

Santé des hommes

2025-06-01

Somsom Lam et Audrey-Ann Robichaud

Bibliothèque de l'Hôpital Notre-Dame

Pour souligner le mois de la santé des hommes en juin, la Bibliothèque de l'Hôpital Notre-Dame vous proposent des suggestions de lecture pour vous familiariser avec ce sujet.

Si vous souhaitez obtenir l'un des documents, vous avez le choix entre trois options :

- Remplir le [Formulaire de demande de document\(s\)](#) ;
- Effectuer une réservation via notre catalogue en ligne [Santécom](#) ;
- Nous contacter par courriel à l'adresse biblio.hnd.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca

Pour consulter un **livre numérique**, simplement vous créer un compte sur la plateforme [eBook Central](#) de Proquest. Pour toute question relative à ce sujet, veuillez nous contacter, il nous fera plaisir de vous guider dans la création de votre compte.

Nous vous invitons également, à consulter [la liste de nos nouvelles acquisitions](#) sur le site internet des bibliothèques du CCSMTL.

La documentation rassemblée dans cette bibliographie présente plusieurs ouvrages traitant de la thématique abordée. Ces derniers sont accessibles à la Bibliothèque de l'Hôpital Notre-Dame. Il ne s'agit pas d'une bibliographie exhaustive sur le sujet.

Bonne lecture !

Table des matières

Santé physique	3
Maladies et prévention	3
Mode de vie et habitudes de santé	3
Données et statistiques	5
Santé mentale	6
Troubles psychiques et expériences vécues	6
Interventions et accès aux soins.....	7
Masculinité et inégalité.....	8

Santé physique

Maladies et prévention

Santé Canada. (2021). Maladies chroniques courantes chez les hommes par rapport aux femmes [Éducation et sensibilisation]. <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/maladies-chroniques-courantes-hommes-par-rapport-femmes-canadiens-ages-65-ans-plus.html>

Goldenberg, L. (2023) Cancer de la Prostate : Causes, Prévention, Symptômes Et Traitement. <https://fondationsantedeshommes.ca/les-problemes-de-sante-des-hommes/cancer-de-la-prostate/>

Isserow, S. (2023) Crises Cardiaques Chez Les Hommes : Causes, Prévention, Symptômes Et Traitement. <https://fondationsantedeshommes.ca/les-problemes-de-sante-des-hommes/crise-cardiaque-chez-les-hommes/>

Fondation pour la santé des hommes au Canada. (2023). Les Problèmes De Santé Des Hommes. <https://fondationsantedeshommes.ca/les-problemes-de-sante-des-hommes/>

Black, P. (2024). Prévention Du Cancer De La Prostate : Comment Réduire Votre Risque. <https://changepastrop.ca/activity-fr/prostate-cancer-prevention/>

Averty, M. (2023) Santé des Hommes : Focus sur les maladies masculines. <https://www.3ssante.com/sante-des-hommes-maladies-masculines/>

Mode de vie et habitudes de santé

Timm, A. [et al.]. (2025). Promoting men’s health through sports clubs : A systematic rapid realist review. Journal of Sport and Health Science. <https://oi.org/10.1016/j.jshs.2024.100969>

Health promotion (HP) interventions delivered through sports clubs have demonstrated promising outcomes among men, but less is known about which aspects of the interventions work, for whom, and under what circumstances. This rapid realist review aimed to understand the contexts, mechanisms, and outcomes of HP interventions for men delivered through sports clubs.

Bergens, O., Veen, J., Montiel-Rojas, D., Edholm, P., Kadi, F., & Nilsson, A. (2020). Impact of healthy diet and physical activity on metabolic health in men and women : Study Protocol Clinical Trial (SPIRIT Compliant). Medicine, 99(16). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000019584>

Healthy dietary patterns and physical activity (PA) represent important lifestyle behaviors with considerable potential to influence on age-related metabolic health. Yet, data on the combined

effects of these lifestyle behaviors on metabolic health including low-grade systemic inflammation in aging populations remain scarce. Therefore, this protocol describes a randomized controlled trial aiming to examine the impacts of healthy dietary patterns alone or combined with PA on metabolic health in middle-aged and older men and women.

