

**Zeitschrift:** PS info : nouvelles de Pro Senectute Suisse  
**Herausgeber:** Pro Senectute Suisse  
**Band:** - (2001)  
**Heft:** 1: Rue pour tous... et à tout âge

**Artikel:** Mieux vieillir au masculin  
**Autor:** Seifert, Kurt / Dentan, Jacques  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-789511>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Mieux vieillir au masculin

Pourquoi les femmes vivent-elles en moyenne sept ans de plus que les hommes? Si la biologie a son importance, la différenciation des modèles de comportement joue un rôle décisif. D'où cette question: les hommes ont-ils besoin de davantage de force pour déchoir de leur rôle?

*Quand un homme est-il un homme?* s'interrogeait le chanteur de rock allemand Herbert Grönemeyer dans les années '80 déjà. Aujourd'hui, les réponses ne sont pas plus simples: Mauviette? Macho? ou quelque chose entre deux? Les jeunes et les adultes ne sont pas seuls à devoir redéfinir leur rôle; les hommes d'âge mûr eux aussi n'échappent pas à cet exercice. Bien vieillir pour un homme, c'est faire face à sa virilité, pense l'andrologue allemand Andreas Thiele. Derrière la masculinité se cachent les idéaux dominants, par rapport auxquels les hommes se mesurent ou subissent des comparaisons.

La virilité implique des compétences et des talents tels que la force, l'endurance, la puissance, la bonne forme physique. Mais elle appelle aussi des comportements à risque, alimentation déséquilibrée, fumée, alcool, qui nuisent à la santé et abrègent souvent la vie.

### Différenciation

En prenant de l'âge, les hommes affrontent de différentes manières ces enjeux liés à leur sexe: les forces physiques diminuent, même si le mouvement et les activités physiques ralentissent ce processus. Les amoureux voient leur puissance sexuelle décliner, même si Viagra parvient à la ranimer.

Les comportements à risque dans les jeunes années peuvent se répercuter défavorablement sur la santé l'âge venant de sorte que la

question se pose: continuer jusqu'à la rupture ou changer son mode de vie? Un dilemme qui peut plonger dans la crise existentielle ces êtres habitués à l'action et à la performance et qui n'ont jamais pris soin de leur santé. S'en tirent visiblement mieux ces hommes qui, passé la quarantaine, découvrent les vertus féminines, telles que la sensibilité, la tendresse et la douceur.

Le gérontologue américain David Gutmann soutenait déjà dans les années '60 la thèse selon laquelle les hommes aux tendances androgynes présentaient de meilleures perspectives de vie que leurs congénères se réclamant uniquement de leur virilité.

### Apprendre à s'écouter

Selon une étude au long cours effectuée à Bonn, les hommes qui vivent plus longtemps que leurs congénères parlent de tout ce qu'ils ont fait pour maintenir et élargir leurs contacts sociaux; ils évoquent aussi l'écoute de leur vie intérieure, la tolérance et la confiance dans les relations avec les autres.

*Dur à l'extérieur, tout tendre à l'intérieur:* l'enfant est déjà étalonné à la mesure de l'homme, dit en substance une chanson de Grönemeyer. L'andrologie relève toutefois que la pression de la société sur les hommes est incomparablement plus élevée que sur les femmes et les incite à conserver les rôles spécifiques à leur sexe. Cette situation expliquerait-elle l'espérance de vie plus courte des hommes? On n'a pas pu le prouver empiriquement jusqu'à maintenant. Voilà qui vaudrait bien une enquête plus précise. kas/jd

Voir aussi Pro Senectute Info 5/2000 pp. 6-7 et l'ouvrage d'Astrid Stückelberger, docteur en psychologie, présidente de la Société suisse de gérontologie *Etat de santé subjectif chez la personne âgée: facteurs déterminants et mécanismes différentiels hommes-femmes* disponible à la Bibliothèque de Pro Senectute Suisse, 8027 Zurich, tél. 01/283 89 81.

Les comportements à risque dans les jeunes années peuvent se répercuter défavorablement sur la santé l'âge venant de sorte que la question se pose: continuer jusqu'à la rupture ou changer son mode de vie?