



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



Regroupement
provincial
en Santé
et Bien-être
des Hommes



VITAM
CENTRE DE RECHERCHE
EN SANTÉ DURABLE

Communiqué de presse - National 2021

Lancement des résultats du sondage sur la santé et le bien-être des hommes québécois

La détresse psychologique des hommes a augmenté pendant la pandémie. Les jeunes et les hommes en situation de défavorisation socioéconomique sont particulièrement affectés.

À l'initiative du Comité régional en santé et bien-être des hommes de Montréal et en partenariat avec le Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes et le Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes, un sondage SOM a été mené du 13 au 31 janvier 2021 auprès d'un échantillon représentatif de 2 740 hommes adultes québécois, dont 1 581 Montréalais. Ce sondage avait pour objectif d'évaluer l'état de santé mentale des hommes après presque un an de pandémie et de connaître leur perception des consultations à distance. Cet aspect apparaissait particulièrement important, puisque plusieurs services psychosociaux sont passés d'un mode présentiel à un mode à distance pendant la pandémie.

Les résultats indiquent qu'un homme québécois sur sept (14%) présenterait une détresse psychologique élevée en 2021. C'est presque le double du taux de 2018 qui était de 8%.

Le sondage révèle aussi d'importantes inégalités sociales de santé chez les hommes québécois. En effet, certains groupes d'hommes sont beaucoup plus nombreux que d'autres à présenter des indices de détresse psychologique élevée. Il s'agit des jeunes de 18 à 34 ans, des hommes célibataires, des hommes dont le revenu annuel est inférieur à 35 000\$ par année et des hommes d'orientation sexuelle autre qu'hétérosexuelle. Les hommes nés ailleurs qu'au Canada présentent également un taux de détresse plus élevé que les hommes nés au Canada. Bien que ce soit chez les personnes de 65 ans et plus que la COVID-19 entraîne les effets les plus graves sur la santé physique et que les décès sont les plus nombreux, les hommes de ce groupe d'âge se portent en majorité assez bien dans l'ensemble sur le plan de la santé mentale.

Lorsqu'on vit avec un niveau de détresse psychologique élevée, il est important de consulter pour obtenir de l'aide. Malheureusement, seulement 25% des hommes québécois qui présentent un indice de détresse élevée ont consulté un intervenant psychosocial depuis le début de la pandémie.

Une plus grande proportion d'hommes préfère la consultation en personne (médicale : 51%; psychosociale : 46%) à la consultation à distance, que ce soit par vidéo (15%/16%) ou par téléphone (18%/14%). Par ailleurs, les hommes québécois sont partagés quant à l'efficacité de la consultation par vidéo : 47% des hommes la perçoivent comme moins efficace que la consultation en personne, alors que 41% la considèrent aussi (39%) ou plus efficace (2%). En outre, 83% des hommes ont accès à un ordinateur ou une tablette avec caméra et micro, 85% à Internet haute vitesse et 86% à un endroit où discuter en toute confidentialité. Enfin, seulement un homme sur quatre (31%) estime bien connaître les ressources existantes pour les aider s'ils avaient un problème personnel, familial ou de santé.

Après plus de 10 mois, la pandémie a laissé des traces profondes dans la vie des hommes québécois. Globalement, l'impact négatif s'est fait sentir pour un bon nombre d'entre eux affectant grandement leur vie sociale, leur santé physique et mentale et leur vie quotidienne. Ces impacts sont beaucoup plus marqués pour certains sous-groupes d'hommes : les jeunes de 18 à 34 ans, les hommes peu scolarisés et à faible revenu, les hommes célibataires qui vivent seuls, à certains égards les anglophones et les allophones, de même que les hommes de la diversité sexuelle. La région de Montréal et dans une moindre mesure les grands centres urbains semblent plus affectés par les impacts de la COVID-19.

Il est aussi nécessaire de réduire les trop nombreuses barrières à l'accès aux ressources d'aide psychosociale. Il nous apparaît crucial d'éliminer la fracture numérique qui existe actuellement au Québec et qui peut faire en sorte que les hommes à faible scolarité et à faible revenu aient accès aux informations et l'aide dont ils ont besoin.

Les perceptions à l'égard de l'efficacité des consultations à distance méritent aussi une attention particulière. Les hommes, en majorité, préfèrent, même en contexte de pandémie, consulter en personne (présentiel) tant sur le plan psychosocial (46%) que sur le plan de la santé (51%). Cependant, certains sous-groupes se distinguent notamment les hommes faisant du télé-travail et les diplômés universitaires sont plus nombreux parmi ceux qui préfèrent la consultation par vidéo, alors que les hommes moins scolarisés ont une préférence plus marquée que les autres pour la consultation en personne. Par ailleurs, 16% des hommes indiquent ne pas avoir de préférence quant au mode de consultation médicale et 23% pour la consultation psychosociale. Des études futures seraient nécessaires afin de mieux comprendre les réticences de certains hommes à l'égard de la consultation par vidéo et les conditions à mettre en place pour en faciliter l'utilisation. Pour le moment, il apparaît essentiel de maintenir des services en personne pour les hommes en difficultés.

Les bénéfices associés à la consultation psychosociale doivent être mieux connus au sein de la population, de même que les ressources disponibles. À cet égard, certains CISSS et CIUSSS se sont dotés d'un onglet *Santé et bien-être des hommes* avec les ressources s'adressant spécifiquement aux hommes; c'est le cas notamment des régions de Laval et de Montréal. Il est possible aussi de consulter le site Internet du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes qui regroupe la majorité des ressources communautaires pour hommes. Nous invitons tous les hommes qui traversent actuellement un moment difficile à demander de l'aide et à contacter le 811 (Info-social) au besoin.

Pour plus d'information :

Geneviève Landry, présidente du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes
tél. 514-830-6689 direction@entraidepourhommes.org

Gilles Tremblay, chercheur responsable du Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes 418-561-1674 gilles.tremblay@tsc.ulaval.ca

Membres du RPSBEH : <https://www.rpsbeh.com/nos-membres.html>

Pour accéder aux Rapports et Faits saillants : [Sondage - 2021 \(rpsbeh.com\)](https://www.rpsbeh.com)

Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes : <https://www.polesbeh.ca/>