Fondation Pour La Santé Des Hommes Au Canada. (2025) Consommer Des Aliments Plus Sains – Change Pas Trop. <https://changepastrop.ca/category/nutrition-fr/>

Dasinieres, L. (2024). La santé des hommes après 40 ans. Édito. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=190776>

Alors, messieurs, prêts à prendre soin de votre santé ? Sommeil, santé mentale, prise de poids, examens médicaux, fertilité... Soyons honnêtes, la quarantaine marque un tournant dans la vie : le corps change et les premiers petits problèmes apparaissent. Ce qui n'empêche pas un grand nombre d'entre vous de se montrer réticents à consulter un professionnel de la santé et à adopter un mode de vie plus sain. Mais la santé ne devrait pas être un tabou !

Doguet, F., & Delorme, J.-M. (2022). Au masculin : Sport, santé, bien-être après 40 ans. Flammarion. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=191618>

Il n'y a pas d'âge pour prendre soin de soi mais à partir de 40 ans, il est important de s'y mettre pour être bien dans son corps (et dans sa tête). Jean-Marc Delorme, entraîneur sportif et Fabien Doguet, Professeur en chirurgie cardiaque, révèlent leurs secrets pour prévenir les premiers signes de vieillissement de l'organisme. Voici donc les clés de la réussite : • Pratiquer régulièrement une activité sportive (course à pied, natation, vélo...) en s'impliquant et en se fixant des objectifs ; • Avoir une bonne alimentation équilibrée qui répond à ses réels besoins ; • Adopter les bons soins pour soi en chaque occasion. Véritable guide pratique pour une remise en forme efficace et durable, découvrez toutes les astuces et conseils pour vivre ses 40 ans (et plus) en toute sérénité. Maintenant à vous de jouer !

Radio-Canada. (2018). Les hommes ont de mauvaises habitudes de vie au Canada, selon une étude. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1105929/canadiens-mauvaise-habitudes-vie-etude-sante>

LaSalle, M. (2024). Pourquoi Les Hommes Se Préoccupent-Ils Peu De Leur Santé. Passeport santé. <https://www.passeportsante.net/audio?doc=hommes-preoccupent-peu-sante>

Sharp, P., Spence, J. C., Botorff, J. L., Oliffe, J. L., Hunt, K., Vis-Dunbar, M., & Caperchione, C. M. (2020). One small step for man, one giant leap for men's health : A meta-analysis of behaviour change interventions to increase men's physical activity. *British Journal of Sports Medicine*, 54(20), 1208-1216. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100912>

Behaviour change interventions targeting men's physical activity can be effective. Moderator analyses are preliminary and suggest research directions.

Données et statistiques

Girouard, N. & Direction régionale de santé publique de Montréal. (2024). Santé et bien-être des hommes et des femmes de Montréal : Recueil statistique 2024. CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal. Direction régionale de santé publique.

<https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=189876>

Ce recueil statistique constitue la deuxième édition sur l'état de santé et de bien-être des femmes et des hommes de la région de Montréal. Plus précisément, les statistiques présentent plusieurs indicateurs ventilés selon le genre ainsi que les principaux déterminants qui influencent l'état de santé des gens. [DRSP]

Gouvernement du Canada. (2024). Bilan statistique de la santé des hommes canadiens.

<https://www.statcan.gc.ca/o1/fr/plus/6413-bilan-statistique-de-la-sante-des-hommes-canadiens>

Grenouilleau-Albertini, A.-S. (2023). La santé des hommes : Des constats alarmants qui mobilisent peu: Commentaire. Sciences sociales et santé, 41(1), 29-39.

<https://doi.org/10.1684/sss.2023.0240>

En 2020, la Haute Autorité de santé (HAS), institution publique indépendante à caractère scientifique fondée pour développer la qualité dans le champ de la santé, a choisi de consacrer son analyse prospective du système de santé aux relations entre le sexe, le genre et la santé (HAS, 2020). L'objectif de ce rapport annuel est de formuler des propositions destinées au parlement et au gouvernement, [...]

Statistique Canada. (2024). Parlons moustache. Statistiques Canada.

