L'expérience des hommes gais, bisexuels, queer et autres hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes en matière d'accès aux soins de santé mentale

POURQUOI AVONS-NOUS FAIT DES RECHERCHES SUR CE SUJET?

- Les hommes gais, bisexuels, queer et autres hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes (gbHARSAH) rapportent régulièrement des taux plus élevés de dépression, d'anxiété et de suicidalité par rapport à leurs pairs hétérosexuels.
- Les services de santé mentale (p. ex. le counseling et la thérapie de groupe) peuvent être un moyen utile de répondre aux préoccupations d'un individu. Nous avons voulu mieux comprendre les expériences des gbHARSAH qui accèdent aux soins de santé mentale.

COMMENT AVONS-NOUS MENÉ CES RECHERCHES?

- Nous avons interrogé 24 gbHARSAH de Toronto sur leur santé mentale ainsi que leurs besoins en matière de soins de santé.
- Ces gbHARSAH ont été recrutés dans le cadre de l'étude Engage, une vaste étude portant sur la santé de gbHARSAH vivant à Montréal, à Toronto et à Vancouver.

QU'AVONS-NOUS APPRIS?

- Les gbHARSAH affirment que les soins de santé mentale sont très difficiles d'accès à Toronto.
- En fait, pour certains d'entre eux, le fait d'accéder aux soins de santé mentale était si difficile qu'il contribuait à leur détresse et à leur mal-être mental.
- Nous avons noté plusieurs obstacles majeurs auxquels les gbHARSAH sont confrontés lorsqu'ils tentent d'accéder aux soins de santé mentale :
    - **Les contraintes financières et les défis logistiques.** Il s'agit de l'obstacle le plus important et le plus souvent mentionné par les participants. Les soins de santé mentale étaient difficiles à payer, voire carrément inabordables. Les longues listes d'attente signifiaient que certains gbHARSAH ne recevaient pas les soins dont ils avaient besoin au moment où ils en avaient besoin.
    - **Les approches pharmaceutiques en matière de santé mentale pouvaient sembler limitées.** Certains patients ont mentionné qu'ils prenaient des médicaments afin de traiter leur anxiété et leur dépression alors qu'ils souhaitaient plutôt avoir accès à la thérapie ou au counseling.
    - **Expériences négatives avec les prestataires de soins de santé mentale.** Certains participants ont qualifié les offres de services de santé mentale gratuits (p. ex. les services offerts dans le cadre de programmes professionnels ou pédagogiques) de décevantes et peu utiles. Ces programmes les ont découragés d'accéder à des soins supplémentaires.
    - **Discrimination de la part des prestataires de services de santé mentale.** Certains gbHARSAH ont affirmé avoir subi de la discrimination de la part de prestataires de soins de santé mentale, y compris de prestataires qui considéraient que l'identité sexuelle et de genre des participants découlait d'un traumatisme.

« Notre système se consacre au fait de trouver des solutions temporaires pour les personnes qui se trouvent déjà au bord du gouffre, mais ne prévoient rien pour les personnes qui ont besoin de maintenir le bien-être et d'éviter d'en arriver là. Et j'avais l'impression que c'est ce que je faisais depuis si longtemps - j'avais vraiment, vraiment de la misère à m'assurer que je n'arrivais pas au point où j'aurais besoin de soins urgents. [...] J'ai donc trouvé cela frustrant. J'avais l'impression qu'il fallait que je m'assure moi-même de ne pas m'approcher du précipice. »

NING (HOMME DANS LA TRENTAINE)

engage

- **Disponibilité limitée d'options sensibles aux réalités des minorités sexuelles disponibles.** Les gbHARSAH ont parlé du nombre restreint de prestataires de soins de santé mentale capables de comprendre leur vécu en tant qu'hommes queer.

QUELLES SONT LES IMPLICATIONS DE CES RÉSULTATS?

- Les disparités en matière de santé mentale chez les gbHARSAH sont alimentées par le soutien en matière de santé mentale limité financé par l'État pour cette communauté.
- Nous devons élargir l'accès à des soins adaptés aux réalités des minorités sexuelles et de genre, notamment en développant des soins de santé mentale qui vont au-delà des approches psychiatriques et pharmaceutiques.
- Les contraintes financières sont une source importante de détresse mentale chez les gbHARSAH et de plus amples efforts communautaires doivent être menés afin de mieux tenir compte des déterminants économiques de la santé mentale chez les minorités sexuelles et de genre.
- Les organismes de santé communautaire et de lutte contre le VIH qui proposent un nombre limité de séances de counseling gratuites peuvent promouvoir les avantages de bénéficier de quelques séances comme moyen de favoriser la littératie en santé mentale et comme première étape pour aider les gbHARSAH à s'orienter dans le système de santé mentale alors qu'ils cherchent un prestataire qu'ils peuvent consulter plus fréquemment.
- Le site www.goodhead.ca est un outil qui permet aux personnes vivant avec des troubles de santé mentale d'en savoir plus sur le domaine des soins de santé mentale en Ontario.

REMERCIEMENTS

Nous aimerions remercier les participants et les employés de l'étude Engage, les membres du Comité d'engagement communautaire, ainsi que les agences partenaires.

BAILLEURS DE FONDS

CIHR IRSC Canadian Institutes of Health Research / Instituts de recherche en santé du Canada

University of Toronto Dalla Lana School of Public Health

CANFAR Canadian Foundation for AIDS Research / Fondation canadienne de recherche sur le sida

Ryerson University

engage

Ontario HIV Treatment Network

CITATION SUGGÉRÉE :
Gaspar, M., Marshall, Z., Rodrigues, R., Adam, B., Brennan, D., Hart, T., & Grace, D. (2021). Mental health and structural harm: A qualitative study of sexual minority men's experiences with mental healthcare in Canada. Culture, Health & Sexuality, 23(1), 98-114.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS :
Dr Mark Gaspar, mark.gaspar@utoronto.ca
Dr Daniel Grace, daniel.grace@utoronto.ca

LIEN VERS LA PUBLICATION INTÉGRALE :
https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13691058.2019.1692074

engage