



Communiqué

Un rapport stipule que les hommes canadiens pourraient être millionnaires s'ils modifiaient leur style de vie

Le tabagisme, la consommation d'alcool et le surpoids peuvent coûter des millions aux hommes

Vancouver, B.C. (13 juin 2016) – Un nouveau rapport rendu public à la veille de la Semaine canadienne de la santé des hommes révèle que les hommes canadiens pourraient être plus riches et en meilleure santé s'ils investissaient leur argent au lieu de le dépenser en cigarettes et en alcool et en perdant du poids. En fait, un homme en très mauvaise santé peut perdre jusqu'à 8,6 millions \$ au cours de sa vie.

Le rapport a été commandé par la Fondation pour la Santé des hommes au Canada, un organisme sans but lucratif, pour démontrer comment les hommes peuvent apporter de petits changements à leur mode de vie et obtenir d'importants résultats qui serviront leur santé – et leur compte en banque.

Combien la consommation de tabac et d'alcool et le surpoids coûtent-ils au citoyen canadien? estime et documente le fardeau financier pour les hommes et l'économie canadienne associé à ces facteurs de risque. Il analyse non seulement les frais directs liés à l'achat de cigarettes ou d'alcool et les primes d'assurance-vie additionnelles facturées aux personnes présentant un de ces trois facteurs de risque, mais aussi évalue le potentiel d'investissement perdu. Un homme qui fume cinq cigarettes par jour, consomme un verre d'alcool par jour, mesure 1,80 m (6 pieds) et pèse 258 livres peut économiser 275 000 \$ en frais directs au cours de sa vie. Et s'il avait pris cet argent et l'avait investi entre l'âge de 30 et 75 ans, le montant augmenterait à 1,7 million \$.

Le rapport complet réalisé par H. Krueger & Associates Inc. est disponible à FondationSanteDesHommes.ca.

« C'est une nouvelle révélatrice pour les hommes qui ne pensent pas à évaluer les frais directs de leurs mauvaises habitudes. La bonne nouvelle cependant est qu'en apportant de petits changements à son mode de vie, le corps et le portefeuille vous remercieront », mentionne Wayne Hartrick, président de FSHC. « Notre campagne ChangePasTrop.ca est conçue autour du concept suivant : de petits changements peuvent devenir une habitude, et une habitude peut devenir un mode de vie plus sain ».

« Quand les hommes canadiens sont en bonne santé physique, ils sont plus productifs, contribuent à l'économie et vivent plus heureux », a souligné l'Honorable Jane Philpott, ministre de la Santé du Canada. « Durant la Semaine canadienne de la santé des hommes, j'encourage tous les hommes à apporter un petit changement dans leur mode de vie qui peut contribuer à améliorer leur santé globale et qualité de vie ».

« Nous voulons lancer un mouvement pour la santé des hommes au Canada en sensibilisant les hommes à toutes les bonnes raisons d'être plus proactifs au sujet de leur santé incluant les impacts sur leur portefeuille », précise le fondateur de la Fondation pour la santé des hommes au Canada, dr Larry Goldenberg. « C'est important pour les hommes d'apprendre les stratégies préventives, la nutrition et comment écouter son propre corps ».

Le rapport : Un examen plus approfondi sur les coûts faramineux de mauvaises habitudes de vie

Les coûts varient considérablement selon l'importance de la consommation ou du surpoids. Pour montrer cette variabilité, trois hommes (Jos) hypothétiques ont été créés.

- **Jos à risque faible** fume cinq cigarettes par jour et consomme un verre d'alcool par jour. Il mesure 1,80 m (6 pieds) et pèse 258 livres (un indice de masse corporelle ou IMC de 35). Si Jos avait pris cet argent et, au lieu de le dépenser en cigarettes et en alcool ou en primes supplémentaires d'assurance-vie, l'avait investi entre l'âge de 30 ans et l'âge de 75 ans? Le coût de Jos vient d'augmenter à 1,7 million \$.