<https://www.statcan.gc.ca/o1/fr/plus/7369-parlons-moustache>

Roy, J., Tremblay, G., Cazale, L., Cloutier, R., & Lebeau, A. (2017). Les hommes au Québec : Un portrait social et de santé. Presses de l'Université Laval. [https://santecom-](https://santecom-intranet.inilibro.net/cgi-bin/koha/catalogue/detail.pl?biblionumber=124382)

[intranet.inilibro.net/cgi-bin/koha/catalogue/detail.pl?biblionumber=124382](https://santecom-intranet.inilibro.net/cgi-bin/koha/catalogue/detail.pl?biblionumber=124382)

Que savons-nous des hommes québécois concernant leur réalité sociale, leur état de santé et de bien-être ainsi que les rapports qu'ils entretiennent avec les services sociaux et de santé ? Quelle a été leur évolution au cours des dernières décennies ? Quelles sont les principales tendances de fond qui les caractérisent aujourd'hui ? Quelles sont les principales cibles d'intervention qui permettraient aux milieux des pratiques de mieux répondre à leurs besoins ? Le présent ouvrage tente de répondre à ces questions à partir d'une analyse de données publiques existantes sur les hommes au Québec en matière de santé et de bien-être ainsi que sur le plan de leur réalité sociale et de leur rapport aux services. [...]

Santé mentale

Troubles psychiques et expériences vécues

Gingras-Lacroix, G., Guilmette, D., Tremblay, G., Ferlatte, O., Brodeur, N., Labra, O., Houle, J., Roy, P., & Dionne, É. (2023). L'utilisation de l'intervention psychosociale à distance auprès des hommes : Quel est l'état des connaissances ? Santé mentale au Québec, 48(1), 69-93. <https://doi.org/10.7202/1106396ar>

La crise sanitaire relative à la pandémie de COVID-19 a mené la plupart des organismes communautaires, ainsi que ceux du réseau de la santé et des services sociaux à adopter des pratiques d'intervention psychosociale à distance. Or, l'instauration rapide de ce type de pratiques soulève de nombreux questionnements, notamment au sujet des hommes qui, de manière générale, utilisent moins les services psychosociaux en présentiel comparativement aux femmes. Cet article vise à faire état des connaissances actuelles sur l'intervention psychosociale à distance auprès des hommes.

Luca, D. (2025). Souffrances des pères. Deuil, dépression, mélancolie et autres troubles psychiques. Dialogue, 247(2), 83-99. <https://doi.org/10.3917/dia.247.0083>

Le présent travail sur les souffrances des pères vise à mettre à jour la psychopathologie périnatale de la paternité et surtout à envisager la spécificité des états névrotiques, limites et psychotiques du père. La paternité renvoie aux traumatismes infantiles précoces. La dépression paternelle peut constituer pour la psyché vulnérabilisée un moyen de se protéger d'un débordement pulsionnel et d'une forte blessure narcissique, menaçant le Moi d'effondrements sévères. À partir d'un cas clinique, l'autrice souligne l'importance des vécus primaires, des deuils inachevés, des motions pulsionnelles agressives et haineuses et de la dimension autodestructrice que comportent les états dépressifs du père dans la périnatalité.

Les symptômes de dépression sont-ils les mêmes chez les hommes et les femmes? (s. d.). OIIQ. Consulté 5 mai 2025, à l'adresse <https://www.oiiq.org/depression-les-symptomes-sont-ils-les-memes-chez-les-hommes-et-les-femmes->

Thomas, B., Grisi, S., Georgieff, N., & Thevenet, M. (2024). Les pères face à la dépression du post-partum maternelle : Résultats d'une étude qualitative. La psychiatrie de l'enfant, 67(2), 167-184. <https://doi.org/10.3917/psy.672.0167>

La dépression du post-partum maternelle (DPPM) est un trouble fréquent, dont le facteur de bon pronostic le plus puissant semble être le soutien social, et en particulier le soutien conjugal. Il est donc légitime de s'intéresser aux pères pour savoir ce qu'ils vivent et comprennent de cette situation afin de les aider à être auprès de leur compagne. Cette question a été peu étudiée à ce jour ; aussi, nous avons mené une recherche en méthodologie qualitative, afin d'explorer les représentations et les vécus des pères concernant la pathologie et les soins prodigués en cas de DPPM chez leur compagne. Nous avons rencontré des pères dont les femmes souffraient ou avaient souffert de DPPM et avaient ou avaient eu des parcours de soins différents. [...]

