

L'homme change

Chefs et héros meurent plus tôt

Les hommes, les vrais, se doivent de nuire à leur santé. Nombre d'entre eux ont adopté des comportements à risque. Pour vivre plus sainement et plus longtemps, ils doivent penser autrement, même en politique.

Jürg Lendenmann



Sommaire du dossier

p. 11 – 12

L'homme change

Chefs et héros meurent plus tôt

p. 13 – 15

Masculin

Maladies propres aux hommes

p. 16 – 17

Chute de cheveux

Agir vite, une nécessité

p. 18 – 19

L'homme moderne

Entre temps partiel et santé

p. 20 – 21

Affaire d'homme

Promouvoir la santé profite à tous

p. 23

Check-up

Plus souvent, ce serait mieux

p. 24 – 25

Bon à savoir

L'homme nouveau est arrivé!

Photo: Jürg Lendenmann



Markus Theunert, lic. phil. I, président de l'association faitière des organisations masculines et paternelles de Suisse, fondateur du journal «Schweizer Männerzeitung» et membre de la Commission fédérale pour les questions féminines.

Chasseurs-cueilleurs ou cultivateurs, autrefois, hommes et femmes jouissaient d'une durée de vie similaire. En 1850, l'espérance de vie des femmes surpassait celle des hommes de quelques mois seulement. L'écart a commencé à se creuser avec la révolution industrielle.

Hommes et femmes: sphères séparées

Cet écart entre les sexes serait principalement dû à une modification des rôles

masculins et féminins, explique Markus Theunert, spécialiste de l'égalité entre les sexes et des questions masculines. «Si production et reproduction se passaient autrefois dans un même lieu, l'homme travaille aujourd'hui à l'extérieur de la maison. Le développement de la famille bourgeoise a conduit à une séparation des rôles. Il est vrai que le mouvement féminin semble avoir estompé ces stéréotypes; néanmoins, le fossé entre les sexes s'est continuellement creusé. En 1991, l'écart entre l'espérance de vie des femmes et celle des hommes était de 7,1 ans. «Cette différence est due à une image de la masculinité forgée pendant des siècles, exerçant un effet négatif sur la santé», précise le psychologue.

Elevé pour être un homme

Plusieurs influences ont marqué la représentation de l'homme contemporain, dont la séparation de l'esprit, de l'âme et du corps, empreinte laissée par la culture chrétienne. «A cette scission fondamentale se sont ajoutées, au Moyen Age, des vertus chevaleresques: bravoure, sincérité et honneur.» Ceci aurait favorisé le rapport instrumental de l'homme à son corps, avec des répercussions directes sur sa santé. «Les hommes ont un corps. Ils se croient en bonne santé aussi longtemps qu'ils ne sont pas malades, ce qui explique pourquoi ils ont moins recours aux soins médicaux que les femmes.»

Le «syndrome d'aliénation et d'auto-exploitation», comme le formule Theunert, inoculé aux hommes au cours de leur éducation, entraînerait des répercussions sur la santé et d'importantes variations de coûts selon le sexe.

Le risque de la performance

«Les risques pour la santé résultent d'une représentation qui exige d'un homme des performances maximales à tous les niveaux», souligne Theunert. L'épuisement et le stress n'ont pas leur place

Suite en page 12

dans cette masculinité axée sur la performance. «S'il devient moins performant, l'homme perd son identité.» Il essaie alors de se maintenir au mieux en consommant des stimulants, de l'alcool, diverses drogues ou en devenant accro à son travail, avec, bien sûr, toutes les conséquences désastreuses que cela implique sur la santé: «Le burn-out dû au stress, les maladies cardio-vasculaires, les maladies pulmonaires (notamment liées à l'augmentation du nombre de fumeurs), les dépendances, mais aussi les suicides sont courants chez les hommes. Les excès de vitesse et une certaine propension à la violence sont également des éléments à ne pas négliger dans le cadre de la santé des hommes.»

Remise en question

Maladie, perte d'emploi, mais aussi divorce, accident, passage à un temps partiel (voir article «L'homme moderne» en page 18) ou départ à la retraite sont des étapes décisives dans la vie d'un homme. «Se retrouver partiellement ou totalement exclu de la vie active est considéré comme un échec», explique Markus Theunert. Toutefois, en touchant le fond, l'homme peut se remettre en question et s'interroger sur son image. Selon Theunert, «s'il découvre qu'il est né homme mais aussi qu'il a été éduqué en tant que tel, il peut assumer son identité en prenant le recul nécessaire et en adoptant un point de vue critique».

Sensibilisation et politique

Il faudrait sensibiliser les hommes sur leur propre image. L'engagement des pères devrait être mieux valorisé, l'un des sujets centraux de la «Fête des pères» organisée par www.maenner.ch. Selon Markus Theunert, «ces dix dernières années, alors que le niveau d'exigence en termes de revenus est resté le même, la participation des hommes aux tâches domestiques (prise en charge des enfants, vie familiale et ménage) a augmenté de huit heures par semaine.» «Être père est certes un choix personnel, mais il se déroule dans un cadre sociétal et dans des conditions précises. Celles-ci influencent considérablement la façon dont le rôle de père est vécu», explique le spécialiste de la politique de l'homme et donne pour exemple le congé parental qui, en Suisse, n'est pas accordé aux hommes. Cela est incompréhensible, car lorsqu'on devient parent, on n'a plus le temps de se consacrer pleinement à son travail. Face aux besoins individuels des hommes, la société devrait, elle aussi, faire preuve de solidarité. Il faudrait trouver des solutions politiques permettant aux hommes et aux femmes de vivre leurs rôles avec plus de flexibilité. «Nous avons proposé un modèle à trois piliers, semblable au système de retraite», indique Theunert, qui a publié deux livres remarquables concernant la politique de l'homme.

Mêmes conditions de vie, même âge

Les chiffres provenant de monastères bavarois et de kibboutz en Israël montrent clairement que les représentations conditionnent l'espérance de vie. Dans les endroits offrant aux deux sexes des conditions de vie identiques, les hommes et les femmes atteignent une espérance de vie comparable.

Depuis 1991, l'écart entre hommes et femmes s'est à nouveau réduit. En 2010, la différence était de 4,4 ans. Cela serait dû au comportement des femmes se calquant sur ceux des hommes, notamment ceux nuisant à la santé (tabagisme, stress lié à la performance). «Est-ce vraiment l'égalité des sexes que l'on espérait?», ironise Theunert.