

## **La santé des hommes : Les connaître pour mieux intervenir.**

Écrit par D. Bizot

Réalisée par Justin Sirois-Marcil

Mise en forme par Justin Sirois-Marcil

### **Référence complète de l'étude**

Bizot, D. (2013). *La santé des hommes : Les connaître pour mieux intervenir*. Chicoutimi : Université du Québec à Chicoutimi, ASSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

### **Préliminaire et cadre théorique**

Comme dans la plupart des pays occidentaux, au Québec, la promotion de la santé masculine est un sujet qui préoccupe de plus en plus, les hommes eux-mêmes, les décideurs politiques, les gestionnaires des services de la santé et sociaux ainsi que les intervenants que l'on retrouve dans ce domaine.

Ce contexte en est un très favorable à la production de connaissances inédites sur les incidences « d'être un homme » face aux déterminants de la santé (conditions de vie; facteurs personnels; facteurs sociaux, économiques et environnementaux). La santé étant considérée depuis la fin des années 40 comme un « état de complet de bien-être physique, mental et social [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'incapacité » (OMS, 1948), le fait d'être et/ou de se maintenir en santé nécessite de satisfaire un ensemble de besoins fondamentaux tout au long de sa vie (Boudreault & Arth, 2010). Dans cette perspective, la Charte d'Ottawa (OMS, 1986) définit la promotion de la santé de la manière suivante:

« La promotion de la santé est un processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la "santé" comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie : il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. Ainsi donc, la promotion de la santé ne relève pas seulement du secteur sanitaire : elle dépasse les modes de vie sains pour viser le bien-être. »

Ce processus beaucoup plus général offre donc une vision positive et holistique de la santé qui permet de situer cette dernière comme un déterminant de la qualité de vie des personnes.

Dès lors, plusieurs moyens sont mobilisables : l'élaboration d'une politique publique saine, le renforcement de l'action communautaire, la réorientation des services de santé, la création de milieux favorables et le développement des aptitudes personnelles.

### **Méthodologie de l'étude**

La présente recherche est de type qualitatif et descriptif. Nous avons utilisé des groupes de discussion en profondeur avec des hommes âgés entre 25 et 44 ans. L'équipe de recherche aspirait à obtenir les pensées personnelles et les points de vue des hommes sur leurs processus de prise de décisions par rapport à la santé. Les groupes de discussion sont pertinents parce qu'ils encouragent les participants à partager leurs opinions dans un environnement qui n'est pas menaçant. Ce type de groupe a le potentiel d'apporter un éclairage inédit sur les divers facteurs qui influencent la prise de décisions à un niveau individuel (Litosseliti, 2003 ; Popay & Groves, 2000) et permet d'obtenir plusieurs points de vue sur un même sujet, ce que l'on ne parvient pas à faire avec d'autres méthodes (Gibbs, 1997).

### **Variable à l'étude**

Trois types de variables ont été utilisés. Le premier type comprenait les variables sociodémographiques. Celles-ci ont été employées afin de dresser le portrait de l'ensemble des participants. Le second type de variables incluait celles retenues pour saisir la définition que les hommes donnent de la santé et explorer leurs perceptions des processus qui les conduisent à prendre en considération les questions reliées à la santé, la leur comme celle des autres, du même ou de l'autre genre. Le troisième type de variables comprenait celles permettant d'évaluer explicitement l'efficacité de publicités vidéo, d'affiches ou autres outils servant de matériels de promotion destinés à sensibiliser les hommes aux saines habitudes de vie.

### **Source d'information et Technique et instrument de collecte de données**

Plus d'une cinquantaine d'hommes (n=51) ont participé à la recherche à l'occasion de sept groupes de discussion focalisée d'une durée d'environ deux heures trente qui se sont déroulés dans quatre zones d'exécution.

### **Analyse des données**

Pour y arriver lorsque l'objet d'analyse est un groupe de discussion, Rabiee (2004) propose d'utiliser le cadre d'analyse développé par Krueger (1994).