Télus Santé. (2024). Trousse CerveauForme : Outils De Conditionnement Mental Pour Le Stress Et L'anxiété. Fondation pour la santé des hommes au Canada.
<https://fondationsantedeshommes.ca/trousse-cerveauforme/>

Urfer, F-M. (2018) Santé mentale des hommes et périnatalité. Ordre des psychologues du Québec. <https://www.ordrepsy.qc.ca/-/sante-mentale-des-hommes-et-perinatalite>

Whitley, R. E. (2024). La santé mentale au masculin : Notions essentielles. Éditions Robert Laffont. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=174753>

Voici le tout premier livre qui regroupe, synthétise et présente de façon rigoureuse les résultats scientifiques de plusieurs études afin de mieux comprendre les problèmes des garçons et des hommes et leurs impacts sur leur santé mentale. Dans cet ouvrage, l'auteur a recensé des recherches dans différents domaines, notamment la psychiatrie, la psychologie, la santé publique, l'épidémiologie et la sociologie. Grâce à ce travail, il souhaite combler une lacune importante dans la littérature en offrant une vue d'ensemble. Son intention est d'élargir la réflexion et d'enrichir les travaux existants. [...]

Interventions et accès aux soins

Groulx, J., & Deslauriers, J.-M. (2015). La formation Intervenir auprès des hommes dans le réseau de santé en Montérégie. Une perspective organisationnelle. Santé Publique, 27(6), 829-836. <https://doi.org/10.3917/spub.156.0829>

Le projet For'hommes, déployé depuis 2011 en Montérégie (au sud de Montréal au Québec), avait notamment pour but de sensibiliser et de former gestionnaires, superviseurs cliniques et intervenants des centres de santé et de services sociaux (CSSS) à l'intervention auprès des hommes. Huit entrevues ont été réalisées, en 2013, auprès de gestionnaires et de superviseurs issus de cinq CSSS (sur une possibilité de sept). Les activités de sensibilisation et la formation ont incité les CSSS à réaliser une réflexion sur leur offre de service ou à revoir certaines pratiques (organisationnelles ou cliniques) visant les clientèles masculines. [...]

Gingras-Lacroix, G., Guilmette, D., Tremblay, G., Ferlatte, O., Brodeur, N., Labra, O., Houle, J., Roy, P., & Dionne, É. (2023). L'utilisation de l'intervention psychosociale à distance auprès des hommes : Quel est l'état des connaissances ? Santé mentale au Québec, 48(1), 69-93. <https://doi.org/10.7202/1106396ar>

La crise sanitaire relative à la pandémie de COVID-19 a mené la plupart des organismes communautaires, ainsi que ceux du réseau de la santé et des services sociaux à adopter des pratiques d'intervention psychosociale à distance. Or, l'instauration rapide de ce type de pratiques soulève de nombreux questionnements, notamment au sujet des hommes qui, de manière générale, utilisent moins les services psychosociaux en présentiel comparativement aux femmes. Cet article vise à faire état des connaissances actuelles sur l'intervention psychosociale à distance auprès des hommes. [...]

Oliffe, J. L., Black, N., Yiu, J., Flannigan, R., Hartrick, W., & Goldenberg, S. L. (2021). Promoting Men's Health With the « Don't Change Much » e-Program. *American Journal of Men's Health*, 15(2), 15579883211001188. <https://doi.org/10.1177/15579883211001189>

Men's e-health promotion programs can offer end-user anonymity and autonomy that provide avenues for supporting positive health behavior change. The twofold purpose of the current study was to use a benchmark cohort as a reference group to: (1) describe associations between men's usage levels of the e-health program Don't Change Much (DCM) and their recent and intended health behavior changes, and (2) report an exploratory analysis of the moderating effects of demographic variables on the associations between DCM users and their recent and intended health behavior changes. Based on self-report, DCM users were classified into limited (n = 613, 34.7%), low (n = 826, 46.8%), and high (n = 327, 18.5%) exposure groups. [...]

