
Communiqué de presse
Pour diffusion dans la section Actualité du Portail Santé Montréal et ses médias sociaux
SOUS EMBARGO

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

Montréal, le 29 avril 2021 - La détresse psychologique des hommes a augmenté pendant la pandémie, davantage à Montréal que dans le reste de la province. 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 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 2746 hommes adultes québécois, dont 1581 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 nous 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 montréalais sur cinq présenterait une détresse psychologique élevée en 2021. C'est plus du double du taux de 2018 qui était de 9 %. Il y a significativement plus de détresse psychologique élevée chez les hommes à Montréal que dans le reste de la province (14 %), alors que ce n'était pas le cas en 2018 (9 % vs 8 %). La région de Montréal est celle qui a été la plus touchée par la pandémie, tant en nombre de cas qu'en nombre de décès, ce qui pourrait expliquer cette différence.

Le sondage révèle aussi d'importantes inégalités sociales de santé chez les hommes montréalais. 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 qui ne sont pas en couple, des hommes peu scolarisés et des hommes dont le revenu annuel est inférieur à 35 000 \$ par année. Les hommes dont la langue maternelle est l'anglais présentent également un taux de détresse plus élevé que les hommes dont la langue maternelle est le français. Bien que ce soit chez les personnes de 65 ans et plus que la COVID 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 assez bien dans l'ensemble au plan de la santé mentale : seulement 5 % d'entre eux présentent un indice de détresse psychologique élevée.

Lorsqu'on vit avec un niveau de détresse psychologique élevée, il est important de consulter pour obtenir de l'aide. Malheureusement, seulement 19 % des hommes qui présentent un indice de détresse élevée ont consulté un intervenant psychosocial depuis le début de la pandémie. De plus, l'intention d'utiliser les services d'un intervenant psychosocial en cas de difficultés importantes est plus faible chez les hommes qui ont un faible statut socioéconomique comparativement aux hommes qui ont un statut socioéconomique plus élevé.

Une plus grande proportion (42 %) d'hommes préfère la consultation en personne à la consultation à distance, que ce soit par vidéo (18 %) ou par téléphone (17 %).

Par ailleurs, les hommes montréalais 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 44 % la considèrent aussi (39 %) ou plus efficace (5 %). En outre, près d'un homme sur cinq n'a pas accès à l'équipement nécessaire pour la consultation par vidéo ou n'a pas accès à un endroit où discuter en toute confidentialité.

Enfin, un homme sur quatre seulement (26 %) estime bien connaître les ressources existantes pour l'aider s'il avait un problème personnel, familial ou de santé.

Pour réduire les inégalités sociales de santé observées, il est nécessaire d'améliorer les conditions de vie des personnes en situation de défavorisation socioéconomique et d'aller vers elles, dans la communauté. Il est aussi nécessaire de réduire les trop nombreuses barrières à l'accès aux ressources d'aide psychosociale. Il apparaît crucial d'éliminer la fracture numérique qui existe actuellement au Québec et qui empêche les hommes en situation de précarité d'obtenir les 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. 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 est 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, le portail santé Montréal a répertorié toutes les ressources en santé et bien-être des hommes sur l'onglet : santemontreal.qc.ca/hommes Nous invitons tous les hommes qui traversent actuellement un moment difficile à demander de l'aide.

Enfin, un Coffre à outils pour hommes sera lancé ce midi afin de soutenir l'adaptation des services aux réalités masculines. Ce Coffre contient quatre outils à l'intention des intervenant.e.s, un outil à l'intention des hommes intitulé «Comment se relever d'un coup dur» et un outil à l'intention des proches d'hommes en difficulté. Pour en savoir plus : <https://www.ciuss-capitalemontreal.gouv.qc.ca/nouvelles/invitation-lancement-du-coffre-outils-pour-hommes>