lemoine *et al.*, 2011; Loignon, Dupéré, Godrie et Leblanc, 2018; Provost *et al.*, 2012; Santé Canada, 2001). Ces considérations prennent un relief singulier si l'on considère que les écrits révèlent que tant pour les services de santé que pour les services sociaux, les hommes consultent moins ces services et en ressentent moins le besoin que les femmes (Dupéré *et al.*, 2016; Roy, Tremblay et Houle, 2022; Tremblay, Déry et Roy, 2022).

- *La proche aidance chez les hommes âgés*

La question de la proche aidance est centrale dans le contexte des défis posés notamment par le vieillissement accéléré de la population et, son corollaire, les pertes d'autonomie tant physiques que sur le plan des formes de démences. Un changement de garde générationnel chez les hommes

s'observe à cet égard depuis quelques années à la faveur d'un certain décloisonnement des rôles sociaux et des tâches selon le genre (Castelain-Meunier, 2012; Devault et Devault Tousignant, 2022; McCormack, 2010, 2011). Il en résulte que de plus en plus d'hommes s'impliquent comme proches aidants, soit un homme sur cinq. Ils composent désormais 42 % de l'ensemble des personnes aidantes comparativement à 58 % qui sont des femmes (Lecours, 2015; MSSS, 2021).

Des différences selon le genre sont observées dans la littérature scientifique entre les hommes et les femmes proches aidants, tant sur le plan de la nature des tâches que de la vision du rôle de proche aidant. L'importante recension des écrits de Greenwood et Smith (2015) fait ressortir deux grandes catégories de barrières aux services chez les hommes proches aidants. Premièrement, on trouve les barrières qui concernent le manque d'information sur les services, le peu de connaissance des services et les coûts des services; deuxièmement, il y a celles qui sont liées à l'attitude des aidants masculins face au soutien offert, notamment en rapport avec leur sens des responsabilités et du travail et leur refus de reléguer la responsabilité à des services de soutien formels ou à d'autres membres de la famille.

- **Quelles actions de prévention déjà en place devraient être poursuivies ou renforcées? Laquelle ou lesquelles devraient être arrêtées?**

Une des actions à poser en priorité sur le plan de la prévention de la santé des hommes serait de reconduire le Plan d'action ministériel en santé et bien-être des hommes et le Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes qui n'ont pas été reconduits par le MSSS en mars dernier. Également, en coupant dans le soutien en termes de coordination régionale des actions en santé et bien-être des hommes dans les CIUSSS et les CISSS, le MSSS limite considérablement, sinon prive collectivement, le développement d'initiatives régionales en matière de prévention auprès des hommes et des familles. En plus, il faut considérer que les vulnérabilités masculines (comme celles d'autres groupes sociaux) risquent d'être exacerbées dans les prochains mois, voire les prochaines années en raison des incertitudes économiques qui planent sur la société. Déjà, les milieux de pratiques communautaires sont alertés par une augmentation continue des demandes d'aide, une complexification accrue des dossiers et, malheureusement, un accès de plus en plus restreint aux ressources chez les clientèles masculines sévissant depuis quelques années et posant des défis majeurs pour les services adressés aux hommes. Il nous semble plus que jamais essentiel de maintenir et de renforcer la prévention et le soutien offert aux hommes dans les différentes sphères de leur vie. Pour le bien-être des familles et de la société tout entière, il est crucial que ce soutien se fasse en collaboration avec les instances gouvernementales, les institutions publiques, les partenaires du milieu communautaire et de la recherche.