PER-5202-2
PRÉVENTION DES ITSS

Cahier de l'élève

Présentation du cours

Le cours *la sexualité dans toutes ses dimensions* a pour but de susciter une réflexion sur la sexualité dans sa globalité.

- ✓ De favoriser l'adoption et le maintien d'un comportement responsable et sécuritaire.

- ✓ De développer une attitude saine et un mieux-être sexuel.

Ce cours aborde la sexualité selon cinq dimensions :

- La dimension socioculturelle
- La dimension biologique
- La dimension psychologique, affective et relationnelle
- La dimension éthique et légale
- La dimension morale, spirituelle et religieuse

Ce cours vous amènera, à l'aide de documentation et de situations d'apprentissage, à réfléchir sur la sexualité et la prévention des ITSS en faisant des liens entre ces différentes dimensions présentées dans votre cahier d'apprentissage.

Fonctionnement du cahier d'apprentissage et attentes de fin de cours

Nous aborderons les cinq dimensions dans cinq chapitres différents.

Des situations d'aide à l'apprentissage, des capsules vidéo, des études de cas et des tests de connaissances générales vous seront proposés pour consolider les savoirs à l'étude pour chaque dimension et vous permettre d'y rattacher vos repères culturels afin de créer des liens entre vos connaissances et vos expériences.

Visées du programme de formation

> Structuration de l'identité
> Construction d'une vision du monde
> Développement du pouvoir d'action

Domaines généraux de formation

Santé et bien-être

Amener l'élève à se responsabiliser dans l'adoption de saines habitudes de vie sur le plan de la santé, de la sécurité et de la sexualité, adopter des comportements responsables.

Axes de développement

Conscience de soi et de ses besoins fondamentaux

Besoin d'affirmation de soi, besoin du respect de son intégrité physique et psychique, besoin d'acceptation et d'épanouissement, besoin de valorisation et d'actualisation, besoin d'expression de ses émotions.
Connaissance des conséquences de ses choix personnels sur sa santé et son bien-être. Connaissance des principes d'une sexualité équilibrée.

Exercer son jugement critique.
Construire son opinion, exprimer son opinion et relativiser son opinion.

Actualiser son potentiel.
Reconnaître ses caractéristiques personnelles.
Mettre à profit ses ressources personnelles.

Donner à l'élève un environnement favorable au développement de saines habitudes de vie et de compétences qui influenceront de manière positive sa santé et son bien-être.

Attentes de fin de cours

Compétence 1

S'interroger sur des réalités qui concernent la sexualité.

Reconnaitre diverses transformations sociales en explorant l'univers de la sexualité, de la révolution sexuelle à aujourd'hui. (Examen théorique-étude de cas) (30%)

Compétence 2

Mettre en relation des facteurs qui influent sur l'adoption d'un comportement responsable et sécuritaire (cerner une problématique, faire une recherche) (20%)

Compétence 3

Faire des choix pour un mode de vie sain en ce qui concerne la sexualité
(Prendre position, construire une argumentation cohérente en s'appuyant sur deux sources crédibles d'information) (50%)

TABLE DES MATIÈRES

Chapitre 1 Dimension socioculturelle 7

Les années 60 à 90, Révolution sexuelle et évolution de la transmission des ITSS 8

Portrait de la situation dans la société actuelle 16

Lexique 17

Questionnaire 19

Chapitre 2 Dimension biologique 21

Les ITSS 22

C'est quoi le VIH? 38

VPH 45

Mise en situation 51

Testons nos connaissances 53

Pour une vision juste de la situation 54

LES PIRES EXCUSES.....pour ne pas utiliser le condom Idiotest 57

Questionnaire 60

Chapitre 3 Dimension psychologique-affective et relationnelle 61

Les facteurs d'une relation saine entre deux partenaires 62

Relations malsaines 63

Pour en finir avec la honte 66

Mise en situation 68

Facteurs qui influencent le comportement dans l'adoption de comportements responsables 69

Facteurs reliés à l'individu 69

Facteurs reliés à l'entourage immédiat 70

Je comprends, je m'interroge 72

Vérifie tes connaissances 74

RAPPEL Méthodes de barrière 75

Tatouage et le perçage 77
Mise en situation 78

Chapitre 4 Dimension morale, spirituelle et religieuse 80
Les infections transmissibles sexuellement à déclaration obligatoire 81
Saviez-vous que…? 84

Chapitre 5 Dimension morale, spirituelle et religieuse 89
Valeurs personnelles 90
Mythes ou faits? 94
Petit guide pratique 97
Motivations et barrières liées au dépistage 98
Mise en situation 100
Résumé de la situation 103
Ressources d'aide et de soutien 104
Références bibliographiques 106

Chapitre 1

Dimension

Transformations sociales

Dimension socioculturelle

Cette dimension parle de tout ce que la société apprend ou dicte sur la sexualité. Cette dimension passe donc par les rôles de genre, les stéréotypes, les images véhiculées dans les médias, ainsi que la vision de la culture et les proches en lien avec la sexualité. C'est aussi le fait de promouvoir des rapports égalitaires, de se réaliser pleinement dans les rôles occupés (père, mère, conjoint, conjointe, etc.), et, de se tenir debout pour briser les tabous et les préjugés en lien avec la sexualité.

Les années 60 à 90
Révolution sexuelle et évolution de la transmission des ITSS

La Révolution tranquille a été une époque de grands changements pour la société québécoise. Cette révolution a amené une plus grande liberté aux individus et a permis à notre société d'aujourd'hui d'être ce qu'elle est devenue. Tous ces changements ont permis d'observer aujourd'hui différentes façons de voir la sexualité ainsi que différentes pratiques qui ont contribué à l'évolution de la transmission des ITSS.

Lors de cette période, les changements au niveau des valeurs et des croyances des individus permettent à ceux-ci de dissocier la procréation et le plaisir. Après la légalisation de l'avortement et l'acceptation de la contraception par la pilule, les pratiques sexuelles les moins conventionnelles s'affichent au grand jour. Il apparaît donc une libération des mœurs, à l'issue de laquelle l'épanouissement individuel passe par la satisfaction de ses désirs.

C'est lors de la Révolution tranquille que la révolution sexuelle a commencé. Les gens changent leur façon de concevoir la sexualité, le couple, l'amour, les autres et l'existence elle-même.

Les femmes sont plus libres de leur corps puisque celui-ci n'appartient plus à leur mari ni à leur père, mais bien à elle seule. Dans les années 60, le corps se dévoile. En 1965, les mini-jupes et les premières apparitions de seins nus au cinéma font surface. Les gens ne cachent plus le fait qu'ils ont des relations sexuelles. Les magazines, la radio, la télévision relatent tous librement la relation entre les hommes et les femmes sans avoir à censurer quoi que ce soit. Les pratiques sexuelles deviennent aussi plus diversifiées à la fin des années 70 et les rôles traditionnels de l'homme et de la femme se modifient dans la société.

Ces changements dans la société ont un impact direct dans la transmission de ce qu'on appelait alors les **maladies vénériennes** (le nom provenant de Vénus, déesse de l'amour). Cette époque, qu'on nomme Révolution tranquille, a été un mouvement mondial de libération et de revendications sociales.

Petite histoire de la syphilis

Le terme syphilis a pu être utilisé par le passé comme synonyme de maladie vénérienne. Par ailleurs, d'autres termes ont pu être utilisés pour désigner cette maladie : *« mal français » (grosse ou grande) vérole*[2], *« mal de Naples ».* L'origine de « mal napolitain » ou « mal de Naples » viendrait de sa manifestation épidémique à Naples en 1494, apportée par des marins espagnols de l'équipage de Christophe Colomb, qui participaient à une campagne militaire de Charles VIII.

Les origines de la syphilis sont inconnues et débattues depuis plus d'un siècle.

On a longtemps cru qu'elle venait du Nouveau Monde, importée dans l'Ancien lors du premier voyage de Christophe Colomb, mais cette théorie n'est plus aujourd'hui unique.

Une légende voulait en effet que les conquistadors l'aient attrapé avec des femmes indigènes étant elles-mêmes contaminées par leurs époux bergers qui allaient garder des lamas, ces animaux étant selon cette légende l'espèce-réservoir du germe.

Actuellement, des recherches archéologiques établissent que la syphilis était déjà présente dès l'Antiquité en Europe ; c'est la thèse qu'avance la société d'anthropologie de Paris en 1998.

La bactérie *Treponema pallidum*, source de cette maladie, se transmet par des rapports sexuels non protégés (vaginal, anal ou bucco-génital), par voie sanguine (transfusion ou rarement usage de matériel souillé) et par voie transplacentaire pendant la grossesse, de la mère à l'enfant. La période d'incubation est de 3 semaines à 1 mois.

Le sida des années 1930

Pénicilline? Syphilis? Quel rapport avec la libéralisation des mœurs?

Découvert en 1928, cet antibiotique n'a été utilisé cliniquement qu'à partir de 1941 alors que les États-Unis rentraient en guerre.

Deux ans plus tôt, en 1939, les États-Unis la prévalence de la syphilis n'avait jamais été aussi élevée, tuant 20 000 personnes cette seule année, une menace suffisamment forte pour brider les comportements de rapports sexuels

Face à la crainte que cette maladie sexuellement transmissible ne contamine les troupes engagées sur différents fronts, l'armée américaine accélère l'utilisation de la pénicilline. Particulièrement efficace, elle continua d'être utilisée après la guerre, toujours pour traiter **la syphilis qui, d'une maladie chronique et potentiellement fatale**, pouvait désormais **être guérie grâce à une simple prise de médicament.**

Un chiffre permet de se convaincre de ses effets sur l'épidémie: entre 1947 et 1957, **le taux de mortalité de la syphilis a chuté de 75%.** D'après Andrew Francis, c'est bien parce que faire l'amour est devenu moins risqué à partir de la fin de la guerre, que les mœurs sexuelles ont pu se libéraliser.

Plus de comportements à risque

Avec la pénicilline donc, les risques liés à certains comportements sexuels auraient diminué, ouvrant la voie à la révolution sexuelle tout en augmentant les comportements à risques. La libération des mœurs et la méconnaissance des modes de transmission de ces infections auront comme conséquence une importante épidémie de syphilis dans les années 70.

Le saviez-vous?

Personnages historiques et célèbres atteints de syphilis :

- William Shakespeare, dramaturge anglais du **XVIIe siècle**
- Vincent Van Gogh, peintre français **XIXe siècle**
- Charles Baudelaire, poète français du **XIXe siècle**
- Oscar Wilde, écrivain américain du **XXe siècle**

Années 80
Changement dans de mode de consommation de drogue

Alors qu'à la fin des années 60, la drogue était le symbole du plaisir et de la libération, elle est devenue dans les années 80 le symbole de la *« **mort sociale** »*.

Depuis le milieu des années 80, on voit apparaître une très nette augmentation de l'utilisation des drogues comme la cocaïne. On a également assisté à une très forte croissance de l'utilisation d'héroïne dans les quartiers pauvres, ce qui a accentué le fossé des classes sociales : d'une part la consommation d'ecstasy et de cocaïne pour les classes aisées, d'autre part les drogues de l'oubli pour les classes populaires plutôt consommatrices d'héroïne et, d'une manière plus restreinte à certains milieux, le crack.

Au début des années 80, il souffle encore un vent de libération sexuelle, mêlé d'insouciance. Pourtant, très rapidement une odeur de poudre va se répandre dans l'atmosphère. En 1981, le sida fait son apparition et déclare la guerre. Une guerre au départ silencieuse, mais avec une ascension fulgurante et inquiétante.

Petite histoire du SIDA

En juin 1981, l'Agence épidémiologique d'Atlanta annonce au monde médical que cinq patients homosexuels à Los Angeles souffrent **d'une pneumonie rare**. Les hostilités sont lancées, la France est aussi touchée et la communauté homosexuelle dans son ensemble est en première ligne. Les symptômes sont multiples : **fièvre, affections pulmonaires, tumeurs et au final… la mort.**

La presse parle de **"peste rose".** Selon certains commentaires homophobes, les homosexuels seraient punis par le cancer. On parle alors plus généralement de ***cancer gai :*** le sarcome de Kaposi, relié au SIDA, est une forme de cancer de la peau qui se manifeste par des taches brunâtres. Un stigmate qui restera longtemps associé aux malades du sida.

Ce mal mystérieux n'effraie pas le Dr Willy Rozenbaum, infectiologue, qui crée un groupe de travail sur le sida pour tenter de comprendre cette nouvelle maladie. Malgré tout, le Dr Rozenbaum persiste pour trouver l'origine de la maladie. Une étroite collaboration va alors se mettre en place entre cliniciens et chercheurs.

Le sida vient seulement de lancer les coups de semonce d'une guerre longue et macabre que beaucoup sous-estiment encore. À cette époque, la stigmatisation des malades reste très pesante. On parle encore de la maladie des **4 H** pour **hémophile, homosexuel, haïtien, héroïnomane.**

En 1984, on dénombre 300 malades du sida en France. Tandis que la société reste sourde, le monde médical sent monter l'urgence.

Le sang et le sexe, les deux voies de transmission, sont désormais connues. Pourtant, le sida reste quatre lettres angoissantes. Le personnel hospitalier est censé apporter du soutien aux patients. Dans certains hôpitaux, infirmiers et aides-soignants osent à peine approcher les malades par crainte que le virus ne leur saute au visage.

Victimes d'une grande stigmatisation et condamnés à mort, c'est la double peine pour les malades. Chaque année ils sont plus nombreux et les hôpitaux tentent de faire face à la crise sanitaire.

Une icône de la musique, chanteur du groupe Queen, Freddie Mercury, fut officiellement diagnostiqué séropositif en 1987.

Voici ce qu'il annonça à ses fans :
« Je voudrais confirmer que je suis séropositif et que j'ai le sida. Je pensais qu'il convenait de ne pas divulguer cette information pour protéger l'intimité de ceux qui m'entourent. Mais il est temps que mes amis et mes fans du monde entier connaissent la vérité. J'espère que tout le monde se joindra à moi, aux médecins qui me soignent et à tous ceux qui se battent contre cette terrible maladie ».

À la fin des années 80 et au début des années 90, l'époque est morbide. La mort plane sur les malades, les hôpitaux se transforment en mouroir.

QueenCuttings.com

THE Sun

FREDDIE IS DEAD

Monday, November 25, 1991 25p Audited daily sale for October 3,705,400 Today's TV: Pages 16 and 17

Showman . . . Freddie droped in a Union Flag during a typically flamboyant performance

ROCK star Freddie Mercury is dead — just two days after he confirmed he had AIDS.

The Queen singer's parents were at his bedside as he slipped away late last night at his Elmillion London mansion.

1946

1991

Continued on Page Four

Le 23 novembre, un communiqué, approuvé par Freddie Mercury, fut envoyé à la presse, confirmant, comme beaucoup l'avaient suspecté, que Freddie Mercury avait le Sida. Il s'éteignit le lendemain. Un simple communiqué fut publié à minuit : *"Freddie Mercury est mort paisiblement ce soir dans sa demeure de Kensington, à Londres. La cause de sa mort est une pneumonie bronchique provoquée par le Sida. »*

Pour soutenir les malades et les soignants, les premières associations voient le jour, la vente libre de seringues débute afin de prévenir la contamination chez les toxicomanes. La publicité sur le préservatif, seul moyen de prévention contre le sida, est autorisée par le gouvernement.

Bref, cette maladie potentiellement mortelle et transmissible sexuellement diminuera les comportements sexuels à risque. On assistera à une importante campagne de prévention sur les modes de transmission des ITSS. On encouragera les gens à adopter un **comportement sexuellement responsable**.

Campagne de prévention des années 80

Se protéger devient un enjeu de société, car Il existe outre le VIH, de nombreuses ITSS. Ces infections se transmettent lors des relations sexuelles non protégées quel que soit leur mode : génital, oral génital ou anal génital.

La société d'aujourd'hui

Malheureusement, le relâchement de la prévention du SIDA ces dernières années et la diminution de l'utilisation du préservatif a eu comme conséquence une recrudescence des ITSS, dans de nombreux pays, dont le Canada.

Les relations sexuelles avec de nombreux partenaires sont des vecteurs qui augmentent le risque de transmission des ITSS. En 2019, toute personne sexuellement active peut contracter une ITSS.

LA RELATION SEXUELLE RECADRÉE DANS LA SOCIÉTÉ ACTUELLE

Les messages véhiculés par notre culture au sujet de la relation sexuelle transparaissent, entre autres, dans les médias.

Puisque ceux-ci se classent parmi les principales influences, ils sont très présents dans notre vie. L'image de la relation sexuelle projetée par les médias est, plus souvent qu'autrement, réductrice et surréaliste.

Il est important de structurer son identité « sans se limiter à la simple imitation des modèles à la mode » (MEQ-MSSS, 2003 : 43). Il faut prendre conscience comme individu de la conception de la relation sexuelle véhiculée par les revues, les sites Internet et les idoles et savoir y **repérer les stéréotypes, les rôles sexuels véhiculés ainsi que les fausses croyances.**

Les idées comportementales et affectives valorisant la performance et la réussite ne sont pas le reflet de la réalité et de ce que vit la majorité des gens. Par exemple, il faut être conscient que dans l'univers médiatique, les jeunes couples ont des corps parfaits, sont d'habiles amants et jouissent en accord de façon simultanée

Il peut alors être difficile pour les gens de se définir et d'exercer leur esprit critique en terme de décision et d'affirmation de soi. Le fait de tenter de reproduire ce que font des idoles ou ce que l'on voit dans les médias peut avoir des répercussions sur la sexualité de la personne et sur celle des autres qu'elle côtoie.