### **Principaux résultats**

#### **Faits saillants du *Portrait sur la santé des hommes au Saguenay–Lac-Saint-Jean (Arth et coll., 2009)***

Le rapport met en évidence qu'à l'instar de l'ensemble de la population, la santé des hommes s'améliore globalement. Par exemple, le nombre de fumeurs a diminué considérablement. En 2007, les consommateurs de tabac ne représentaient plus que 25 % de la population masculine. Une telle baisse a déjà eu, mais devrait avoir dans le futur une incidence encore plus grande sur la réduction du nombre de cancers du poumon qui demeurent une des premières causes de décès chez les hommes de la région. Pourtant, il existe des différences notables entre la santé des hommes et celle des femmes. Ainsi, l'espérance de vie des hommes est de 76,3 ans comparés à celle des femmes qui s'élève à 81,2 ans. Des gains d'espérance de vie sont toutefois possibles. Notons que 77 % des hommes de la région prétendent avoir un médecin de famille comparativement à 91 % des femmes. Parmi ceux qui déclarent ne pas en avoir, une large majorité (60 %) argue qu'ils n'en ressentent pas le besoin. Par ailleurs, d'un point de vue social et économique, les hommes sont moins enclins à suivre des études et 17 % n'ont aucun diplôme, mais ils sont plus actifs sur le marché du travail puisque 67 % d'entre eux y sont présents tandis que c'est le cas d'un peu plus de 50 % chez les femmes. La mortalité est plus élevée chez les hommes que chez les femmes. On relève notamment une surmortalité par cancer, accident/traumatisme et suicide.

### **Des problèmes de santé physique**

Les cancers, les accidents et les traumatismes sont plus fréquents chez les hommes de 25 et plus que

chez les femmes appartenant à la même tranche d'âge. Ceux-ci sont le plus souvent hospitalisés pour des maladies de l'appareil circulatoire, les autres causes étant les maladies de l'appareil digestif, de l'appareil respiratoire, les tumeurs malignes ainsi que les traumatismes et les empoisonnements.

### **Des problèmes de santé mentale**

Le taux de détresse psychologique des hommes est faible, mais le nombre de suicides demeure à surveiller. En effet, au Saguenay?Lac-Saint-Jean, les hommes (5 %) sont moins nombreux que les femmes (9 %) à manifester des symptômes importants de détresse psychologique. Pourtant, ils représentent environ 80 % des personnes qui décèdent par suicide chaque année dans la région.

### **Des habitudes de vie à améliorer**

Les hommes ont en général une bonne perception de leur santé physique et de leur bien-être psychologique. Ainsi, deux tiers des hommes de la région perçoivent leur santé comme excellente et seulement 11 % se disent en mauvaise condition. Or, pratiquement deux tiers de ceux-ci (61 %) sont en surpoids comparativement à 40 % des femmes. Quasiment dans la même proportion (64 %), les hommes du Saguenay?Lac-Saint-Jean consomment moins de cinq portions de fruits et de légumes par jour alors que 39 % des femmes correspondent à ce profil. Presque un tiers des hommes (32 %) pratique une activité physique dans le cadre de leurs loisirs moins d'une fois par semaine. De façon significative, les hommes sont plus nombreux que les femmes à avoir consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois (87 % comparativement à 77 %).

### **Synthèse des résultats de la présente étude**

Le résumé de l'analyse descriptive des résultats vise à mettre en relief les principaux facteurs motivationnels et dissuasifs qui ont un impact sur les soins que les hommes accordent à leur santé puis à effectuer un bref retour sur l'évaluation de deux messages publicitaires visant la promotion de saines habitudes de vie chez ces derniers.

Les hommes n'ont pas une conception uniforme de leur santé globale. En effet, une vaste majorité (70,6 %) la rattache d'abord au bien-être physique alors qu'un peu plus de la moitié (56,9 %) estime qu'elle est également influencée par des facteurs psychologiques. Mais encore, dans une proportion similaire (47,1 %), les hommes indiquent que diverses habitudes de vie ont aussi une incidence sur leur santé. Si un nombre négligeable de personnes rencontrées (7,8 %) considère le bien-être social comme partie intégrante de la santé, plusieurs (41,2 %) sont d'avis que l'équilibre entre bien-être psychologique et physique constitue la pierre angulaire de la santé globale. Par ailleurs, qu'il s'agisse du rôle traditionnellement masculin inculqué, des métiers physiquement usants ou encore des habitudes de vie à risque, les hommes constatent dans une proportion importante (72,5 %) qu'ils sont moins attentifs à leur corps que les femmes. Cependant, près du quart (23,5 %) des répondants croient que l'écart entre l'espérance de vie des hommes et celles des femmes se réduira éventuellement. D'une part, ils évaluent qu'étant plus nombreuses sur le marché du travail, les femmes s'exposent à des facteurs de risques similaires et que, d'autre part, les hommes sont plus engagés dans le maintien et l'amélioration de leur santé.

On constate une préoccupation marquée pour la santé chez plus de la moitié (54,9 %) des hommes rencontrés. Bien que la santé physique et l'obésité – plus particulièrement sa stigmatisation – soient sujets d'appréhension, près du tiers (29,4 %) des répondants identifie l'équilibre psychologique au travail comme préoccupation centrale en matière de santé. Cependant, dans une même proportion (33,4 %), les hommes n'hésiteraient pas à confier ces inquiétudes à un proche. Par ailleurs, pratiquement deux tiers des répondants (64,7 %) se montrent actifs dans les efforts déployés pour maintenir ou améliorer ses conditions de santé, et ce, soit par le biais d'activités physiques ou par l'adoption de saines habitudes de vie notamment d'un point de vue alimentaire.