- **Jos à risque moyen** fume 20 cigarettes par jour (1 paquet) et consomme trois verres d'alcool par jour. Il mesure 1,80 m et pèse 295 livres (un IMC de 40). Il pourrait économiser 628 000 \$ au cours de sa vie. Investi, le coût augmente à 3,2 millions \$.
- **Jos à risque élevé** fume 40 cigarettes par jour (2 paquets) et consomme cinq verres d'alcool par jour. Il mesure 1,80 m et pèse 332 livres (un IMC de 45). Il pourrait économiser 1,1 million \$ au cours de sa vie. Investi, le coût passe à 8,6 millions \$.

Le coût d'une mauvaise santé chez les hommes sur l'économie canadienne

Les conséquences sur la santé associées au tabagisme, à la consommation d'alcool et au surpoids chez un homme d'âge moyen sont substantielles et coûtent à l'économie canadienne 20,3 milliards \$ par année en traitements, en invalidité et en mortalité prématurée.

Années de vie perdues

Le tabagisme, la consommation d'alcool et le surpoids conduisent tous à une vie écourtée. L'espérance de vie d'un homme canadien moyen est de 79 ans. En moyenne, fumer la cigarette vous coûtera 10 ans de vie, consommer de l'alcool vous coûtera 7,9 années de vie et être obèse en coûtera 5,8.

Tabagisme

Fumer cinq cigarettes seulement et prendre un verre d'alcool par jour pourrait vous coûter 1,5 million \$. Au Canada, 26,4 % des hommes âgés de 30 à 64 ans fument la cigarette. Plus du tiers de ces fumeurs sont des grands fumeurs, c'est-à-dire qu'ils fument au moins un paquet (20 cigarettes) par jour.

Consommation d'alcool

Plus du trois quarts (75,6%) des hommes canadiens âgés de 30 à 64 ans consomment aussi de l'alcool. 14,8 % des hommes de ce groupe d'âge consomment quotidiennement une quantité d'alcool qui serait dangereuse ou risquée pour leur santé.

Surpoids

66,6% des hommes canadiens âgés de 30 à 64 ans sont en surpoids ou obèses. Comparativement aux femmes canadiennes âgées de 30 à 64 ans, il y a plus d'hommes canadiens qui fument et fument beaucoup, qui boivent et boivent beaucoup et sont obèses.

À propos de la Semaine canadienne de la santé des hommes

La troisième Semaine canadienne de la santé des hommes annuelle est une campagne de sensibilisation de la Fondation pour la santé des hommes au Canada. Le but est de créer un mouvement global pour inciter à passer à l'action vers des modes de vie plus sains. Visitez <http://canadianmenshealthweek.ca/fr/> pour participer.

À propos de la Fondation pour la santé des hommes au Canada

La Fondation pour la santé des hommes au Canada (FSHC) est une organisation caritative nationale fondée en 2014 par le récipiendaire de l'Ordre du Canada, Dr. Larry Goldenberg et le président fondateur Wayne Hartrick. La mission de la Fondation est d'inspirer les hommes à vivre des vies plus saines par le biais de plusieurs programmes incluant ChangePasTrop.ca, un mouvement social qui vise à motiver les hommes à apporter de petits changements dans leur mode de vie pour vivre mieux, et PourMaSanté.ca, un outil de sensibilisation innovateur sur la santé conçu spécialement pour les hommes. La FSHC est financée par le gouvernement de la Colombie-Britannique, l'Agence de la santé publique du Canada, des partenaires corporatifs et des donateurs privés.

-30-

Pour fixer une entrevue avec un porte-parole, veuillez contacter :

BRIGITTE FILIATRAULT
Brigitte Filiatrault Relations Publiques (BFRP)
brigitte@bfrp.ca / 514-521-8216

Ressources : vous pouvez trouver davantage d'information sur la FSHC en ligne :

<http://fondationsantedeshommes.ca/>

<http://dontchangemuch.ca/> — un site où les hommes canadiens peuvent s'inscrire pour recevoir des conseils santé hebdomadaires – déjà plus de 15 000 inscrits

<https://youcheck.ca/fr> — l'outil **Pour ma santé** est la première étape pour faire de petits changements qui mèneront à de grands avantages à long terme.

<http://canadianmenshealthweek.ca/> — où les hommes peuvent s'engager à apporter de petits changements dans leur mode de vie pour améliorer leur santé

Twitter: [@DontChangeMuch](https://twitter.com/DontChangeMuch) [@menshealthfdn](https://twitter.com/menshealthfdn)