Renseignements à toi qui as choisi ce cahier :

Il est maintenant temps d'en apprendre plus sur les relations amoureuses et sexuelles et d'être informé sur les conséquences d'un comportement responsable en matière de prévention et de protection.

Les prochains chapitres traiteront en détail de toutes les informations nécessaires pour adopter un mode de vie sain face à la sexualité. Un lexique des termes utilisés en sexualité est donc présenté afin de te guider dans cet apprentissage.

Portrait de la situation dans la société actuelle

Syphilis infectieuse: la hausse se poursuit.

Cette infection connaît une **résurgence** depuis le début des années 2000 et, depuis 2010, le taux d'incidence des cas déclarés de syphilis infectieuse est plus élevé que celui de 1984. Dans la grande majorité des cas, elle touche les hommes. Quant au nombre de cas chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans, il a plus que quintuplé depuis 2007.

Gonorrhée : une progression accrue chez les femmes.

Entre 1984 et 1997, le taux d'incidence de l'infection gonococcique a connu une réduction de 94%, pour ensuite augmenter progressivement jusqu'en 2010 (+ 245%).

Chlamydia

Une hausse constante a été observée, l'augmentation atteignant 170% entre 1997 et 2011. La tendance à la hausse touche les hommes et les femmes de tous les groupes d'âge.

Modes de transmission des ITSS (toutes époques confondues)

- **Transmission sexuelle**
  - ✓ Voie vaginale
  - ✓ Voie anale
  - ✓ Voie orale

- **Transmission sanguine**
  - ✓ Partage de matériel non stérile
  - ✓ Partage d'objets d'hygiène corporelle
  - ✓ Partage de matériel non stérile (Ex. : seringues, aiguilles, injection, inhalation, tatouage et perçage corporel)

- **Partage d'articles d'hygiène corporelle**

  (Ex. : brosse à dents, rasoir, coupe-ongles, cure-dents)

- **Transmission mère-enfant**
  - ✓ Pendant la grossesse
  - ✓ Au moment de l'accouchement
  - ✓ Durant l'allaitement

LEXIQUE

DES TERMES RELIÉS À LA SEXUALITÉ

Abstinence
Ne pas avoir de comportement sexuel.

Amour
Sentiment très intense, attachement englobant la tendresse et l'attirance physique entre deux personnes.

Angoisse
Sentiment de malaise ou de peur associé à une situation donnée.

Comportement sexuel
Ensemble des conduites sexuelles d'un individu, par exemple le fait d'embrasser quelqu'un, ou encore d'avoir des relations sexuelles.

Comportement sexuel sécuritaire
Comportements sexuels incluant l'utilisation de contraception et de protection visant à réduire les risques d'une grossesse non planifiée ou d'attraper une ITSS.

Contracter
Attraper ou être contaminé par une maladie ou une infection.

Cunnilingus
Pratique sexuelle consistant à stimuler la vulve avec la langue, les lèvres ou la bouche.

Éjaculation
Pour le garçon, l'éjaculation réfère à la sortie du sperme à l'extérieur du pénis.

Érection
Réfère au gonflement et au durcissement du pénis lors de l'excitation sexuelle du garçon.

Fellation
Pratique sexuelle consistant à stimuler le pénis avec la bouche, les lèvres ou la langue.

Grossesse non planifiée
Grossesse qui survient chez une fille alors que cette dernière ne s'y attendait pas. Cela arrive majoritairement lors des relations sexuelles non protégées.

ITSS
Infections transmissibles sexuellement et par le sang.

Masturbation solitaire
Pratique sexuelle consistant à obtenir seul du plaisir sexuel en caressant ses organes génitaux.

Masturbation à 2
Caresser le sexe de l'autre personne, sans pour autant qu'il y ait une pénétration ou contact des organes génitaux des deux partenaires.

Mode de transmission
Façons d'attraper une maladie ou une infection.

Pudeur
Sentiment de gêne, de retenue face à ce qui touche la sexualité.

Relation amoureuse
Relation comprenant généralement deux personnes, soit de sexe opposé ou de même sexe, qui sont attirées l'une envers l'autre.

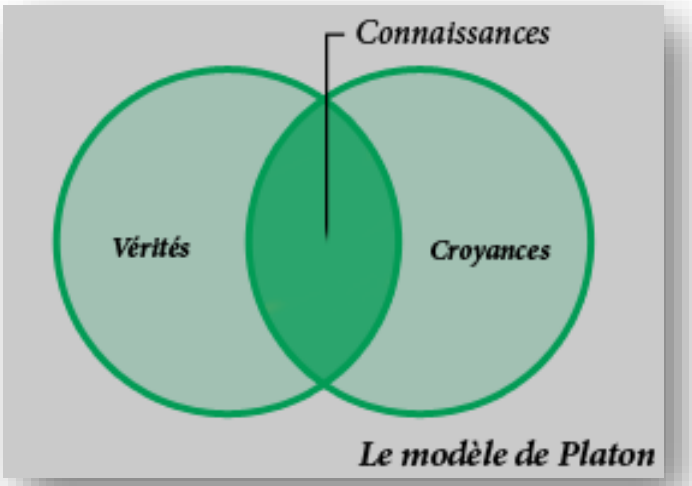
Relation orale génitale
Pratiques sexuelles au cours desquelles la bouche, la langue ou les lèvres stimulent la zone génitale féminine ou masculine.

Résurgence
Réapparition d'une maladie ou d'une infection qu'on croyait disparue.

Sexualité
Concerne chaque personne dans tout ce qu'elle est et représente l'ensemble des caractéristiques propres à chaque sexe. La sexualité n'est pas que génitale, elle comprend plusieurs dimensions, dont la dimension anatomique (corps humain), affective (émotions), psychologique (estime de soi), etc.

Signe et symptôme
Indice permettant de voir l'apparition d'une infection ou d'une maladie.

SIDA
Syndrome d'immunodéficience acquis



Jeu-questionnaire sur les ITSS

VOUS ALLEZ DANS UN PREMIER TEMPS VÉRIFIER <u>VOS PROPRES PERCEPTIONS ET CONNAISSANCES</u> CONCERNANT LES ITSS.

À LA FIN DU CAHIER, VOUS POURREZ CONFIRMER OU NON VOS CONNAISSANCES DE DÉPART.

Vrai ou faux?

1. Une personne peut avoir une infection transmise sexuellement et par le sang (ITSS) sans le savoir. _____

2. Il est normal pour les femmes d'avoir des pertes vaginales. _____

3. Une personne qui a déjà contracté une ITSS et a été traitée ne peut pas la contracter à nouveau. _____

4. Le VIH est présent surtout dans le sperme, le sang, les sécrétions vaginales, le lait maternel. _____

5. La chlamydia et la gonorrhée peuvent causer une infection pelvienne. _____

6. Une femme enceinte qui a contracté une ITSS peut la transmettre à son fœtus ou au nouveau-né. ____

7. La plupart des ITSS guérissent en l'absence de traitement si l'on attend assez longtemps. _____

8. Les ITSS qui ne sont pas traitées peuvent provoquer la stérilité. _____

9. Les contraceptifs oraux offrent une excellente protection contre les ITSS. _____

10. Les condoms peuvent aider à prévenir la transmission des ITSS. _____

11. Si l'on connaît bien son partenaire, on ne peut pas contracter d'ITSS. _____

12. La chlamydia est l'ITSS la plus commune. _____

13. Les personnes sexuellement actives devraient consulter un médecin et passer un test de dépistage d'ITSS une fois par année. _____

Réponse brève

14. Quels conseils donneriez-vous à quelqu'un qui pense avoir une ITSS?

_____

_____

_____

15. Comment peut-on éviter de contracter une ITSS?

_____

_____

_____

***Jeu-questionnaire sur les ITSS**: Adapté, avec permission, du document intitulé Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive. Tous droits réservés © 2001 par la Fédération pour le planning des naissances du Canada.*

Chapitre 2

La dimension biologique

Intrinsèquement liée au corps, cette dimension comprend tout ce qui touche la biologie et la physiologie de la sexualité.

Ainsi, il peut être question entre autres, d'orgasme, d'excitation, d'anatomie, de reproduction, de contraception, de grossesse, d'ITSS ou de réactions physiologiques. Au-delà des fonctions sexuelles, cette dimension inclut aussi le fonctionnement général du corps ayant un impact sur la sexualité.

Enfin, elle comporte aussi la prévention des maladies, les consultations médicales et la gestion du stress.

QUAND RIEN NE VA PLUS DANS MON CORPS

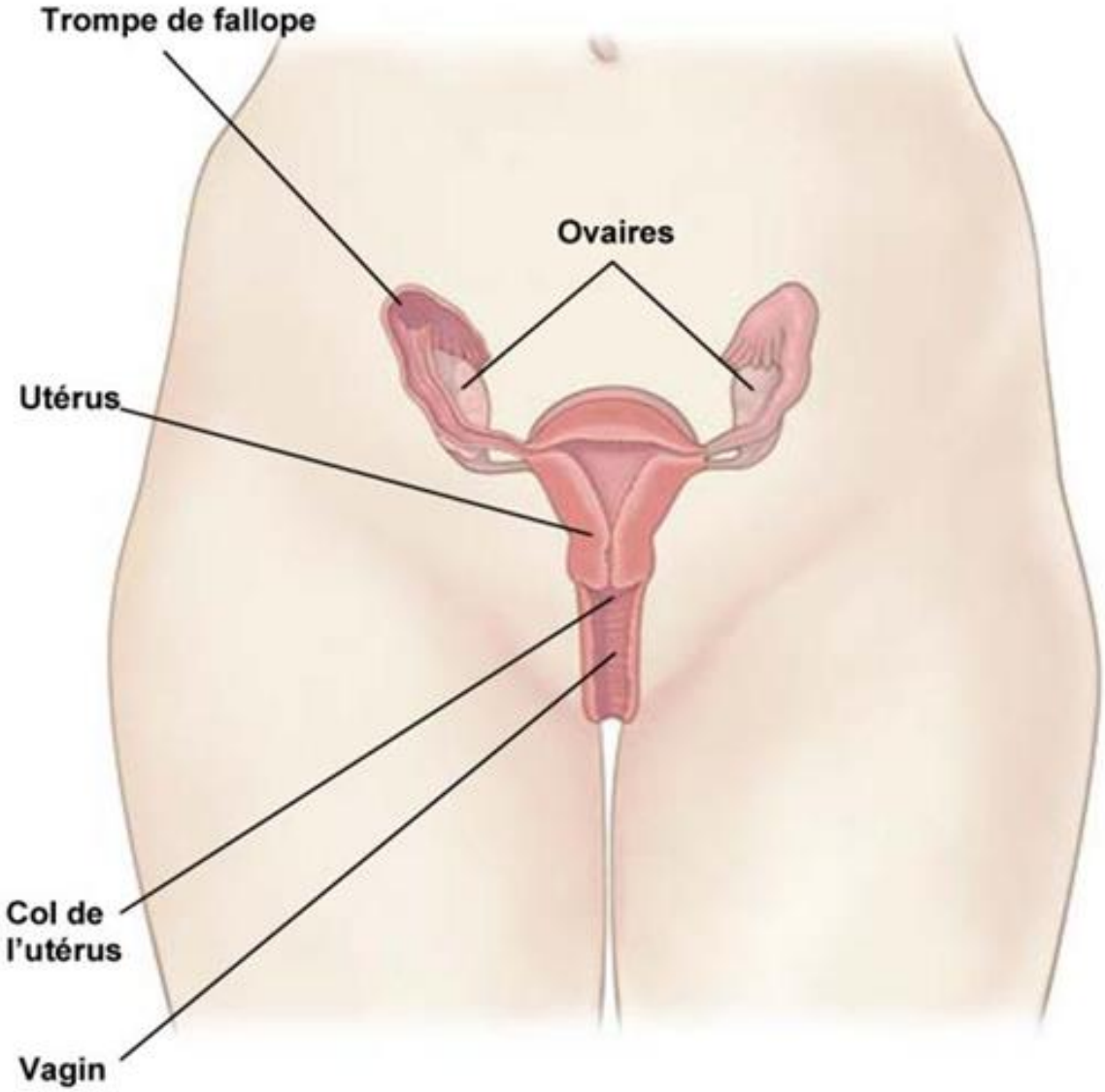
C'est quoi ITSS ?

Les **Infections Transmissibles Sexuellement et par le Sang** ou "ITSS" sont causées par des bactéries, des virus ou des parasites. Elles se transmettent au cours de relations sexuelles avec ou sans pénétration, d'échanges de jouets sexuels, par contact direct ou indirect avec le sang d'une personne infectée, par le partage de matériel d'injection de drogues ou de stéroïdes et de matériel d'inhalation ou encore lors de tatouages ou de perçages faits avec du matériel non stérile.

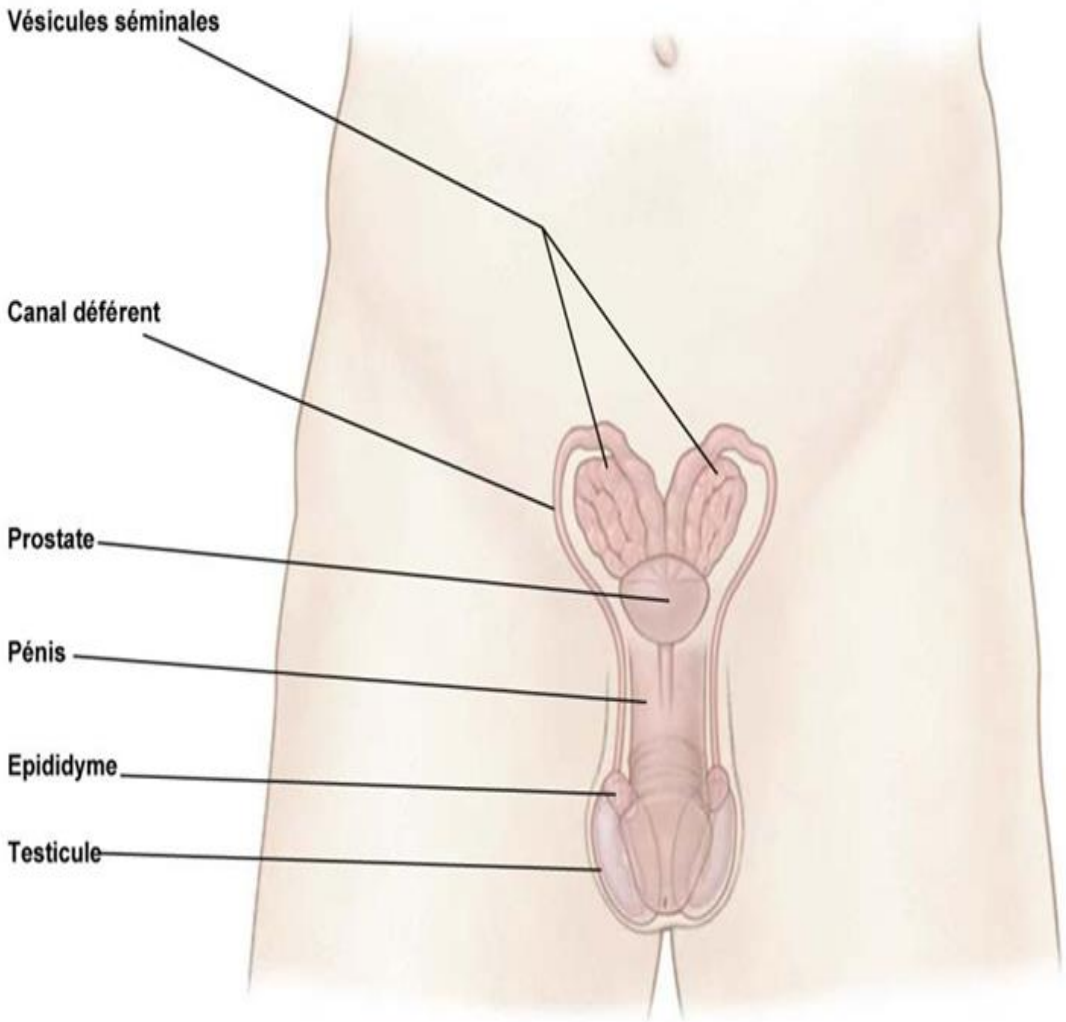
LES ITSS

- ✓ **Descriptions**
- ✓ **Symptômes**
- ✓ **Traitements**

Anatomie de la femme



Anatomie de l'homme



Chlamydia (Chlamydiose)

De quoi s'agit-il ?