Divers facteurs s'influençant réciproquement ont une incidence positive ou négative sur la santé des

hommes. Selon le tiers des répondants, le travail et, plus particulièrement, la pression de performance, les avancées technologiques et les impacts physiques liés à l'emploi, tout comme les habitudes de vie, seraient les principaux vecteurs d'influence sur la santé physique et psychologique des hommes. Enfin, dans une moindre mesure, les contextes familiaux, sociétaux et économiques seraient également déterminants.

Les avis quant au système de santé québécois sont partagés. Alors que le quart des hommes se dit satisfait de la rapidité et de l'efficacité des soins d'urgence, plus de la moitié (56,9 %) affirme le contraire. Par ailleurs, l'efficacité des soins spécialisés est perçue tant positivement que négativement par une proportion similaire de répondants. Les principaux obstacles à l'endroit du système de santé résulteraient d'un manque d'humanisme de la part de certains professionnels ou encore, des difficultés d'accès à un médecin de famille. Pour le cinquième des hommes interviewés, le choix d'un hôpital et l'automédication constitue des stratégies afin de pallier aux lacunes constatées.

Les deux publicités présentées aux participants ont été comprises par une majorité d'entre eux qui approuvent par ailleurs le message mis de l'avant. Cependant, dans les deux cas, près de la moitié (43,1 %) des répondants estiment la publicité trop simpliste ou stéréotypée. En outre, le décalage entre les réalités vécues par les hommes et celles illustrées dans les scénarios a une incidence sur l'identification au message. Par exemple, plus de la moitié des répondants ayant visionné la publicité du *Réseau Hommes Québec* et près du tiers de ceux ayant apprécié celle de la Table nord-côtière ont dit ne pas s'approprier le message suggéré. Si la première publicité a suscité la motivation d'un nombre négligeable d'hommes quant à l'adoption du comportement proposé, la seconde a eu un impact positif sur le cinquième des répondants.

Afin d'améliorer leur santé, les hommes ont proposé diverses solutions visant principalement à parfaire le système de santé et les publicités promotionnelles et préventives. Pour le tiers d'entre eux, une révision en profondeur du système s'impose alors que plus du cinquième des répondants estime que l'accès à un médecin de famille favoriserait la consultation auprès des professionnels de la santé. De plus, le tiers des répondants est d'avis que l'accès à des ressources alternatives pour les besoins non immédiats désengorgerait le réseau. La prévention, la promotion des saines habitudes de vie et l'augmentation du nombre d'intervenants masculins sont également des avenues à explorer selon le cinquième des répondants. Enfin, près du tiers des hommes croient que les publicités qui leur sont adressées devraient être davantage en corrélation avec leur vécu, notamment leur âge et les problématiques vécues, tout en favorisant une meilleure capacité d'attraction du public. Quelques-uns (15,7 %) proposent que les publicités soient plus marquantes ou encore, qu'elles interpellent également leur entourage.

## **Besoins identifiés**

- Adapter la démarche de sensibilisation à la réalité masculine
- Mettre l'accent sur la diversité masculine
- Améliorer la qualité des moyens de diffusion des messages
- Bien cibler les médiums actuellement utilisés pour transmettre le message
- Transmettre un message équilibré
- Diffuser le message fréquemment
- Diversifier les médiums utilisés pour transmettre le message
- Élargir le public cible pour impliquer les proches dans la promotion de la santé

## **Population cible**

Hommes âgés entre 25 et 44 ans vivant dans la région du Sagunay-Lac-St-Jean

## **Objectifs et hypothèses**

La présente étude avait pour objectif d'identifier les facteurs communs qui déterminent l'adoption de

saines habitudes de vie chez des hommes dits « traditionnels » en vue d'aider à l'élaboration d'une stratégie de promotion de la santé adaptée aux besoins spécifiques de cette clientèle.

Eu égard à leur santé, les groupes de discussion ont été organisés avec des habitants du Saguenay?Lac-Saint-Jean dans l'objectif de :

1. Identifier :

a. leurs croyances, leurs préjugés et leurs mythes

b. leurs valeurs

c. leurs motivations profondes et leurs freins

2. Déterminer l'écart existant entre la manière dont les hommes se perçoivent et la manière dont nous les percevons.

**Mots-clés** Saguenay Lac-St-Jean, santé, statistiques

Juillet, 2014