Fondation pour la santé des hommes au Canada. (2024). Recherche Sur La Santé Mentale Des Hommes Au Canada En 2024. Fondation pour la santé des hommes au Canada. <https://fondationsantedeshommes.ca/recherche/etude-sur-lexercice-chez-les-hommes-au-canada-2024/>

Seidler, Z. E., Rice, S. M., Ogrodniczuk, J. S., Oliffe, J. L., & Dhillon, H. M. (2018). Engaging Men in Psychological Treatment : A Scoping Review. *American Journal of Men's Health*, 12(6), 1882-1900. <https://doi.org/10.1177/1557988318792157>

Tailoring psychological treatments to men's specific needs has been a topic of concern for decades given evidence that many men are reticent to seek professional health care. However, existing literature providing clinical recommendations for engaging men in psychological treatments is diffuse. The aim of this scoping review was to provide a comprehensive summary of recommendations for how to engage men in psychological treatment. Four electronic databases (MEDLINE, PubMed, CINAHL, PsycINFO) were searched for articles published between 2000 and 2017. Titles and abstracts were reviewed; data extracted and synthesized thematically. Of 3,627 citations identified, 46 met the inclusion criteria. Thirty articles (65%) were reviews or commentaries; 23 (50%) provided broad recommendations for working with all men. [...]

Masculinité et inégalité

Connell, R., Hagège, M., Vuattoux, A., & Fassin, É. (2022). *Masculinités : Enjeux sociaux de l'hégémonie* (Nouvelle éd. augmentée). Éditions Amsterdam. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=166288>

Dans un contexte où les études de genre et leurs usages sont remis en question, ce recueil de travaux de la sociologue australienne vise à problématiser les masculinités en termes d'hégémonie et de résistances à l'hégémonie. R. Connell établit une cartographie complexe des masculinités et invite à penser les politiques d'alliance avec le féminisme et les autres mouvements sociaux.

Deslauriers, J.-M., Lafrance, M., & Tremblay, G. (Éds.). (2019). *Réalités masculines oubliées*. Presses de l'Université Laval. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac->

[detail.pl?biblionumber=126608&query_desc=R%C3%A9alit%C3%A9s%20masculines%20oubli%C3%A9es](https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=126608&query_desc=R%C3%A9alit%C3%A9s%20masculines%20oubli%C3%A9es)

Cet ouvrage porte sur une variété de réalités masculines méconnues au sein du monde universitaire, du grand public ainsi que chez les professionnels de la santé et des services sociaux. Certaines de ces réalités sont même invisibles, inconnues. Pour combler cette lacune, des experts exposent ici des dimensions rarement abordées dans le champ des études sur les hommes, telles que les hommes victimes de violence conjugale, l'accompagnement sexuel d'hommes présentant un handicap, le regard d'hommes autochtones sur la violence familiale et les garçons victimes d'abus sexuels.

Dupuis-Déri, F. (2018). La crise de la masculinité : Autopsie d'un mythe tenace. Les Éditions du remue-ménage. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=121252>

Une crise de la masculinité, dit-on, sévit dans nos sociétés trop féminisées. Les hommes souffriraient parce que les femmes et les féministes prennent trop de place. Parmi les symptômes de cette crise, on évoque les difficultés scolaires des garçons, l'incapacité des hommes à draguer, le refus des tribunaux d'accorder la garde des enfants au père en cas de séparation, sans oublier les suicides. Pourtant, l'histoire révèle que la crise de la masculinité aurait commencé dès l'antiquité romaine et qu'elle toucherait aujourd'hui des pays aussi différents que le Canada, les États-Unis et la France, mais aussi l'Inde, Israël, le Japon et la Russie. L'homme serait-il toujours et partout en crise?

Gerdes, Z. (2022). Man kind : Tools for mental health, well-being, and modernizing masculinity. Johns Hopkins University press. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=188352>

Masculinity requires a redesign. Men exhibit higher rates of suicide, lower rates of help-seeking, higher rates of substance use and abuse, and higher rates of anger and violence. How can this change? In *Man Kind*, counseling psychologist Zachary Gerdes, PhD, provides a framework for improving men's mental health and well-being while redefining what it means to be masculine. Rather than following a traditional view of masculinity focused on stoicism, patriarchy, and self-reliance, Gerdes provides his LIFT model—a road map to help men foster collaboration, understand when and how to utilize resources, and build mental resilience and flexibility. [...]