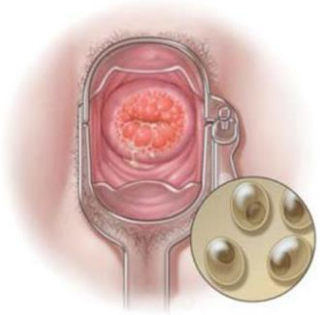
- C'est l'infection transmissible sexuellement de nature bactérienne la plus courante.
- La plupart de ces infections sont détectées chez les personnes de 15 à 24 ans.
- Le col de l'utérus et l'urètre, et occasionnellement le rectum, la gorge et les yeux, peuvent être touchés.

Comment la chlamydia se transmet ?

- Au cours d'une relation sexuelle avec pénétration du pénis dans le vagin ou l'anus.
- Il n'est pas nécessaire qu'il y ait pénétration ou éjaculation pour la transmission.
- Au cours d'une relation orale-génitale (stimulation des organes génitaux avec la bouche).
- Au cours d'un échange de jouets sexuels.
- Une mère infectée peut transmettre la bactérie à son bébé pendant l'accouchement.

Quels sont les signes et symptômes ?

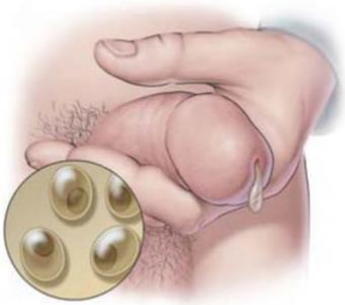
- De nombreuses personnes infectées ne présentent aucun symptôme.
- Les symptômes peuvent se manifester de deux à six semaines après l'exposition initiale aux bactéries.



Chez les Femmes

• Pertes vaginales
• Miction douloureuse
• Douleurs au bas-ventre
• Saignement vaginal après une relation sexuelle ou entre les menstruations
• Douleurs pendant les relations sexuelles
• Infection oculaire ou rectale (rarement)

Chez les Hommes



- Écoulement aqueux clair ou laiteux de l'urèt
- Démangeaisons de l'urètre
- Miction douloureuse
- Douleurs testiculaires
- Infection oculaire ou rectale (rarement)

Traitement

- Antibiotiques

Autres renseignements

- Les jeunes constituent le groupe le plus touché par la chlamydia.

- Quand elle n'est pas traitée, la chlamydia peut avoir des conséquences sur la santé :

  Chez les Femmes

  - infertilité
  - grossesse ectopique (dans les trompes de Fallope)
  - douleurs chroniques dans le bas du ventre.

  Chez les Hommes

  - Inflammation des testicules, de la prostate et du scrotum
  - Éruptions, plaies et douleurs articulaires
  - Infertilité (dans de rares cas)

Gonorrhée

De quoi s'agit-il ?

- Se situe au deuxième rang parmi les ITS bactériennes les plus courantes.
- Les deux tiers des cas déclarés au Canada touchent les hommes.
- Les personnes de 15 à 29 ans sont les plus fréquemment touchées.
- Peut affecter le col de l'utérus, l'urètre, le rectum, la gorge et occasionnellement les yeux.
- Se manifeste souvent comme une co-infection à la chlamydia.

Comment la gonorrhée se transmet-elle ?

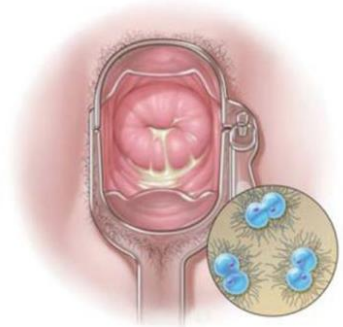
- Au cours d'une relation sexuelle avec pénétration du pénis dans le vagin ou l'anus.
- Il n'est pas nécessaire qu'il y ait pénétration ou éjaculation pour la transmission.
- Au cours d'une relation orale-génitale (stimulation des organes génitaux avec la bouche).
- Au cours d'un échange de jouets sexuels.
- Une mère infectée peut transmettre la bactérie à son bébé pendant l'accouchement.

Quels sont les signes et symptômes ?

- Souvent, aucun symptôme.

Chez les femmes

Les femmes sont la plupart du temps asymptomatiques.



- Augmentation des pertes vaginales
- Miction douloureuse
- Douleurs au bas-ventre
- Saignement vaginal après une relation sexuelle ou entre les menstruations
- Douleurs pendant les relations sexuelles
- Douleur, démangeaison ou écoulement rectaux
- Plus rarement, maux de gorge

Chez les hommes

La plupart des hommes développent des symptômes dans les deux à sept jours suivant le contact infectieux :

- Écoulement épais jaune-vert du pénis;
- Miction douloureuse;
- Enflure ou douleurs testiculaires;
- Douleur, démangeaison ou écoulement rectaux;
- Plus rarement, maux de gorge.

Traitement

- Antibiotiques

Autres renseignements

- La gonorrhée est souvent associée à d'autres infections non détectées ou non traitées.
- Les personnes infectées par la gonorrhée sont plus susceptibles de contracter et de transmettre le VIH.

Chez les femmes

• Propagation de l'infection à l'utérus et aux trompes de Fallope (syndrome inflammatoire pelvien)
• Douleurs pelviennes chroniques
• Infertilité
• Risque de grossesse ectopique
• Infection gonococcique systémique

Chez les hommes

• Inflammation des testicules
• Éruptions, plaies et douleurs articulaires
• Infertilité (dans de rares cas)
• Infection gonococcique systémique

Syphilis

De quoi s'agit-il ?

- Une infection parfois appelée la grande imitatrice car les symptômes reflètent certaines conditions courantes.
- Progresse par stades.
- Contagieuse dans la première année après le contact infectieux.

Comment la syphilis se transmet-elle ?

- Au cours d'une relation sexuelle avec pénétration du pénis dans le vagin ou l'anus.
- Au cours d'une relation orale-génitale (stimulation des organes génitaux avec la bouche).
- À l'occasion d'un contact intime (peau à peau) avec une personne infectée qui présente des lésions.
- Au cours d'un échange de jouets sexuels.
- Une mère infectée peut transmettre la bactérie à son bébé pendant la grossesse et l'accouchement.
- Plus rarement, par injection de drogues avec du matériel contaminé.

Quels sont les signes et symptômes ?

- Souvent, aucun symptôme.

- Les symptômes, lorsqu'il y en a, varient selon les stades de l'infection.

  ✓ <u>1er stade (de 3 à 90 jours après une relation sexuelle avec une personne infectée ou un contact sexuel avec un jouet sexuel contaminé)</u>:

  Présence d'ulcères non douloureux situés en général aux organes génitaux, à l'anus, à la bouche ou à la gorge.

- ✓ 2e stade (de 2 semaines à 6 mois après le début de l'infection) :

  Fièvre et autres symptômes semblables à la grippe rougeurs ou boutons sur la paume des mains, la plante des pieds ou ailleurs sur le corps.

- ✓ 3e stade (de 1 an à plus de 20 ans) :

  Dommages au cœur, au cerveau, aux os et au foie.

Traitement

- Antibiotiques en injection

Autres renseignements

- Les symptômes des 1er et 2e stades disparaissent sans traitement, mais la bactérie est toujours présente.
- Une personne est susceptible de transmettre l'infection surtout dans l'année où elle a été infectée.
- Une syphilis non traitée peut se transformer en infection chronique grave.

Herpès génital

De quoi s'agit-il ?

- Le virus de l'herpès simplex (deux types : virus herpès simplex type 1, traditionnellement associé aux feux sauvages, et virus herpès simplex type 2, traditionnellement associé à l'herpès anogénital)
- Peut causer une éruption unique ou des poussées récurrentes.
- Les poussées récurrentes peuvent être déclenchées par :

  - ✓ Le cycle menstruel chez la femme;
  - ✓ Le stress émotionnel;
  - ✓ La maladie (particulièrement la fièvre);
  - ✓ Une relation sexuelle;
  - ✓ Une intervention chirurgicale;
  - ✓ Une exposition au soleil (y compris les séances de bronzage);
  - ✓ L'utilisation de certains médicaments.

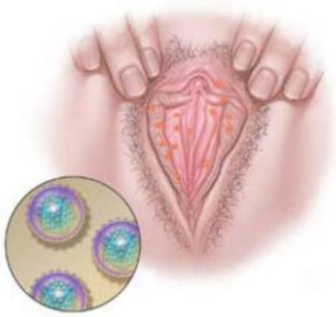
Comment l'herpès génital se transmet-il ?

- Par contact sexuel vaginal, oral ou anal direct avec un partenaire infecté;
- Par contact buccogénital avec une personne ayant des antécédents de feux sauvages;
- Par excrétion asymptomatique du virus (transmission du virus lorsqu'il n'y a pas de symptômes ou de lésions);
- D'une femme infectée à son enfant au cours de la grossesse ou de l'accouchement;
- Et moins fréquemment, il est transmis par des matières infectées contact avec des objets contaminés comme les serviettes.

- Les condoms ont une efficacité limitée quant à la prévention de l'infection étant donné qu'ils ne couvrent pas toute la région génitale.

Quels sont les signes et symptômes ?

- Souvent, aucun symptôme.
- Lorsqu'il y en a :
  - ✓ Petites cloques d'eau douloureuses sur les organes génitaux, sur les cuisses, sur les fesses, à l'anus, ou parfois à l'intérieur du vagin, sensation de brûlure en urinant, pertes vaginales ou écoulement anormal par le pénis, douleur ou écoulement au niveau de l'anus, fièvre, courbatures, maux de tête.
  - ✓ L'infection peut commencer de manière très intense ou passer inaperçue.
  - ✓ Les symptômes peuvent revenir et être précédés de signes d'alerte (ex. : démangeaisons). Le nombre et l'intensité de ces épisodes varient d'une personne à l'autre.



Traitement

- Il n'existe pas de traitement efficace pour guérir cette infection.
- Toutefois, il existe une médication :
  - ✓ pour soulager les symptômes;
  - ✓ pour réduire la durée et la fréquence d'apparition de lésions;
  - ✓ pour diminuer le risque de transmission.

Autres renseignements

- L'herpès génital:
  - ✓ est très fréquent dans la population;
  - ✓ peut se transmettre même quand la personne n'a pas de lésions visibles.

- Il existe deux types d'herpès :
  - ✓ **le type 1**, appelé « feu sauvage », se trouve le plus souvent sur la bouche, mais il se transmet aussi aux organes génitaux;
  - ✓ **le type 2** se trouve généralement aux organes génitaux et très rarement au niveau de la bouche.

- L'utilisation du condom est essentielle. Toutefois, la transmission demeure possible pour les zones infectées qui ne sont pas couvertes par le condom (ex. : cuisses, fesses).

HÉPATITE C

C'EST QUOI VHC ?

- Le Virus de l'Hépatite C ou "VHC" est un virus qui s'attaque au foie. Une fois que le virus entre dans l'organisme, il provoque une inflammation du foie qui, à long terme, mènera à des complications graves (cirrhose, cancer). Ce virus est robuste, pouvant vivre jusqu'à 3 jours à l'air libre.

- L'évolution de l'infection du foie par l'hépatite C suit certaines étapes :

    1. Fibrose : minuscules cicatrices créées pour se défendre contre l'inflammation;
    2. Cirrhose : cicatrisation généralisée de sorte que le foie ne peut pas fonctionner normalement;
    3. L'insuffisance hépatique : plus la cirrhose s'aggrave, moins le foie élimine les déchets et les toxines du corps et il a du mal à fabriquer les coagulants. La greffe est inévitable à ce stade;
    4. Le cancer du foie : les dommages causés entraînent parfois la cancérisation des cellules.

***Souvenez-vous :** Beaucoup de personnes sont concernées par l'hépatite C, vaut mieux le savoir le plus tôt possible afin de vous protéger ou de recourir aux services de spécialistes de la santé pour connaître les traitements qui s'offrent à vous !

LES MODES DE TRANSMISSION

- Le VHC se transmet par contact de sang à sang avec une personne infectée :

    - ✓ Partager son matériel d'injection avec d'autres: seringue, tampon, cuillère, filtre, etc.;
    - ✓ Partager son matériel pour sniffer (paille, crayon, papier) ou pour fumer;
    - ✓ Vous faire tatouer ou percer avec des aiguilles non stériles ou avec de l'encre contaminée;
    - ✓ Partager des objets qui peuvent avoir été en contact avec du sang: brosse à dents, coupe-ongle, lame de rasoir, couteau, etc.;
    - ✓ Participer à une séance d'acuponcture et que les aiguilles ont été réutilisées.

- Concernant les **relations sexuelles**, le **risque est faible**. Toutefois, le risque augmente si tu as des relations sexuelles non-protégées et qu'il y a présence de sang (lors des menstruations, par exemple).

Pour en savoir plus, visite le site Internet d' Infohepatitec.ca ! Plusieurs informations s'y retrouvent.

COMMENT SE PROTÉGER ?

- La meilleure façon de se protéger de l'hépatite C, c'est de toujours utiliser votre propre matériel (injection, pipe à crack, paille) pour consommer de la drogue et vos propres articles d'hygiène personnelle : c'est le meilleur moyen de réduire les risques d'attraper le VHC.

- Certaines précautions sont aussi à prendre lorsque tu décideras de te faire tatouer ou d'avoir un piercing. Assure-toi que le tatoueur déchire devant toi l'enveloppe contenant l'aiguille neuve qui servira à ton tatouage. De plus, exige que l'encre que l'on utilisera pour le tatouage ne serve que pour toi. N'oublie pas que le virus est capable de vivre 72 heures à l'air libre ou dans l'encre!

- Porte toujours un condom lors de tes relations sexuelles. Au travail ou à la maison, n'oublie pas de prendre des précautions pour éviter la propagation du virus.

Hépatite B

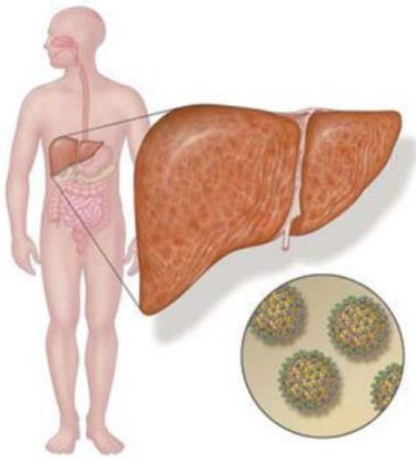
De quoi s'agit-il ?

- Virus affectant le foie.
- Un virus que l'on trouve dans le sang et les liquides organiques comprenant les sécrétions vaginales, le sperme, le lait maternel et la salive des personnes infectées.
- La plupart des personnes infectées (90 %) produisent naturellement des anticorps pour combattre la maladie, mais certaines personnes développent une hépatite chronique; elles sont porteuses du virus et sont infectieuses toute leur vie.
- L'infection chronique peut endommager considérablement le foie
- On la retrouve le plus souvent dans les pays en développement.

Comment l'hépatite B se transmet-il ?

- Par le contact des organes génitaux, de l'anus ou d'une plaie avec le sang, le sperme ou les sécrétions vaginales d'une personne infectée.
- Par contact de sang à sang :
    - ✓ partage de matériel d'injection ou d'inhalation de drogues;
    - ✓ tatouage ou perçage avec du matériel contaminé. Au cours d'un échange de jouets sexuels.

*La mère peut transmettre le virus à son bébé pendant la grossesse ou l'accouchement.



Quels sont les signes et symptômes ?

- Souvent, aucun symptôme. Jusqu'à 50 % des personnes n'ont pas de signes apparents d'infection.
- Jusqu'à huit semaines après l'exposition au virus, certaines personnes présentent des symptômes semblables à ceux de la grippe comprenant :
    - ✓ Fatigue;
    - ✓ Nausée et vomissements;
    - ✓ Perte d'appétit;
    - ✓ Éruption;
    - ✓ Douleurs articulaires;
    - ✓ Jaunissement des yeux et de la peau (dans de rares cas).

Traitement

- Le virus peut disparaître de lui-même, ou encore rester à vie dans l'organisme (la personne devient alors « porteur chronique »).
- Pour les porteurs chroniques :
    - ✓ un suivi médical régulier est essentiel
    - ✓ le vaccin contre l'hépatite A (virus qui s'attaque aussi au foie) est recommandé.

*Des traitements peuvent limiter la gravité de l'infection et, dans certains cas, ils permettent la guérison.

Autres renseignements

- ✓ Il faut inciter toutes les personnes ayant des contacts sexuels ou familiaux avec des personnes qui ont l'hépatite à se faire vacciner pour prévenir l'infection.
- ✓ L'hépatite chronique peut mener à de sérieux dommages au foie, y compris la cirrhose (destruction chronique du foie) et le cancer.
- ✓ Les personnes qui développent une infection chronique à l'hépatite requièrent un suivi du fonctionnement du foie et peuvent bénéficier d'un traitement par interférons ou médicaments antiviraux.
- ✓ Les bébés nés d'une mère ayant l'hépatite présentent un risque élevé de devenir des porteurs chroniques. Ils doivent recevoir une injection d'anticorps immédiatement après l'accouchement, suivi du vaccin.

C'EST QUOI VIH ?

- **Le VIH, c'est le Virus de l'Immunodéficience Humaine.**
- **Le VIH est le virus qui cause le Sida (Syndrome de l'immunodéficience acquise).**
- **Le VIH fait partie des Infections Transmissibles Sexuellement et par le Sang ou "ITSS".**
- **Le VIH s'attaque aux globules blancs, soit au système immunitaire.**

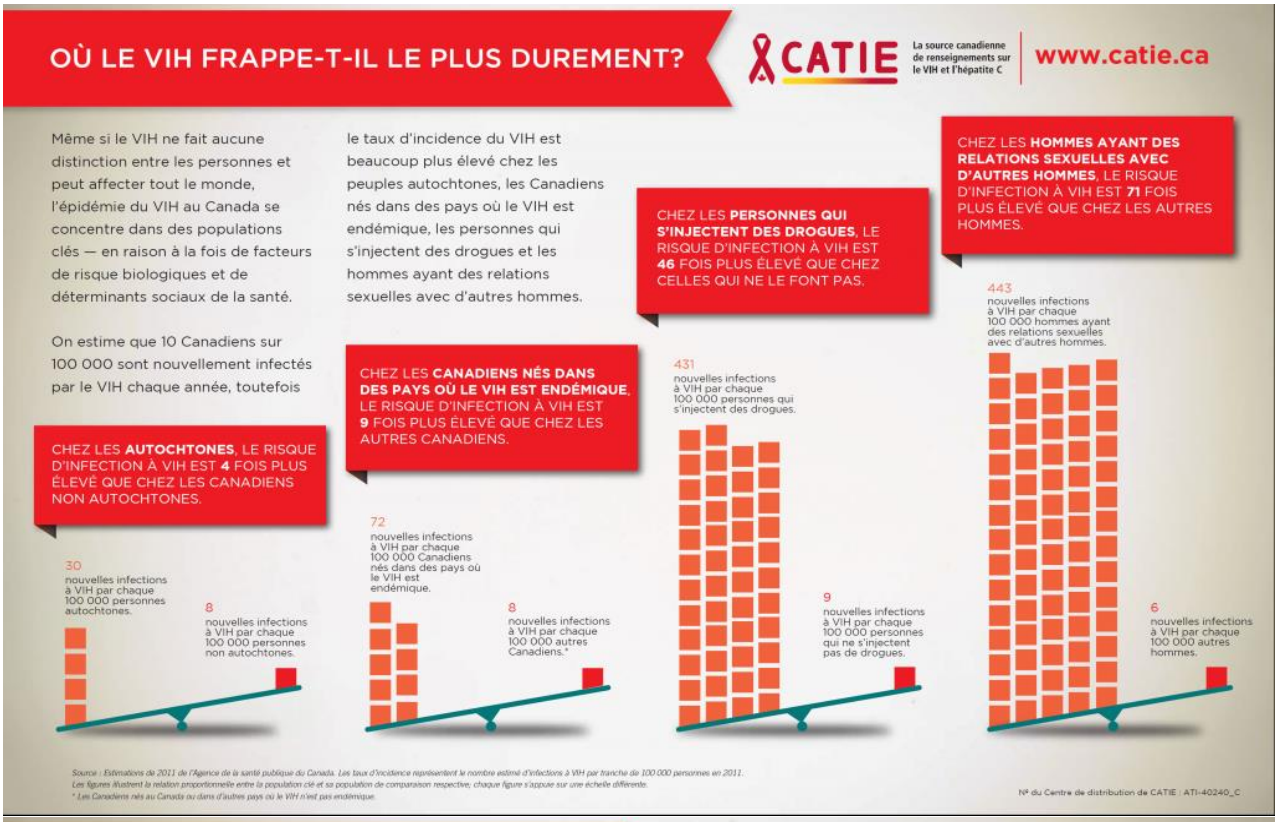
La majorité des personnes infectées ne présenteront pas de symptôme de l'infection et pourront vivre plusieurs années (8-10 ans) sans ressentir l'impact du VIH. On appelle cette phase de l'infection, la phase asymptomatique (pas de symptôme). La seule façon de savoir si on est porteur du virus est de se faire dépister.

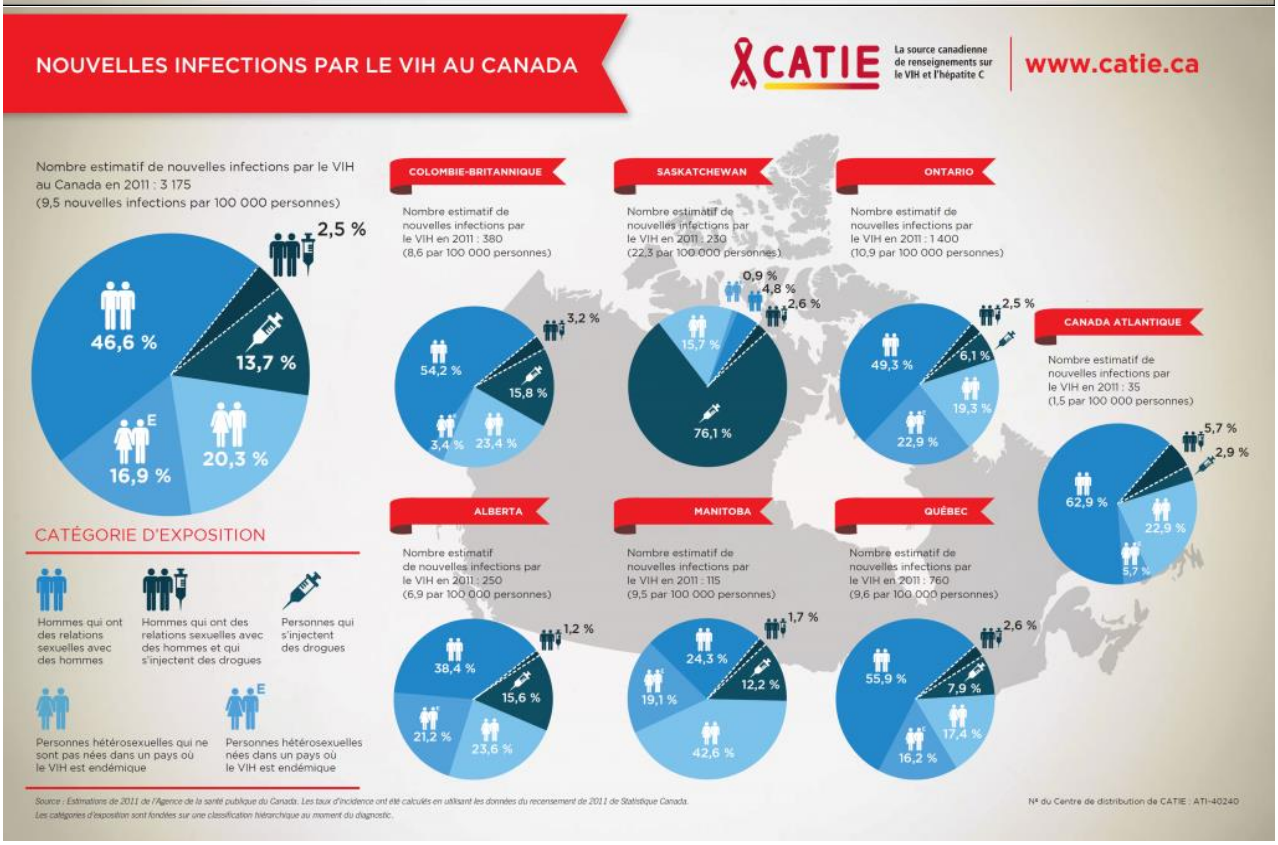
On ne meurt pas du sida.

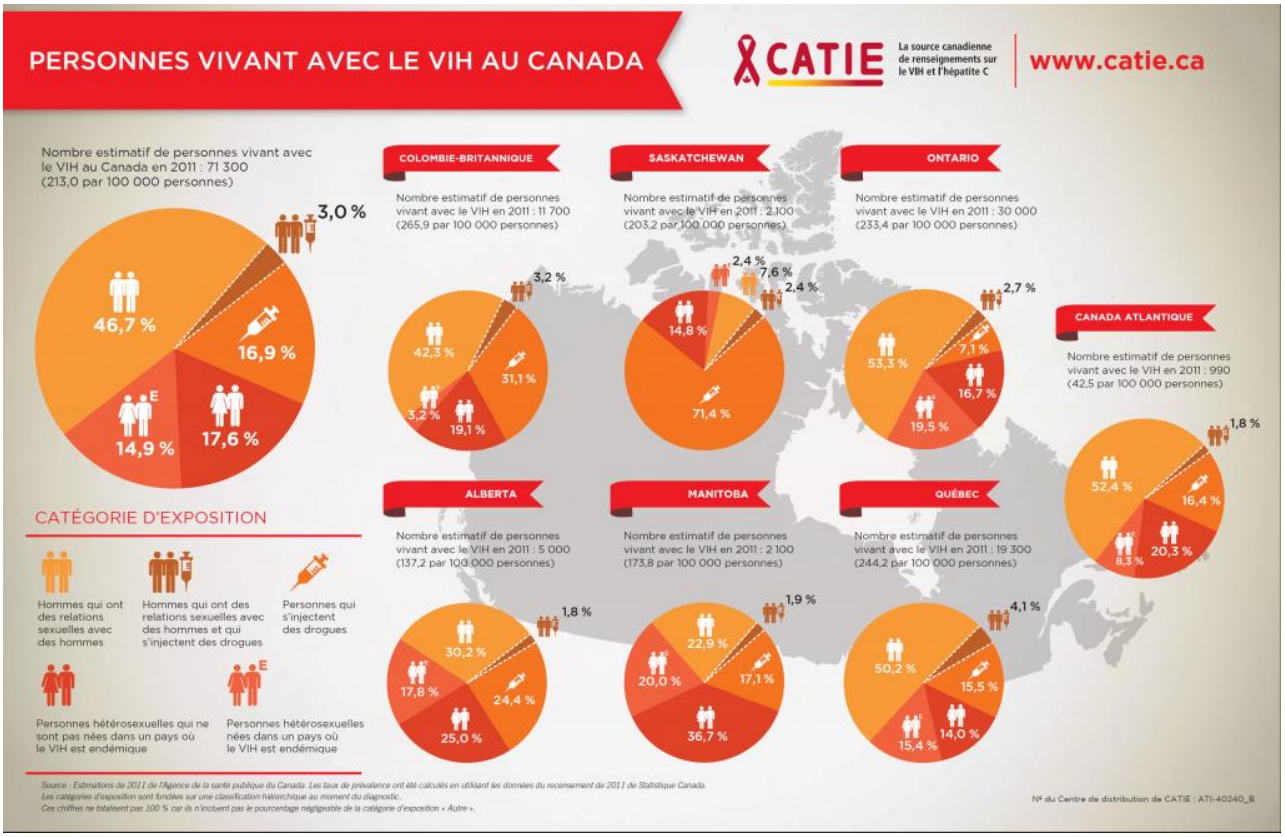
Lorsque le VIH affaiblit le système immunitaire de la personne infectée, celle-ci peut contracter des maladies opportunistes graves et mettre en danger sa santé globale. Ce sont ces maladies opportunistes comme les cancers, les pneumonies, etc., qui tuent.

Les principaux symptômes d'un système immunitaire très affecté peuvent se manifester par l'enflure des ganglions lymphatiques, des sueurs nocturnes, de la fièvre, des diarrhées, une perte de poids et une fatigue constante.

Aucun traitement n'existe pour guérir
le VIH. Il existe un traitement, la trithérapie, qui permet à une personne séropositive (porteuse du VIH) de vivre aussi longtemps qu'une personne qui n'a pas le VIH; cependant, il y a des effets secondaires.


OÙ LE VIH FRAPPE-T-IL LE PLUS DUREMENT?
CATIE
La source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C
www.catie.ca
Même si le VIH ne fait aucune distinction entre les personnes et peut affecter tout le monde, l'épidémie du VIH au Canada se concentre dans des populations clés — en raison à la fois de facteurs de risque biologiques et de déterminants sociaux de la santé.
On estime que 10 Canadiens sur 100 000 sont nouvellement infectés par le VIH chaque année, toutefois le taux d'incidence du VIH est beaucoup plus élevé chez les peuples autochtones, les Canadiens nés dans des pays où le VIH est endémique, les personnes qui s'injectent des drogues et les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes.
CHEZ LES AUTOCHTONES, LE RISQUE D'INFECTION À VIH EST 4 FOIS PLUS ÉLEVÉ QUE CHEZ LES CANADIENS NON AUTOCHTONES.
CHEZ LES CANADIENS NÉS DANS DES PAYS OÙ LE VIH EST ENDÉMIQUE, LE RISQUE D'INFECTION À VIH EST 9 FOIS PLUS ÉLEVÉ QUE CHEZ LES AUTRES CANADIENS.
CHEZ LES PERSONNES QUI S'INJECTENT DES DROGUES, LE RISQUE D'INFECTION À VIH EST 46 FOIS PLUS ÉLEVÉ QUE CHEZ CELLES QUI NE LE FONT PAS.
CHEZ LES HOMMES AYANT DES RELATIONS SEXUELLES AVEC D'AUTRES HOMMES, LE RISQUE D'INFECTION À VIH EST 71 FOIS PLUS ÉLEVÉ QUE CHEZ LES AUTRES HOMMES.
30 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 personnes autochtones.
8 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 personnes non autochtones.
72 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 Canadiens nés dans des pays où le VIH est endémique.
8 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 autres Canadiens.*
431 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 personnes qui s'injectent des drogues.
9 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 personnes qui ne s'injectent pas de drogues.
443 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes.
6 nouvelles infections à VIH par chaque 100 000 autres hommes.
Source : Estimations de 2011 de l'Agence de la santé publique du Canada. Les taux d'incidence représentent le nombre estimé d'infections à VIH par tranche de 100 000 personnes en 2011.
Les figures illustrent la relation proportionnelle entre la population clé et sa population de comparaison respective, chaque figure s'appuie sur une échelle différente.
* Les Canadiens nés au Canada ou dans d'autres pays où le VIH n'est pas endémique.
Nº du Centre de distribution de CATIE : ATI-40240_C


NOUVELLES INFECTIONS PAR LE VIH AU CANADA
CATIE
La source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C
www.catie.ca
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH au Canada en 2011 : 3 175
(9,5 nouvelles infections par 100 000 personnes)
46,6 %
13,7 %
20,3 %
16,9 %
2,5 %
CATÉGORIE D'EXPOSITION
Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes
Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes et qui s'injectent des drogues
Personnes qui s'injectent des drogues
Personnes hétérosexuelles qui ne sont pas nées dans un pays où le VIH est endémique
Personnes hétérosexuelles nées dans un pays où le VIH est endémique
COLOMBIE-BRITANNIQUE
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 380
(8,6 par 100 000 personnes)
54,2 %
15,8 %
23,4 %
3,4 %
3,2 %
SASKATCHEWAN
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 230
(22,3 par 100 000 personnes)
15,7 %
76,1 %
0,9 %
4,8 %
2,6 %
ONTARIO
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 1 400
(10,9 par 100 000 personnes)
49,3 %
22,9 %
19,3 %
6,1 %
2,5 %
CANADA ATLANTIQUE
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 35
(1,5 par 100 000 personnes)
62,9 %
22,9 %
5,7 %
5,7 %
2,9 %
ALBERTA
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 250
(6,9 par 100 000 personnes)
38,4 %
15,6 %
21,2 %
23,6 %
1,2 %
MANITOBA
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 115
(9,5 par 100 000 personnes)
24,3 %
12,2 %
19,1 %
42,6 %
1,7 %
QUÉBEC
Nombre estimatif de nouvelles infections par le VIH en 2011 : 760
(9,6 par 100 000 personnes)
55,9 %
7,9 %
17,4 %
16,2 %
2,6 %
Source : Estimations de 2011 de l'Agence de la santé publique du Canada. Les taux d'incidence ont été calculés en utilisant les données du recensement de 2011 de Statistique Canada.
Les catégories d'exposition sont fondées sur une classification hiérarchique au moment du diagnostic.
Nº du Centre de distribution de CATIE : ATI-40240



Selon les estimations de l'Agence de la santé publique du Canada , «65 000 personnes vivaient avec le VIH (y compris le sida) au Canada à la fin de 2008. De ce nombre, près de 16 900 personnes, soit 26 %, ignoraient qu'elles étaient infectées par le VIH.

Au Québec, on estime que 21 000 personnes vivent avec le VIH/sida. Chaque années, 60% des nouvelles infections proviennent des 26% des personnes qui portent le virus mais ne le savent pas.

Sources : SIDA: feuilles de résultats. Vue d'ensemble: Rapport ONUSIDA sur l'épidémie mondiale SIDA|2010
Estimations de la Prévalence et de l'Incidence du VIH au Canada, 2008 de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC)
Portrait des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) au Québec
Année 2009 (et projections 2010) – Faits saillants, Gouvernement du Québec, 2010

LES RÉALITÉS DU VIH

Le VIH comporte des réalités qui ne sont pas toujours tangibles. Le VIH est d'abord une maladie qui a un grand impact sur les habitudes de vie et sur la santé en général. Dès son diagnostic, la personne devra débuter ses traitements et changer certains comportements pour aider le bon fonctionnement de ceux-ci. Une personne séropositive devra maintenir une bonne santé pour aider son système immunitaire à combattre la multiplication du virus. Une bonne alimentation, plus de sport, pas de tabac et surtout peu de drogues et d'alcool devront être respectés pour maintenir une santé globale.