Griffith, D. M. (2020). Promoting Men's Health Equity. *American Journal of Men's Health*, 14(6), 1557988320980184. <https://doi.org/10.1177/1557988320980184>

Men's health equity is an area of men's health research and practice that combines the literature on men's health with that of health equity. More research is needed that describes how to intervene to promote men's health equity. This introduction to the *American Journal of Men's Health* special collection on promoting men's health equity was created to feature research that describes aspects of promising interventions that (a) are population-specific approaches that consider the unique biopsychosocial factors that affect the health of socially defined populations of men; or (b) use a comparative approach to close or eliminate gaps between socially defined groups of men and women and among socially meaningful groups of men that are unnecessary, avoidable, considered unfair and unjust, and yet are modifiable. [...]

Manley, A. (2023). *The New Masculinity : A Roadmap for a 21st-Century Definition of Manhood* (1st ed). ECW Press. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=174974>

From AskMen senior editor and non-binary writer Alex Manley comes *The New Masculinity: A Roadmap for a 21st-Century Definition of Manhood*, a guide for escaping the shackles of toxic masculinity, unlearning what it means to be a man, and pushing back against the various ways masculinity teaches people to hurt rather than help, and to harm rather than heal. Manley charts a course for a wholly new future of the self that's neither particularly manly nor particularly masculine, but responsive, invested, and caring. [...]

Men, masculinity, and mental health, with Ronald F. Levant, EdD. (2021). American Psychological Association. <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/masculinity-mental-health>

Pôle d'expertise et de recherche en santé et bien-être des hommes (Éd.). (2022). *Regards sur les hommes et les masculinités : Comprendre et intervenir* (2e éd). Hermann Presses de l'Université Laval. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=165653>

Aujourd'hui, on parle des hommes en rapport avec certains problèmes sociaux qui font la manchette, tels que la violence conjugale, la rupture du lien paternel et le suicide. Ou encore on revisite les stéréotypes masculins dans les téléromans et les publicités. Toutes ces nouvelles représentations trouvent écho dans la société, alors que plusieurs hommes s'interrogent sur eux-mêmes comme hommes ou conjoints, comme pères ou fils, et que, par ailleurs, les femmes se questionnent et questionnent leurs conjoints, leurs pères et leurs fils. Comment y voir clair ? [...]

Quaglia, V. (2023). *Wounded Masculinities : Men, Health, and Chronic Illness* (1st ed). Palgrave Macmillan. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=175342>

This book contributes to the emerging field of men's health studies, delving into how men incorporate, adapt, negotiate, or reject health care practices to perform masculinities in social interactions. By moving beyond the simplistic association between men, masculinity and the adoption of 'risky' or 'unhealthy' practices, this book draws from recent critical perspectives on the study of men's health, seeking to challenge and problematize the relationship between masculinities and health. The text presents original empirical findings derived from qualitative and digital research examining the different ways in which men (re)negotiate their masculinities after the onset of a chronic illness, focusing on diabetes as a strategic case study. [...]

Suied-Michelet, A.-C., & Allouche, R. M. (2023). *Tout ce que vous devez savoir sur l'andropause : Mais que vous n'osez pas demander*. Leduc. <https://catalogue.santecom.qc.ca/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=188601>

10% des hommes de plus de 50 ans sont concernés par l'andropause, une « ménopause masculine », un sujet encore tabou, comme une sorte de quasi-légende dont il ne faudrait pas parler. Déprime, problèmes d'érection, baisse de désir, prise de poids... outre les symptômes physiques, le cap psychologique peut être difficile à franchir. Et si on en parlait enfin ? Et si on posait les mots sur ce mal méconnu ? Et si on abordait ensemble les solutions qui existent ? Ce livre est à la fois une enquête, un ouvrage de vulgarisation et de témoignages. Des témoignages d'hommes, de femmes, de spécialistes, docteurs en médecine occidentale, orientale, thérapeutes, naturopathes... un livre où chacun trouvera des réponses à ses questions, ses attentes, ses besoins, ses croyances... C'est aussi la découverte d'un renouveau, d'une nouvelle approche de son corps et de sa sexualité à un moment-clé de la vie d'un homme.