Il existe aussi plusieurs impacts sur la santé psychologique, sur la vie affective et sexuelle, sur la santé économique et surtout sur la santé sociale de la personne vivant avec le VIH.

En plus de devoir prendre des médicaments toute leur vie, de changer leurs habitudes de vie pour maintenir une bonne santé globale et de devoir être suivi régulièrement par leur médecin, les personnes séropositives subissent quotidiennement la stigmatisation des autres personnes face à leur statut.

En effet, le manque d'information qu'a la population cause très souvent une crainte inutile face à la transmission du VIH. Côtoyer tous les jours une personne séropositive n'a aucun danger pour les personnes séronégatives. **Des gestes posés naturellement comme de serrer la main, accoler, câliner, embrasser ou des gestes quotidiens comme aller à la toilette, partager de la nourriture ou simplement manger ou boire avec des ustensiles ou de la vaisselle utilisée par plusieurs ne comportent AUCUN risque de transmission du VIH.**

LES MODES DE TRANSMISSION

Le VIH peut être transmis par le biais de 6 liquides infectés :

- ✓ Le sang
- ✓ Le sperme
- ✓ Le liquide pré éjaculatoire
- ✓ Les sécrétions vaginales
- ✓ Les sécrétions anales
- ✓ Le lait maternel

Ce liquide doit entrer en contact avec une coupure, une lésion ou une microlésion.

Sur le corps humain, il existe quatre endroits où il y a plus de microlésions :

- ✓ Bouche
- ✓ Anus
- ✓ Vagin
- ✓ Gland

La transmission doit correspondre à une certaine logique mathématique :

1. Le liquide doit provenir d'une personne séropositive.
2. Il doit être en contact direct avec une porte d'entrée (coupures, micro-lésions).
3. Le contact doit avoir été fait dans un court laps de temps, le virus du VIH ne survivant pas plus de quelques secondes à l'air libre.

Il existe plusieurs comportements à risques reconnus de transmission du VIH.

- Risque faible d'être contaminé(e) par le virus du sida :

  - ✓ Fellation sans préservatif ET sans éjaculation;
  - ✓ Échange d'objet (sex toy) ou de godemiché sans préservatif;
  - ✓ Anulingus (langue-anus) sans carré de latex (digue dentaire);
  - ✓ Cunnilingus (langue-sexe féminin) sans carré de latex (digue dentaire);
  - ✓ Utilisation de matériel non stérilisé pour le tatouage ou le piercing.

- Risque fort d'être contaminé(e) par le virus du sida :

  - ✓ Fellation sans préservatif ET avec éjaculation;
  - ✓ Pénétration vaginale sans préservatif;
  - ✓ Pénétration anale (sodomie) sans préservatif;
  - ✓ Échange de seringue ou de pipe à crack lors d'injection ou d'inhalation de drogue.

COMMENT SE PROTÉGER ?

Transmission

- Le VIH se transmet d'une personne séropositive lorsqu'un ou plusieurs des liquides transmetteurs du VIH (sang, sperme, liquide pré-éjaculatoire, sécrétions vaginales, sécrétions anales ou lait maternel) entre en contact avec le sang d'une autre personne par l'entremise d'une porte d'entrée (lésion, microlésion ou coupure).

Personne séropositive + Liquide transmetteur + Porte d'entrée = transmission

*Une règle à suivre : se protéger = protéger sa propre santé.
**Avoir des condoms, du lubrifiant et du matériel de consommation qui nous est propre et sous la main diminuera les risques de contracter le VIH.

Se protéger du VIH

Comportements à risque	Contraception	Détails
Pénétrations vaginales et anales	Utilisez EN TOUT TEMPS un condom	Le condom (masculin ou féminin) est le seul moyen de contraception sûr contre la transmission du VIH, s'il est porté correctement et systématiquement. Avant d'utiliser un condom, vérifiez la date d'expiration et l'état de l'emballage. S'il est endommagé, s'il n'y a plus d'air à l'intérieur ou s'il est déchiré, jetez-le et prenez-en un autre. De plus, pour améliorer le confort et pour empêcher le condom de se déchirer, utilisez un lubrifiant à base d'eau. N'utilisez un condom qu'une seule fois et avec une seule partenaire.
Sexe oral (cunnilingus, fellations ou anulingus)	Utilisez EN TOUT TEMPS un condom ou une digue dentaire	Utilisez un condom à saveur pour une meilleure expérience. Vous pouvez aussi confectionner une digue dentaire vous-même avec un condom à saveur coupé aux deux extrémités et dans le sens de la longueur.

	(carrée de latex)	
Drogues injectables et inhalables	Utilisez EN TOUT TEMPS une seringue neuve et du matériel d'injection qui vous est propre.	Du sang présent sur ce matériel pourrait être infecté. Ne partagez jamais votre seringue, votre cuillère ou votre tampon à injection. De plus, lors d'inhalation de drogue, utilisez votre pipe à crack, ne la prêtez pas et assurez-vous de son état. Une blessure par brûlure ou coupure aux lèvres pourrait être la porte d'entrée du virus lors du partage de drogues. Il est possible de se procurer du matériel stérilisé et sécuritaire gratuitement.
Tatouages et piercing	Matériel stérile et neuf pour chaque client	Assurez-vous que tatoueur ou perceur utilise du matériel stérile et neuf pour chaque client. L'aiguille, l'appareil et l'encre à tatouage peuvent être infectés, ainsi que l'aiguille de perçage. Assurez-vous que votre tatoueur/perceur ouvre l'aiguille devant vous et qu'il la jette après usage. Assurez-vous aussi qu'il utilise des pots d'encre individuels et que ceux-ci sont jetés après votre passage. Pour ne courir aucun risque, vous pouvez vous procurer votre encre en demandant conseils à votre tatoueur.
Partage d'objets sexuels	Objet sexuel personnel ou condoms	Aussi fantaisiste que cela peut paraître, un objet sexuel ne doit pas être prêté ou emprunté. Si vous et votre nouveau (nouvelle) partenaire utilisez le même objet sexuel, couvrez-le d'un condom et changez-le lorsque ce sera votre tour ou utilisez uniquement un objet par partenaire.

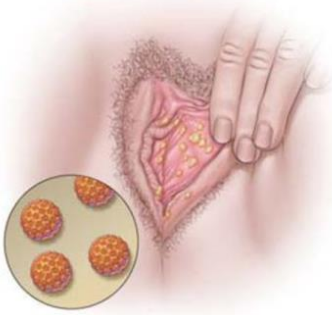
Virus du papillome humain (VPH)

De quoi s'agit-il ?

- Une des infections transmissible sexuellement les plus courantes.
- Il y a plus de 100 types de VPH; 40 d'entre eux peuvent causer une infection anogénitale.
- On estime que 75 % de la population adulte aura au moins une infection au VPH au cours de sa vie.
- Les types de VPH à faible risque causent des verrues anogénitales et d'autres lésions bénignes.
- Les types à risque élevé sont associés au cancer (du col de l'utérus principalement).
- La vaccination est disponible pour prévenir certains types de VPH.
- La plupart des infections au VPH disparaissent d'elles-mêmes dans l'intervalle d'un an ou deux.

Comment le virus du papillome humain (VPH) se transmet-il ?

- Au cours d'une relation sexuelle avec ou sans pénétration du pénis dans le vagin ou l'anus.
- Au cours d'une relation orale-génitale (stimulation des organes génitaux avec la bouche).
- À l'occasion d'un contact intime (peau à peau) avec une personne infectée (avec ou sans lésions).
- Au cours d'un échange de jouets sexuels.
- Rarement, la mère peut transmettre le virus à son bébé pendant l'accouchement.



Quels sont les signes et symptômes ?

- De nombreuses personnes infectées par des types de VPH à faible risque ne présentent aucun symptôme (ne développent pas de verrues ou de lésions visibles).
- Chez certaines personnes, les verrues anogénitales se développent à l'intérieur d'une période de un à huit mois (sur la vulve, le col de l'utérus, le pénis, le scrotum, l'anus ou dans l'urètre). Ces excroissances peuvent être petites, molles, de couleur chair et avoir une apparence semblable à un petit chou-fleur.
- La taille et le nombre des verrues peuvent changer au fil du temps, mais la plupart des verrues finiront par disparaître.
- Durant la grossesse, les verrues peuvent augmenter en taille et en nombre puis régresser/se résorber après l'accouchement.

- D'autres symptômes peuvent comprendre :

    - ✓ Démangeaisons
    - ✓ Inconfort pendant les relations sexuelles
    - ✓ Saignement pendant les relations sexuelles

Traitement

- Plus de 90 % des condylomes disparaîtront d'eux-mêmes après deux ans.
- Habituellement, de 90 à 95 % des lésions du col de l'utérus disparaissent spontanément.
- Un traitement sera prescrit par le médecin selon l'importance des symptômes.

Autres renseignements

- Les jeunes sont particulièrement touchés par le VPH.
- Il existe un vaccin pour prévenir certains types du VPH.
- Il est important d'avoir un suivi gynécologique régulier (test de Pap).
- L'utilisation du condom est essentielle. Toutefois, la transmission demeure possible pour les zones infectées qui ne sont pas couvertes par le condom.

Poux pubiens (morpions) et gale

De quoi s'agit-il ?

- Poux pubiens

  - ✓ Il s'agit d'insectes minuscules en forme de crabe qui nichent dans les poils pubiens; on les trouve aussi sur la poitrine, dans les aisselles et les poils du visage, les sourcils et les cils.
  - ✓ Les insectes adultes mordent la peau et se nourrissent du sang de leurs hôtes. Ils pondent de petits œufs (lentes) qui adhèrent à la tige des poils.
- Gale

  - ✓ Il s'agit de mites parasites qui s'enfoncent sous la surface de la peau.
  - ✓ Les œufs pondus sous la peau éclosent ; les larves colonisent d'autres points et propagent l'infection.
  - ✓ Les mites préfèrent les endroits chauds (replis de la peau au niveau des coudes, des poignets, des fesses, des genoux, des omoplates, de la taille, des seins, du pénis, entre les doigts et sous les ongles).
    Comment les morpions et la gale se transmettent-ils ?
  - ✓ Par contact intime ou sexuel avec une personne infestée.
  - ✓ Par contact peau à peau.
  - ✓ Ils peuvent survive jusqu'à trois jours dans les vêtements et de la literie contaminés.

Quels sont les signes et symptômes ?

Poux pubiens

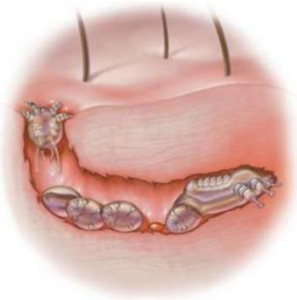
- Les poux pubiens et les lentes sont minuscules et peuvent être difficiles à déceler. Les personnes infectées sont susceptibles de présenter les symptômes suivants:

  - ✓ Irritation et inflammation cutanées accompagnées de démangeaisons et de rougeurs
  - ✓ Petits points bleus sur la peau correspondant aux morsures des poux
  - ✓ Excréments de poux (sous forme de petites particules noires) dans les sous-vêtements

Gale

- Au bout de trois ou quatre semaines:

  - ✓ Démangeaisons intenses, notamment durant la nuit
  - ✓ Éruptions rougeâtres (au niveau des doigts, des poignets, des aisselles, de la taille, des mamelons et du pénis)
  - ✓ Au fil des récurrences, les mêmes symptômes s'installent plus rapidement



Traitement

- Lotions, crèmes et shampoings antiparasites.

Autres renseignements

Poux pubien

- Le fait de gratter constamment la peau irritée peut causer une infection bactérienne secondaire.
- Tous les partenaires sexuels entrés en contact avec la personne infectée dans le mois précédant le diagnostic doivent être traités afin de prévenir une ré-infestation.
- Les objets contaminés devraient être lavés ou nettoyés à sec, ou laissés dans un sac pendant une semaine. Les objets qui ne peuvent être lavés ou mis dans un sac devraient être passés à l'aspirateur.

Gale

- Le fait de gratter constamment la peau irritée peut causer une infection bactérienne secondaire.
- Tous les articles ménagers et tous les partenaires sexuels rencontrés au cours du mois écoulé doivent être traités afin de prévenir la ré-infestation.
- Les objets contaminés devraient être lavés ou nettoyés à sec, ou laissés dans un sac pendant trois à sept jours. Les objets qui ne peuvent être lavés ou mis dans un sac devraient être passés à l'aspirateur

- Les infections graves s'observent généralement chez les personnes dont le système immunitaire est affaibli : la peau peut se couvrir de squames ou de croûtes, ce qui exige un traitement plus complexe et plus radical

Trichomonase

De quoi s'agit-il ?

- Infection causée par *Trichomonas vaginalis,* un micro-organisme unicellulaire présent dans l'urètre, la vessie, le vagin, le col de l'utérus ou sous le prépuce.

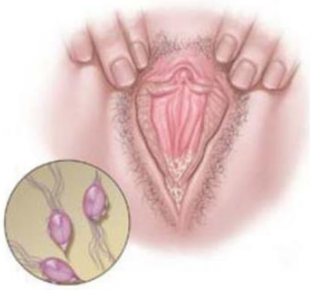
Comment la trichomonase se transmet-elle ?

- Par les activités sexuelles non protégées, y compris la masturbation mutuelle et le partage de jouets sexuels.

Quels sont les signes et symptômes ?

Chez les femmes

- Environ la moitié des femmes infectées présentent des signes d'infection, notamment :
    - ✓ Pertes vaginales bulleuses, blanchâtres ou jaune-vert
    - ✓ Vagin irrité ou présentant des démangeaisons
    - ✓ Douleurs durant les relations sexuelles ou la miction (uriner)



Chez les hommes

- Chez l'homme, la trichomonase est généralement asymptomatique. Lorsque des symptômes apparaissent, il peut s'agir de :

    - ✓ Rougeurs ou irritations au niveau du méat urinaire
    - ✓ Sensation de brûlure au moment de la miction (uriner) ou de l'éjaculation

Autres renseignements

- La trichomonase peut augmenter le risque de contracter et de transmettre le VIH.
- La trichomonase peut se présenter en même temps que d'autres ITS, comme la gonorrhée, la chlamydiose, la syphilis, le VIH et l'hépatite B.
- Durant la grossesse, la trichomonase peut augmenter le risque d'accouchement prématuré et de naissance de bébés de faible poids.

En chiffres :

18 000 cas déclarés de chlamydia chaque année

40 000

Québécois et Québécoises, surtout des jeunes, recevront cette année un diagnostic d'ITSS.

Prends connaissance de l'histoire de Félix et Marie-Line.

Félix et Marie-Line se connaissent depuis déjà quelque temps. Ils ne se disent pas amoureux l'un de l'autre, mais passent beaucoup de temps ensemble à bavarder, à faire du sport ou à sortir.

Félix fréquente d'ailleurs une autre fille depuis le début de l'année scolaire. Toutefois, un jour, alors qu'ils sont seuls chez Marie-Line, le désir monte et ils se rapprochent tranquillement. Ils finissent par se caresser et s'embrasser. Ayant tous deux envie d'avoir une relation sexuelle, ils se questionnent mutuellement sur la protection contre les ITSS. Marie-Line souligne qu'elle est «safe», puisqu'elle a passé son PAP test il y a quelques semaines et qu'elle n'a pas reçu de diagnostic d'ITSS. Félix, quant à lui, mentionne qu'il n'a aucun symptôme qui pourrait lui laisser croire qu'il a une infection quelconque.

Ce soir-là, ils ont une relation sexuelle non protégée par un condom. Pendant quelques semaines, Félix et Marie-Line ont des relations sexuelles régulièrement. Ils ne se protègent jamais, puisqu'ils se disent «safe». De plus, ils sont certains de ne pas avoir des ennuis avec une grossesse, puisque Marie-Line prend la pilule.

Toutefois, une lésion génitale très douloureuse est apparue hier sur le gland du pénis de Félix. Il a aussi des douleurs au moment de la miction. Comme il n'a jamais entendu parler de cela, il vérifie sur Internet afin de savoir si ce genre de lésion est grave et comment il peut s'en débarrasser. Il consulte un site sur la sexualité qui présente diverses ITSS. Même s'il ne croit pas cela possible, il décide de parcourir le site en question. Il doute sérieusement d'être infecté, car dans les dernières semaines, il n'a eu des relations sexuelles qu'avec une seule personne : Marie-Line.

Aujourd'hui, il rend visite à une infirmière au CSSS de sa région. Sa lésion correspond parfaitement à une des descriptions présentées sur le site, soit celle de l'infection au virus de l'herpès simplex. Félix est très, très inquiet car il ne croyait pas être à risque et surtout, il ne sait pas quand il a pu contracter cela. Pendant qu'il attend de rencontrer l'infirmière, Félix se questionne : doit-il en parler à Marie-Line? Quoi lui dire? Est-ce que cette ITSS est grave?

Dans le site, il était écrit qu'il n'existe pas de traitement curatif contre l'herpès, mais que des médicaments permettent de soulager les symptômes, de réduire la durée et la fréquence d'apparition des lésions et de diminuer le risque de transmission. Qu'est-ce que cela veut dire? Pourrait-il transmettre l'herpès à ses partenaires sexuelles? Est-ce que cela peut avoir des conséquences graves? Est-ce que cette lésion sera toujours aussi douloureuse?

Selon toi, quels sont les comportements à risque de Félix?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Explique ta réponse et justifie-la avec des éléments du texte.

Avec ce que tu as vu précédemment sur les ITSS, peux-tu informer Félix par rapport à l'infection qu'il semble avoir contracter?

*Réfère-toi aux fiches descriptives des ITSS afin de développer ta réponse et compléter les renseignements remis à Félix)

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Testons nos connaissances

Vrai OU **faux**

- Je pourrais contracter une ITSS même si j'utilise un condom. _____
- Je prends la pilule, on n'a donc pas besoin d'utiliser le condom. _____
- Il y a peu d'avantages à utiliser le condom. _____
- C'est très embarrassant d'acheter des condoms. _____
- Le temps que j'enfile un condom, j'aurai perdu mon érection. _____
- La dernière fois, on n'a pas utilisé de condom. Ça ne sert plus à rien d'en mettre. _____

Pour une vision juste de la situation :

Défaire les mythes, miser sur la réalité

Mythe ***Des ITSS, il n'y en a pas vraiment au Québec.***

Réalité :

En réalité, le nombre de cas déclarés d'ITSS augmente sans cesse, partout au Québec, au point où on parle maintenant d'une véritable épidémie.

Au Québec :

- 40 000 personnes reçoivent un diagnostic d'ITSS chaque année;
- 1 personne sur 5 est infectée par l'herpès génital;
- 3 personnes sur 4 seront, à un moment ou à un autre de leur vie, infectées par le VPH;
- Il y a deux fois plus de cas déclarés de chlamydia qu'en 1997;
- Depuis 10 ans, le nombre de cas déclarés de gonorrhée a augmenté de 200 %.

Ces chiffres sont très inférieurs au nombre de cas réels, puisqu'il s'agit uniquement des personnes qui ont reçu un diagnostic d'ITSS d'un médecin.

Plusieurs personnes infectées par une ITSS **ignorent** qu'elles sont infectées parce qu'elles n'ont pas de symptôme. Elles peuvent donc transmettre les infections, sans le savoir.

3 règles pour éviter les ITSS

- Ne te fie pas aux apparences.

  Même si la personne devant toi a l'air « correcte » et « propre », qu'elle n'a pas de symptôme, que tu la connais depuis longtemps, que tu l'aimes ou que tu as déjà eu une relation sexuelle avec elle, il y a toujours un risque.

- Utilise toujours un condom.

  Abordable, discret, simple d'utilisation et très efficace, le condom constitue la meilleure protection contre les ITSS. Pour être efficace, il doit être utilisé correctement, à chaque relation sexuelle et du début à la fin.
  L'utilises-tu comme il faut? Vérifie que c'est bien le cas en parcourant le mode d'emploi.

- Avant d'arrêter d'utiliser le condom, passe un test de dépistage.

  La seule façon de savoir que tu n'as pas d'ITSS, c'est de passer un test de dépistage. Pour trouver la clinique de dépistage la plus près de chez toi, appelle Info-Santé 8-1-1 ou consulte l'infirmière de ton école ou du CLSC.

Mythe ***Si j'avais une ITSS, je le saurais.***

Réalité :

Il est peu probable que tu constates par toi-même que tu as une ITSS, puisque la plupart des gens infectés ne présentent **aucun symptôme**. Ce n'est pas parce qu'une personne n'a pas de symptôme qu'elle n'a pas d'infection. Une personne atteinte peut transmettre une infection sans même savoir qu'elle est infectée.

Plusieurs personnes ignorent qu'elles sont infectées. C'est le cas de :

- 9 personnes sur 10 qui ont l'herpès génital;
- 9 personnes sur 10 qui ont le VPH;
- 3 personnes sur 4 qui ont la chlamydia;
- 1 personne sur 5 qui a le VIH;
- 1 personne sur 5 qui a le virus de l'hépatite C.

Les ITSS connaissent une forte augmentation partout au Québec, surtout chez les jeunes de 15 à 24 ans. Si l'on en parle tant aux jeunes, c'est parce qu'ils ont leurs premières relations sexuelles à cette période. Il faut aussi savoir qu'il n'y a pas d'âge pour contracter une ITSS.

EN CHIFFRES :

Les jeunes âgés de 15 à 24 ans représentent 66 % des cas déclarés de chlamydia et 47 % des cas déclarés de gonorrhée au Québec.

es filles de cet âge sont les personnes les plus touchées par ces infections.

LES PIRES EXCUSES……pour ne pas utiliser le condom

Idiotest

1. Si tu m'aimais, tu le ferais sans condom.

   L'amour ne protège pas contre les ITSS, mais le condom oui.

2. Si j'avais quelque chose, je le saurais.

   La plupart des ITSS ne présentent pas de symptômes. Seul un médecin peut dire si une personne a contracté une ITSS.

3. Un condom, ce n'est pas confortable et je ne sens rien.

   Le confort n'est peut-être pas le même, mais avec la variété de condoms disponibles sur le marché, il est possible d'en trouver un qui te convient. Il en existe même qui permettent d'augmenter les sensations.

4. Tu me connais, c'est sûr que je n'ai rien.

   Une personne peut être infectée par une ITSS et ne pas le savoir. Alors, même si tu connais bien ton ou ta partenaire et que tu lui fais confiance, ne prends pas de risque. Plusieurs ITS ne présentent pas de symptômes. Seuls des tests de dépistage peuvent confirmer qu'on n'a pas d'ITS.

5. Je prends la pilule, pas besoin de condom.

   Prendre la pilule est un excellent moyen de contraception. Mais ça te protège uniquement contre une grossesse non désirée, pas contre les ITSS.

6. Avec un condom, je perds mon érection.

   Pour éviter ce problème, pratique-toi à enfiler le condom. Comme ça, le moment venu, tu seras confiant et ton érection tiendra le coup. Tu peux aussi essayer une autre taille ou une autre marque de condom.

7. Je suis bien trop jeune pour avoir une ITSS.

Il n'y a pas d'âge pour contracter une ITS. D'ailleurs, les jeunes de 15 à 24 ans sont les plus touchés par certaines ITSS, dont la chlamydia, la gonorrhée et le VPH.

8. Je suis allergique aux condoms.

Des condoms en polyuréthane ou en polysoprène conçus pour les personnes sensibles au latex sont disponibles en pharmacie. Ils coûtent à peu près le même prix que les condoms en latex.

9. Un condom, c'est fait pour les «one night stand».

Un condom, c'est fait pour se protéger des ITSS en toutes circonstances. Que ce soit avec un «one night stand» ou avec ton chum ou ta blonde. Avant de cesser d'utiliser le condom, n'oubliez pas de passer un test de dépistage.

10. Ça coupe le moment.

Avec l'habitude, ça ne prendra que quelques secondes. Quelques trucs pour maintenir l'action : garde des condoms à portée de main, demande à ton chum ou ta blonde de te le mettre.

À la lumière de ce que tu viens de lire…

Quels conseils donnerais-tu?

a. Condom avec mon ex?
Je viens de reprendre avec ma blonde. On s'est laissés pendant quelques mois, mais avant, on a été ensemble un an. On ne mettait pas de condom parce qu'elle prenait la pilule et qu'on était fidèles. Certaines personnes m'ont dit qu'elle avait été avec d'autres gars depuis qu'on s'est laissés. En fin de semaine, on est supposés de se voir et je me demandais si j'étais mieux de mettre un condom.

_____

_____

_____

b. Un condom pour la fellation?
Allô! J'ai une question : est-ce que je dois demander à mon chum de mettre un condom avant de lui faire une pipe? Je ne voudrais pas avoir une ITS. Est-ce qu'on peut attraper une ITS par la bouche?

_____

_____

_____

c. Pas de sensation…
Je suis une fille de 15 ans qui sort avec un gars que j'aime super gros. On a commencé à faire du sexe ensemble et on a essayé le condom. Le problème, c'est qu'il me dit qu'il hait ça avec le condom parce qu'il ne sent rien. Donc, le compromis qu'on a trouvé, c'est qu'il met le condom juste avant d'éjaculer. Est-ce que je suis quand même protégée?

_____

_____

_____

Compare maintenant tes conseils à ceux des experts et constate si tu as bien compris ☺

a. Condom avec mon ex?

Il y a effectivement un risque à avoir des relations sexuelles sans condom, puisque tu ne sais pas si ta copine a eu des relations sexuelles avec d'autres personnes pendant votre séparation. Et toi? As-tu eu des relations sexuelles avec d'autres personnes?

Même si vous avez déjà vécu une relation stable et fidèle, vous ne savez pas ce qui s'est passé entre-temps. Dans ce cas, mieux vaut se protéger. La meilleure chose à faire est d'en discuter avec ta copine.

Il serait bien d'aller passer un test de dépistage ensemble. Vous en aurez le cœur net et une fois que vous recevrez vos résultats, vous pourrez choisir les modes de protection et de contraception qui vous conviennent. D'ici là, n'oubliez pas d'utiliser un condom à chaque relation sexuelle.

b. Un condom pour la fellation?

Certaines ITS peuvent se contracter au cours du sexe oral, même si la personne ne présente pas de symptômes. Les risques sont faibles, mais tout de même réels.
L'utilisation d'un condom pour du sexe oral offre une protection efficace. Des condoms aromatisés sont d'ailleurs conçus pour ça, dans une variété de saveurs.

c. Pas de sensation…

Retirer le pénis avant l'éjaculation ne te protège pas efficacement contre les grossesses et les ITS. Du sperme peut s'échapper du pénis avant l'éjaculation et provoquer une grossesse. Le pénis, lorsqu'il touche les muqueuses vaginales ou des lésions invisibles, peut également transmettre une ITS.
Pour protéger efficacement d'une grossesse non désirée et d'une ITS, le condom doit être utilisé avant tout contact du pénis avec la bouche, le vagin ou l'anus, du début à la fin de la relation sexuelle.
Savais-tu qu'il existe plusieurs sortes de condoms, dont certains sont plus minces ou augmentent les sensations tant chez les garçons que chez les filles? Ça vaut la peine d'essayer différents types et différentes marques de condoms, pour trouver sa sorte.

Chapitre 3

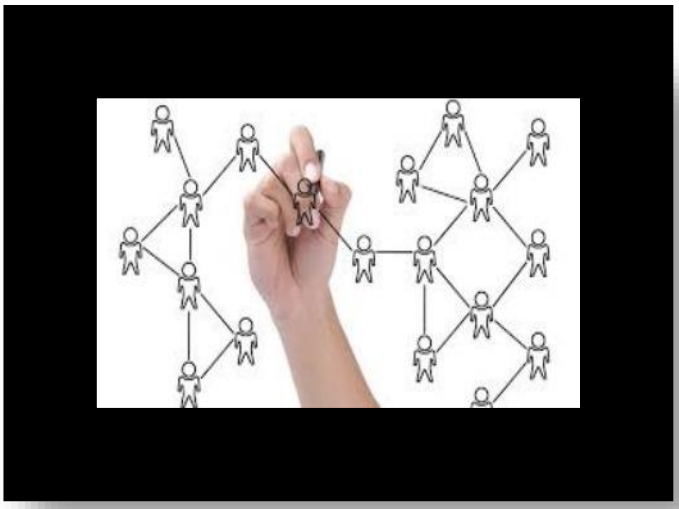
Dimension psychologique-affective et relationnelle

Cette dimension est liée à toute **la gamme d'émotions ou de sentiments** qui peuvent être générés par la sexualité. Elle inclut par exemple l'identité sexuelle, l'identité de genre, les fantasmes, l'érotisme, les préférences sexuelles, l'intimité, les blocages et traumatismes, etc.

La dimension affective n'est pas seulement liée aux individus en relation ou en couple. Elle peut générer des émotions même avec des partenaires occasionnels, soi-même ou même de parfaits inconnus.

Enfin, il importe de nommer le fait que cette dimension inclut **l'affirmation de soi, l'expression de soi, l'image corporelle, les relations affectives et la satisfaction ou l'insatisfaction.**

Les facteurs d'une relation saine entre deux partenaires



Les relations saines permettent aux gens de se sentir en sécurité, respectés et acceptés comme ils sont. Les relations malsaines font en sorte que les gens se sentent anxieux, confus, incertains et même en danger. Connaître ces différences peut t'aider à faire des choix quant aux personnes que tu fréquentes et à la durée de tes relations.

Voici des signes d'une relation saine :

- ♥ Authenticité : tu te sens à l'aise avec la personne que tu fréquentes. Essayer de changer pour plaire à une personne ne fonctionnera pas à long terme et sera peut-être frustrant pour tes amis et ta famille. Il est donc important que tu restes toi-même.

- ♥ Honnêteté : dans le cadre de ta relation, tu sens que tu peux discuter sans souci avec l'autre personne — même de problèmes ou d'inquiétudes.

- ♥ Bonne communication : Tu discutes de choses qui sont importantes pour toi ou pour ta relation. L'autre personne et toi, vous vous demandez ce que vous pensez et ressentez, et vous vous écoutez l'un l'autre.

- Respect : vous vous soutenez et vous respectez, et vous prêtez attention aux inquiétudes de l'autre. Il est important que tu te traites avec respect et que tu ne donnes pas ton accord quand des choses te mettent mal à l'aise.

- Sentiment de sécurité : si tu te sens menacé de quelque façon que ce soit, ta relation est malsaine. Il importe de se sentir en sécurité et d'avoir la conviction que ton partenaire n'essaiera pas de te blesser émotionnellement ou physiquement.

- Confiance : quand tu as confiance en une personne, c'est que tu sais que tu peux compter sur elle. Avoir confiance, c'est croire que l'autre personne sera honnête avec toi et tiendra ses promesses. Quand tu fais confiance à une autre personne, tu sais qu'elle te soutiendra et te protégera. Les intérêts de l'autre personne te tiennent à cœur, et cette dernière ressent la même chose à ton égard.

- Égalité : l'égalité fait en sorte que les relations sont sécuritaires et justes. Par exemple, être égal à l'autre dans le cadre d'une relation signifie que le pouvoir est partagé et qu'il n'y a pas une personne qui mène l'autre par le bout du nez. L'égalité signifie également que les efforts faits par chacun sont équitables. Si tu téléphones ou envoies fréquemment des textos à ton partenaire, mais qu'il ne semble pas avoir le temps de faire la même chose, il est possible que la relation soit inéquitable.

- Soutien : tu es soutenu si tu sens que l'autre personne prend soin de toi et te respecte. Dans une saine relation, les deux personnes s'écoutent, s'entraident lorsqu'elles ont des problèmes et font preuve de soutien en assistant à des événements importants pour l'autre personne, par exemple.

Relations malsaines

Les disputes sont fréquentes dans la plupart des relations. Mais parfois, les relations peuvent être toxiques au point où une personne se sent menacée ou effrayée.

Voici des signes d'une relation malsaine :

- La violence physique : ton partenaire te pousse, te frappe ou détruit tes affaires.

- Le contrôle : ton partenaire te dit quoi faire ou quoi porter, ou encore il décide à ta place quels amis tu peux fréquenter. Il vérifie constamment où tu es ou te fait des menaces (en disant qu'il va te blesser ou se faire du mal, par exemple) pour te forcer à faire des choses.

- L'humiliation : ton partenaire t'insulte, te rabaisse ou te met mal à l'aise devant d'autres personnes.

- L'imprévisibilité : ton partenaire se fâche facilement, et tu ne sais pas ce qui déclenche ses épisodes de colère. Tu as l'impression de toujours marcher sur des œufs.

- La pression : ton partenaire te pousse à faire des choses que tu n'as pas envie de faire ou pour lesquelles tu n'es pas prêt, comme avoir des relations sexuelles, prendre de la drogue ou boire de l'alcool. Il n'accepte pas tes refus et a recours à des menaces ou des ultimatums.

- Les signes avant-coureurs d'une relation toxique peuvent être considérés comme étant de la violence dans les fréquentations. Si tu subis de la violence physique, émotionnelle ou sexuelle, il est important d'obtenir de l'aide et de rester en sécurité.

Une **sexualité saine et responsable** est une composante fondamentale de la santé et du bien-être de chacun. Elle se manifeste, entre autres, par la capacité à développer et à **maintenir des relations significatives**, à s'engager dans des activités sexuelles qui sont **consentantes et plaisantes**, à prendre ses **responsabilités**, à reconnaître les conséquences de ses propres comportements et, enfin, à utiliser efficacement **des moyens de prévention contre les ITSS** et les grossesses. Respecter son/sa partenaire.

Dans les mots *relation sexuelle*, il y a **«relation»,** c'est-à-dire le lien existant entre deux ou plusieurs personnes. Pensez donc à tenir compte de votre partenaire, à **respecter ses choix sexuels** et à ne pas lui imposer des pratiques sexuelles qu'il/elle n'apprécierait pas.

C'est pourquoi il est important de **connaître ses besoins et ses envies** et surtout de pouvoir discuter de votre sexualité avant, pendant et après le rapport sexuel. Avoir confiance l'un envers l'autre va favoriser la communication entre vous.

Protection et contraception

Respecter son/sa partenaire c'est aussi le/la protéger contre les infections sexuellement transmissibles, dont le sida, et le seul moyen d'y arriver **c'est de porter un préservatif**. Le moyen le plus efficace est le préservatif.

Lors des premières relations, il est normal que vous soyez un peu gêné de sortir un préservatif, mais vous devrez arriver à dépasser ce tabou, car il est tellement important de se protéger qu'il ne faut pas prendre un risque inutile !

N'oubliez pas qu'il suffit d'un seul rapport non protégé pour contracter une ITSS !

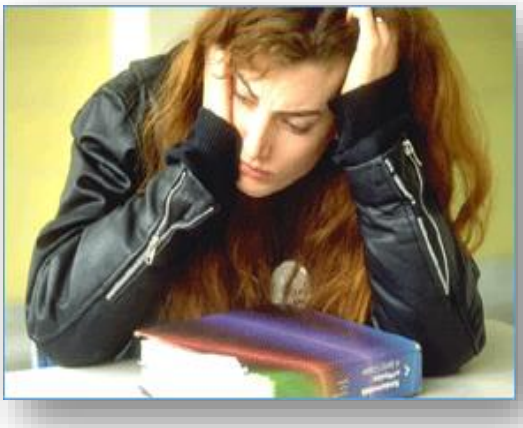
De plus, sachez qu'il existe des préservatifs de couleurs et de goûts différents et pour vous sentir plus à l'aise, vous pouvez donc aborder la question de manière moins sérieuse en proposant à votre partenaire quel goût il/elle préférerait ...

Choisir une méthode contraceptive qui vous convienne est aussi important, discutez-en avec votre partenaire, médecin ou dans un CLSC.

Ce n'est pas le choix qui manque!

Pour en finir avec la honte

Auteur : CSSS de la Pointe-de-l'île



Comment réagir face à une ITS (infection transmissible sexuellement)? Comment en parler? Comment se protéger ? Des réponses pour ne pas rester seul avec sa colère et sa honte.

« *J'ai eu une relation sexuelle avec cette personne. C'était merveilleux, trippant. Mais maintenant, j'ai une ITS. Tout à coup, cette personne devient sale à mes yeux.* »

Attraper une maladie transmissible sexuellement, ou ITS, nous fait vivre de la honte et nous donne souvent comme un sentiment de punition pour notre comportement sexuel. On se sent à part. « *J'aurais dû me douter qu'avec cette personne-là, J'aurais dû prendre des précautions, J'sais donc pas choisir !* »

Si on contracte une ITSS, on peut se sentir stigmatisé et discriminé, donc éprouver de la honte.

Qu'est-ce que la stigmatisation?

La stigmatisation est un terme général qui décrit les pensées, attitudes et sentiments négatifs et stéréotypés que des personnes peuvent avoir à l'égard d'un autre individu ou d'une communauté, sur la base de traits spécifiques comme la race, l'orientation sexuelle, le genre ou la religion. Elle contribue à identifier certains groupes comme étant moins dignes de respect que d'autres. Ces attitudes sont propagées par l'ignorance, les préjugés et la discrimination.

Qu'est-ce que la discrimination?

Lorsqu'une personne agit sur la base de ses préjugés, la stigmatisation se transforme en discrimination. La discrimination est une action ou une décision qui affecte négativement des gens. Elle peut s'observer au palier individuel (par exemple, être congédié à cause de sa grossesse ou de sa séropositivité au VIH, se voir refuser un appartement, l'abus verbal,

les blagues inappropriées, le harcèlement, se voir offrir un salaire faible, l'intimidation, être rejeté par sa famille, etc.).

La discrimination et la stigmatisation continuent de menacer sérieusement la santé sexuelle de plusieurs groupes, y compris les femmes, les personnes trans, les minorités sexuelles, les réfugiés, les personnes handicapées, les communautés rurales, les personnes autochtones, les personnes vivant avec le VIH/sida, les travailleuses et travailleurs du sexe et les personnes incarcérées. Certaines personnes subissent de la discrimination sur la base de plusieurs motifs à la fois.

ITSS et stigmatisation

Un important stigmate social entoure les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS). Cela est dû à la honte, à la peur, aux préjugés, à la discrimination, à la culpabilité et au manque de connaissances parmi la communauté générale, en ce qui a trait au fait d'attraper ou de vivre avec une ITSS.

Malgré les bienfaits du dépistage des ITSS et du VIH, la peur du stigmate et de la discrimination à l'égard des personnes qui attrapent une ITS ou qui vivent avec un virus comme l'herpès ou le VIH décourage des gens de se faire dépister et traiter, et de s'informer sur des sujets importants. Il est essentiel de vaincre cette stigmatisation afin que les gens aient accès à ce dont ils ont besoin pour s'occuper de leur santé générale, y compris de leur santé sexuelle.

Mise en situation

Cet après-midi-là, après avoir reçu de son médecin un diagnostic de chlamydia, Mégane, 15 ans, récapitule la manière dont se sont déroulées les relations sexuelles avec son ex-copain Sébastien, 16 ans. Elle est bien consciente que les choses se sont passées trop rapidement. Elle en est encore surprise, car elle ne se reconnaît pas dans ce comportement.

Il y a un peu plus d'un mois, Mégane rencontrait Sébastien à l'occasion d'une petite fête qu'un ami commun donnait chez lui, en l'absence de ses parents. Le désir, et l'effet désinhibiteur de l'alcool aidant, ils ont eu dès ce soir-là une relation sexuelle, sans condom. De toute façon, il n'était pas question de parler condom dans un moment aussi magique : Sébastien l'aurait prise pour une «courailleuse» même si lui, garçon très populaire auprès des filles de l'école, n'en était pas à sa première expérience. Mais puisqu'il n'avait pas pris l'initiative d'en parler, mieux valait laisser tomber.

Ce sont des malaises physiques devenant de plus en plus gênants qui ont amené Mégane à consulter un médecin. Pertes vaginales anormales, douleurs dans la région pelvienne et au moment de la miction : le médecin a vite compris. Il a procédé à un examen physique pour être plus sûr, et Mégane est sortie de son cabinet avec une ordonnance pour des antibiotiques. Elle a heureusement consulté à temps et ne gardera pas de séquelles physiques. Et dire qu'avant de contracter la chlamydia, Mégane ne savait même pas ce que c'était!

Pendant le traitement, et malgré l'assurance qu'elle guérirait, elle a éprouvé une vive anxiété. Et comment en parler à Sébastien? Comment lui dire qu'il lui a probablement transmis une infection? C'est d'autant plus embarrassant qu'ils viennent de rompre. Sébastien doit pourtant en être informé afin d'éviter de propager l'infection.

Avant d'être atteints, Mégane et Sébastien ne connaissaient pas grand-chose aux infections transmissibles sexuellement (ITSS). Ils avaient entendu parler du VIH et du sida, mais ne se sentaient pas visés. Les autres ITSS leur semblaient bénignes, ils étaient persuadés qu'on en guérissait facilement, par exemple avec des antibiotiques.

Plusieurs facteurs entrent en ligne de compte dans les comportements et les décisions de Mégan et Sébastien. Lis attentivement les informations suivantes, elles t'aideront à identifier les facteurs qui influencent ces deux personnes.

Facteurs qui influencent le comportement dans l'adoption de comportements responsables

Les trois éléments qu'on doit considérer pour identifier les facteurs de risque et de protection d'une personne sont :

L'INDIVIDU
LENTOURAGE IMMÉDIAT
L'ENVIRONNEMENT SOCIOCULTUREL

Ces trois évènements interviennent directement dans le développement d'un comportement **à risque** ou d'un comportement **préventif.**

Facteurs reliés à l'individu

Ses connaissances :

- les modes de transmission des infections et niveaux de risque;
- les types d'infections;
- les moyens de prévention des infections transmissibles sexuellement;
- les moyens de prévention des infections transmissibles par le sang.

Son attitude, ses caractéristiques psychologiques, ses croyances et ses perceptions :

- Avantages et obstacles concernant l'utilisation du condom;
- Avantages et obstacles concernant l'utilisation de matériel et d'aiguilles stériles;
- Mythes et croyances;
- Attitudes et caractéristiques psychologiques favorables aux comportements préventifs;
- Perception de la gravité du problème et de sa propre vulnérabilité;
- Perception de l'efficacité des moyens de prévention.

Ses habiletés personnelles :

- Stratégies de communication et d'affirmation de soi (parler, écouter, dire non);
- Valeurs, besoins et limites;
- Comportements préventifs; (avoir des condoms en sa possession, du matériel stérile)
- Négociation avec une ou un partenaire montrant de la réticence à se protéger;
- Résistance à la pression sociale;

- Gestion des émotions;
- Gestion du risque;
- Condom, matériel de tatouage et de perçage (pratiques sécuritaires).

Son entourage immédiat

Ses personnes significatives :

- Parents et famille (facteurs de protection d'ordre familial ou intergénérationnel);
- Pairs, partenaire sexuel ou partenaire sexuelle, partenaire de consommation de drogues;
- Facteurs de risque d'ordre relationnel.

Ses conditions de vie :

- Niveau de scolarité;
- Situation économique et revenus;
- Accès ou non-accessibilité au condom et à du matériel stérile;
- Situation géographique et habitat;
- Consommation ou non-consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments;
- Niveau de stress et d'anxiété;
- Présence ou absence de comportements et d'attitudes de délinquance.

Exemples de facteurs de risque

1. Absence de soutien et d'entraide
2. Relation de pouvoir et de domination avec le partenaire
3. Manipulation, violence conjugale, psychologique, physique ou sexuelle
4. Rupture du couple, séparation, divorce
5. Type de partenaire (occasionnel)
6. Pauvreté
7. Isolement
8. Consommation de drogue et d'alcool
9. Travailleurs du sexe
10. Manque d'information, manque de ressources

Exemples de facteurs de protection

1. Vision positive de la sexualité et de l'orientation sexuelle
2. Règles et milieu familial sain
3. Réseau d'amis
4. Possibilité de s'affirmer, de communiquer, de négocier
5. Entraide et soutien
6. Confiance en soi et estime de soi pour éviter de se laisser influencer
7. Capacité de refuser les comportements à risque
8. Respect de soi et des autres
9. Vision positive de la sexualité
10. Capacité d'utiliser les ressources et l'aide disponible

Lorsqu'une personne vit une situation, qu'il prend une décision trois facteurs clés interagissent : l'individu, son comportement et son environnement. La prise de risque varie selon le degré de contrôle que peut ou non exercer l'individu, et selon l'importance de l'influence exercée par son environnement.

Le but à atteindre est la recherche de l'équilibre

et l'adoption de comportements responsables et sécuritaires

au regard de la sexualité

Je comprends, je m'interroge

Après avoir lu l'histoire de Megan et Sébastien, es-tu capable d'identifier les facteurs de risque et les facteurs de protection pour chacun d'eux?

Nomme au moins deux facteurs de protection et 4 facteurs de risques.

	Mégan	Sébastien
Facteurs de risques		
Facteurs de protection		

Suggère quelques ressources d'aide que pourrait utiliser Mégan pour avoir du soutien et donne-lui un conseil pour l'aider à l'annoncer à Sébastien.

_____

_____

_____

_____

_____

Selon toi, lesquels des comportements sexuels suivants sont à risque? Entoure ceux qui te semblent risqués pour la transmission des ITSS.

- Abstinence
- Embrasser
- Caresser
- Masturbation solitaire
- Masturbation à deux
- Fellation / cunnilingus
- Relation sexuelle vaginale
- Relation sexuelle anale

Vérifie tes connaissances!

Liste des comportements sexuels et degré de risque

Abstinence : aucun risque

Embrasser : aucun risque.Sauf pour l'herpès en présence de feux sauvages et/ou VIH, hépatite B et C en présence de coupures ou de plaies à l'intérieur de la bouche.

Caresser : aucun risque. Sauf pour l'herpès, en présence de plaies, c'est rare, mais possible de l'attraper sur une autre partie du corps et/ou VIH, hépatite B et C en présence de saignement et lésions cutanées.

Masturbation solitaire : aucun risque

Masturbation à deux : risque

Fellation/cunnilingus (relations orales génitales) : risque

Relation sexuelle vaginale : risque

Relation sexuelle anale : risque

Si vous avez ou avez déjà eu une ITSS, vous êtes plus à risque d'en avoir une autre.

Même lorsqu'elles sont guéries,
les ITSS peuvent être attrapées à nouveau

RAPPEL – RAPPEL – RAPPEL – RAPPEL – RAPPEL

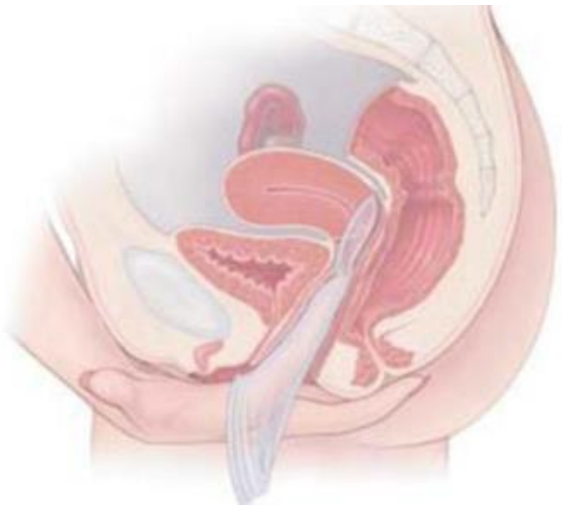
Méthodes de barrière

Le condom masculin

• Gaine qu'on place sur le pénis en érection .
• Empêche l'échange de liquides durant la pénétration et le sexe oral.
• Le condom de latex offre une protection contre la transmission de nombreuses ITS.
• Le condom de polyuréthane est également très efficace , mais il se brise plus facilement.
• Le condom fabriqué de peau de mouton ne constitue pas une barrière efficace.
•Les condoms peuvent ne pas protéger intégralement contre l'herpès et le VPH, car les virus sont susceptibles de se retrouver dans des zones non protégées par le condom.

Le condom féminin

• Gaine fabriquée de polyuréthane placée à l'intérieur du vagin avant la relation sexuelle.
• Muni de deux anneaux ; l'un placé à l'intérieur, et l'autre, demeure à l'extérieur du vagin.
• Ne doit pas être utilisé conjointement avec le condom masculin.



La digue dentaire

• Un carré de latex mince qui peut fonctionner comme barrière durant le sexe oral.
• La digue est placée sur la vulve de la femme et forme une barrière entre ses organes génitaux et la bouche du partenaire.
• Elle peut aussi servir de barrière quand le sexe oral est pratiqué sur l'anus du partenaire.
La digue est en vente dans certaines pharmacies et cliniques de santé sexuelle, mais on peut également **la fabriquer à partir d'un condom** ou d'un gant de latex.

Il suffit de:

- ✓ dérouler un condom;
- ✓ couper l'extrémité et la base à l'aide d'une paire de ciseaux;
- ✓ ouvrir le tube obtenu en coupant le long de celui-ci;
- ✓ dérouler le condom de manière à obtenir un rectangle.

INSTRUMENTS DE PERÇAGE, TATOUAGE

Les aiguilles et les instruments utilisés pour le tatouage et le perçage présentent un certain risque d'infection transmissible sexuellement et par le sang (ITSS), ***des virus des hépatites B et C et du VIH.*** *S'ils ne sont pas neufs ou stérilisés, ils sont susceptibles de contenir* ***du sang contaminé.***

Tu cours un risque quand :

Tu te fais tatouer ou percer avec une aiguille qui n'est pas neuve ou stérilisée.

Tu te protèges quand :

Tu te fais tatouer ou percer dans un contexte sécuritaire, par exemple, par un professionnel dans sa boutique;
c'est fait avec du matériel stérile qui ne sera utilisé que pour toi.

FAIT VÉCU… *Perçage maison*

L'autre soir, mon amie et moi on s'est percé le nombril avec une aiguille et des glaçons. Mes parents ne le savent pas. Je regrette un peu, est-ce que c'est dangereux?

Ton avis :

_____

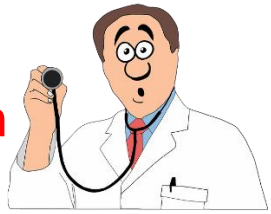
_____

*L'avis des experts

Il y a des risques à se faire des perçages ou des tatouages « maison ». Il y a, entre autres, un risque de transmission d'ITSS si toi et ton amie avez utilisé le même matériel, qui n'était pas stérilisé. Ce matériel peut avoir été en contact avec du sang.

Pour avoir l'esprit tranquille si tu as pris des risques, communique avec Info-Santé 8-1-1. L'infirmière t'indiquera la démarche à suivre pour passer un test de dépistage.

Mise en situation



Tu es maintenant médecin. Il est le temps de tester tes aptitudes à bien conseiller tes amis en visitant la clinique virtuelle. Tu peux effectuer plusieurs consultations. Elles te donneront de bons conseils tout en confirmant tes connaissances :

Suis le lien suivant et réalise des interventions dans la clinique virtuelle :

http://www.scienceenjeu.com/vitalis/itss/jeu/

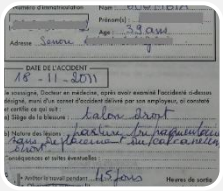
DOSSIER MÉDICAL /Consultation

Prénom : Sexe :

Âge : Il s'agit de sa : 1re visite 2e visite

Raison de la visite

Comportements sexuels



Passé médical pertinent

•recommandations du médecin:

As-tu remarqué que Stéphanie avait quelques mythes concernant les ITSS? Si oui, lesquels?

- _____
- _____

Réponses possibles :

Raison de la visite:

- Relations sexuelles sans condom.
- Veut passer un test de dépistage.

Comportements sexuels:

- 2 partenaires sexuels différents au cours des 6 derniers mois.
- N'utilise pas le condom lors de chaque relation sexuelle.

Passé médical pertinent:

- Antécédents d'ITSS: chlamydia, traitée il y a un an.

Recommandations:

- Utiliser un condom à chaque relation sexuelle
- Refaire les tests de dépistage si les résultats à ceux-ci sont négatifs.

Mythes sur les ITSS révélés lors de la consultation:

- Si on a déjà eu une chlamydia, on ne peut pas en attraper une à nouveau.

CHAPITRE 4
DIMENSION ÉTHIQUE ET LÉGALE

Dans cette dimension, la loi et le respect sont au cœur des concepts. Ainsi, elle intègre le consentement libre et éclairé à toute activité sexuelle, la responsabilité individuelle et collective de promouvoir des droits sexuels pour tous et toutes, la protection et l'intégrité de chaque personne, et enfin, le respect des lois et des codes de vie.

Source : https://media.reseauforum.org/node/11454

Les infections transmissibles sexuellement à **déclaration obligatoire** (chlamydia, gonorrhée et syphilis infectieuse)

Certaines maladies, intoxications et infections doivent obligatoirement être déclarées aux autorités de santé publique. Elles prennent alors le nom de « maladies à déclaration obligatoire » ou « MADO ».

Les maladies concernées

Les MADO sont des maladies, des intoxications ou des infections qui correspondent à certains critères, notamment :

- Elles **présentent un risque que d'autres personnes** en soient atteintes au sein de la population. C'est le cas, par exemple, pour les maladies ou les infections qui sont contagieuses.

- Elles sont médicalement reconnues comme pouvant **entraîner des problèmes de santé importants** pour les personnes qui en sont atteintes.

La déclaration obligatoire vise entre autres à protéger la population contre les menaces à la santé publique, c'est-à-dire contre les épidémies. Il s'agit donc d'une mesure qui permet aux autorités d'intervenir pour prévenir les menaces, surveiller l'état de santé de la population et éviter la propagation rapide de certaines maladies.

À titre d'exemple, les maladies, intoxications et infections suivantes font partie des MADO:
- Syphilis
- Infection à Chlamydia
- VIH et le SIDA **uniquement si la personne a reçu ou donné du sang ou des tissus**

Les renseignements transmis aux autorités

Lorsqu'un médecin ou un laboratoire médical constate la présence d'une MADO, ils doivent **obligatoirement la déclarer aux autorités de santé publique**.

Les **autorités de santé publique** auxquelles une MADO peut être déclarée sont :

- Les directeurs de santé publique régionaux;
- Le directeur national de santé publique;
- Le ministre de la Santé et des Services sociaux.

Les **renseignements qui seront transmis** aux autorités de santé publique par le médecin, le laboratoire ou tout autre professionnel autorisé incluent notamment :

- Le nom de la MADO;
- Le nom de la personne atteinte, son sexe, sa date de naissance, son adresse et son code postal, son numéro de téléphone et son numéro d'assurance maladie;
- Si applicable, la date des prélèvements pour analyse en laboratoire et les résultats obtenus;
- L'information du professionnel de la santé ou du laboratoire qui fait la déclaration (nom, numéro de permis d'exercice, numéros de téléphone où il peut être rejoint).

ATTENTION ! Pour **le VIH et le sida**, les renseignements transmis ne sont pas les mêmes. Par exemple, le nom de la personne atteinte ne sera pas transmis.

Points clés

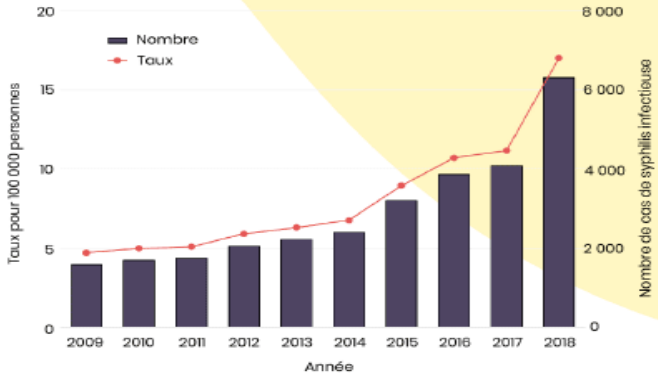
- Le taux de chlamydia a augmenté de 39 % entre 2008 et 2017.
- Le taux de gonorrhée a augmenté de 109 % entre 2008 et 2017.
- Le taux de syphilis a augmenté de 167 % entre 2008 et 2017.

Tout comme dans les autres pays à revenu élevé, les nouveaux diagnostics d'ITS ne cessent de grimper au Canada. Au Canada, les trois ITSS à déclaration obligatoire sont la chlamydia, la gonorrhée et la syphilis infectieuse.

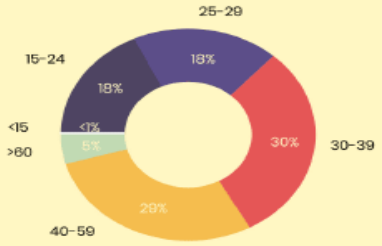
SYPHILIS INFECTIEUSE AU CANADA, 2018

Au total, **6 311** cas de syphilis infectieuse ont été signalés en 2018

Nombre de cas et taux de syphilis infectieuse au Canada, 2009 – 2018



Proportion de cas de syphilis infectieuse par groupe d'âge, 2018

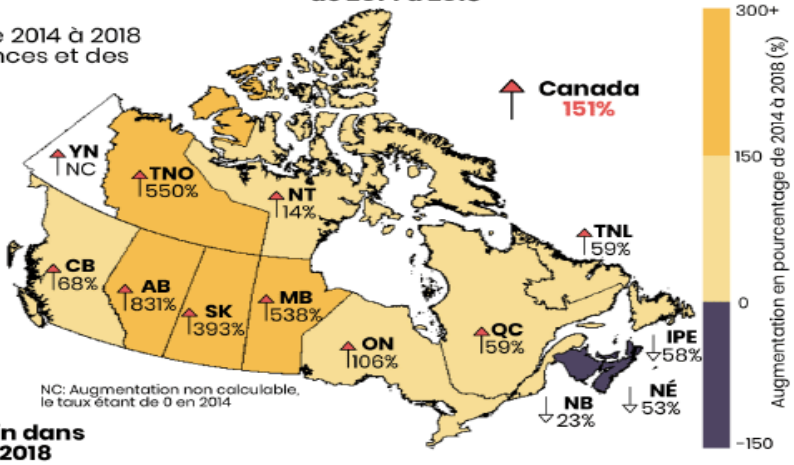


La plus grande proportion de cas est retrouvée chez les **30 – 39 ans**

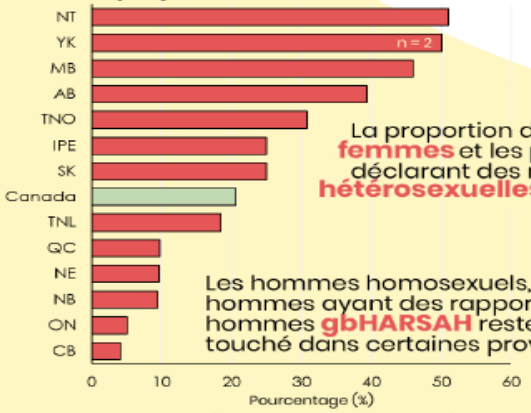
Augmentation du taux provincial et territorial (%) de 2014 à 2018

Les taux ont augmenté de 2014 à 2018 dans la plupart des provinces et des territoires

8 Provinces et territoires connaissent des éclosions



Proportion de cas de sexe féminin dans chaque province et territoire, 2018



La proportion de cas parmi les **femmes** et les personnes déclarant des relations **hétérosexuelles** augmente

Les hommes homosexuels, bisexuels et autres hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes **gbHARSAH** restent le groupe le plus touché dans certaines provinces

La proportion de cas chez les femmes a doublé au Canada depuis 2014

17 cas confirmés de **Syphilis congénitale** en 2018

Le nombre le plus élevé en 25 ans

Nous remercions les autorités de santé publique provinciales et territoriales pour le partage des données de 2018 sur la syphilis infectieuse, lesquelles sont toujours considérées préliminaires

Agence de la santé publique du Canada | Public Health Agency of Canada

Canada

SAVIEZ-VOUS QUE...?

La personne qui consent à une relation sexuelle doit être informée des risques importants que l'activité sexuelle pose sur sa santé. Si elle n'en est pas informée, son consentement n'est pas valide.

Éthiquement et légalement, est-ce qu'une personne qui vit avec le VIH doit en informer son partenaire avant d'avoir des relations sexuelles?

Ton avis :

_____

_____

_____

_____

_____

L'avis des experts (Éducaloi):

Ça dépend de la situation.

Possibilité réaliste de transmission du VIH

Une personne doit dévoiler à son partenaire qu'elle vit avec le VIH lorsqu'il existe une **possibilité réaliste de transmission du VIH**.

S'il n'y a pas de possibilité réaliste de transmission, la personne qui vit avec le VIH n'est donc pas obligée de dévoiler sa séropositivité.

Dans une décision de 2012, la Cour suprême du Canada explique qu'il n'y a pas de possibilité réaliste de transmission quand une personne a une charge virale faible et qu'elle utilise un condom lors de la relation sexuelle. La personne vivant avec le VIH n'a donc pas l'obligation de dévoiler son statut dans cette situation.

Plus récemment, l'Institut national de la santé publique du Québec a précisé que, même sans l'utilisation d'un condom, il n'existe pas de possibilité réaliste de transmission du VIH quand:

- ✓ La charge virale est très faible (moins de 200 copies par millilitre de sang)
  ET
- ✓ La personne prend un traitement antirétroviral.

Les conséquences de ne pas dévoiler son statut

Une personne qui a l'obligation de dévoiler qu'elle vit avec le VIH à son partenaire sexuel et qui ne **le fait pas pourrait être accusée de voies de fait ou d'une agression sexuelle grave.** Il faudra démontrer que le partenaire aurait refusé d'avoir des relations sexuelles s'il avait été informé de la situation.
Des accusations sont possibles même si le partenaire sexuel n'a pas contracté le VIH.

J'AI UNE ITSS

C'est confirmé, j'ai une ITSS.

Apprendre qu'on a une ITSS, ce n'est jamais agréable. Tu peux te sentir coupable, t'inquiéter, craindre d'être rejeté, être en colère ou triste.

Il ne sert à rien de t'en vouloir ou d'accuser tes partenaires. Souvent, les personnes infectées ne savent pas qu'elles le sont et elles peuvent transmettre une ITSS à leur partenaire de façon involontaire.

Mieux vaut prendre soin de ta santé, te protéger pour éviter que ça se reproduise et avertir tes partenaires pour briser la chaîne de transmission des ITSS que de chercher un coupable.

Selon le diagnostic, le médecin te prescrira le traitement qui te conviendra le mieux. Pour être efficace, le traitement doit être suivi à la lettre, du début à la fin.
Pour ne pas infecter ton ou tes partenaires, évite d'avoir des relations sexuelles pour toute la durée du traitement. Si cette situation te semble intenable, le condom s'impose.

Pourquoi avertir mes partenaires?

Il est essentiel d'avertir tes partenaires le plus vite possible pour :

- ✓ Diminuer le risque qu'ils te transmettent de nouveau cette infection;
- ✓ Leur permettre de se faire dépister, traiter et qu'ils évitent des complications;
- ✓ Éviter qu'ils transmettent l'infection à d'autres.

Quels partenaires avertir?

Pour la chlamydia ou la gonorrhée, avise :

- ✓ Tes partenaires des deux derniers mois (60 jours);
- ✓ Si tu n'as eu aucun partenaire durant cette période, avise ton partenaire le plus récent.
- ✓ Pour les autres ITSS, le médecin ou l'infirmière t'aidera à identifier quels partenaires avertir.

Je ne sais pas comment le dire à mes partenaires.

Avertir ses partenaires peut être gênant ou angoissant, mais c'est aussi un geste responsable et respectueux. Si on inversait les rôles, ne voudrais-tu pas qu'on te le dise? Même si c'est une mauvaise nouvelle, la plupart des partenaires réagissent bien et apprécient que leur partenaire les avise.

- ✓ En personne ou au téléphone

  La plupart des partenaires préfèrent se le faire dire en personne. Si tu n'es pas à l'aise en face à face, tu peux utiliser le téléphone.

En personne ou au téléphone, voici quelques trucs pour parler à ton partenaire :

- ✓ Pense à ce que tu vas dire avant de rencontrer ton partenaire ou de lui parler.

- ✓ Choisis un lieu neutre où tu pourras parler sans être dérangé. Si tu l'annonces au téléphone, assure-toi que c'est un bon moment pour parler.

- ✓ Ne tourne pas autour du pot, dis les choses simplement. Par exemple : « J'ai la chlamydia. C'est une infection transmissible sexuellement. Ça se traite avec des antibiotiques. Tu es peut-être infecté toi aussi. Tu devrais consulter un médecin ou une infirmière pour te faire dépister et traiter. ».

- ✓ Tu n'as pas besoin de donner toute l'information, tu peux lui transmettre l'adresse itss.gouv.qc.ca. Tu peux aussi lui remettre de la documentation disponible auprès de professionnels de la santé.

- ✓ Évite de blâmer ton partenaire. Il risque de se fâcher ou d'être sur la défensive, ce qui rendra la conversation plus difficile. Exemple de phrase à éviter : « Tu m'as donné la chlamydia ».

Envoi d'une lettre ou d'un courriel

Si tu trouves que c'est trop difficile de faire l'annonce en personne ou au téléphone, tu peux envoyer un courriel ou encore une lettre à ton partenaire. Avant d'utiliser un de ces moyens, demande-toi si c'est vraiment la meilleure manière de lui annoncer ou si une autre personne risque de lire ton courriel ou ta lettre. Si c'est le cas, il vaut mieux utiliser une autre méthode.

Exemple de texte à envoyer

Ce que j'ai à te dire ne fait pas mon affaire, mais je dois t'avertir que nous nous sommes probablement transmis une ITSS (infection transmissible sexuellement et par le sang). Cette ITSS s'appelle : _____

Conseils à suivre :

- ⇒ Il est possible que tu ne présentes aucun symptôme. Malgré cela, les conséquences peuvent être graves pour ta santé et, de plus, tu pourrais infecter d'autres personnes. Tu dois donc consulter un médecin.
- ⇒ Il est souhaitable d'éviter les relations sexuelles ou d'utiliser le condom tant que tu n'auras pas consulté un médecin et reçu un traitement efficace. De cette façon, tu éviteras de transmettre l'infection à quelqu'un d'autre.
- ⇒ Si tu veux plus d'information ou si tu désires obtenir les coordonnées d'un médecin qui traite les ITSS, tu peux téléphoner à Info-Santé 8-1-1.

Besoin d’aide

Si tu éprouves des difficultés à aviser tes partenaires, **des professionnels de la santé peuvent t’aider** et même avertir certains partenaires à ta place sans dire ton nom. Pour savoir comment obtenir l’aide, communique avec ton médecin, une infirmière ou Info-Santé 8-1-1.

Chapitre 5

Dimension morale, spirituelle et religieuse

Cette dimension implique toutes les règles de conduite mises de l'avant par la société ou la culture dans laquelle une personne vit. Elle inclut aussi les valeurs personnelles et transmises par les proches, l'éthique, les croyances et les principes. Pour terminer, elle englobe aussi le respect et l'ouverture à l'autre et à la diversité.

Il faut se respecter soi-même pour pouvoir respecter l'autre.

C'est en développant la relation à soi et à l'autre qu'on peut avoir une sexualité épanouie. Être responsable, c'est **agir consciemment**, en connaissant les conséquences de ses actes. Nous faisons des choix dans notre vie, vis-à-vis de nous-mêmes, de l'autre ou des autres.

Pour choisir, il faut connaître; pour connaître, il faut s'informer.

Avoir une sexualité responsable, c'est bien sûr vis-à-vis de soi-même, mais c'est aussi **avoir le souci de l'autre**, c'est-à-dire vouloir son bien, notamment en matière de **prévention des infections sexuellement transmissibles(ITSS)**. L'autre n'est pas un objet que j'utilise pour satisfaire mon attirance; je suis responsable de la relation que j'ai avec cette personne.

Selon l'OMS : La santé sexuelle est un état de bien-être physique, mental et social dans le domaine de la sexualité. Elle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui soient sources de plaisir et sans risque, libres de toute coercition, discrimination ou violence.

Hausse des violences sexuelles

Malheureusement, on assiste présentement dans la société à une hausse dans les relations amoureuses qui touche désormais plus d'un jeune sur trois.

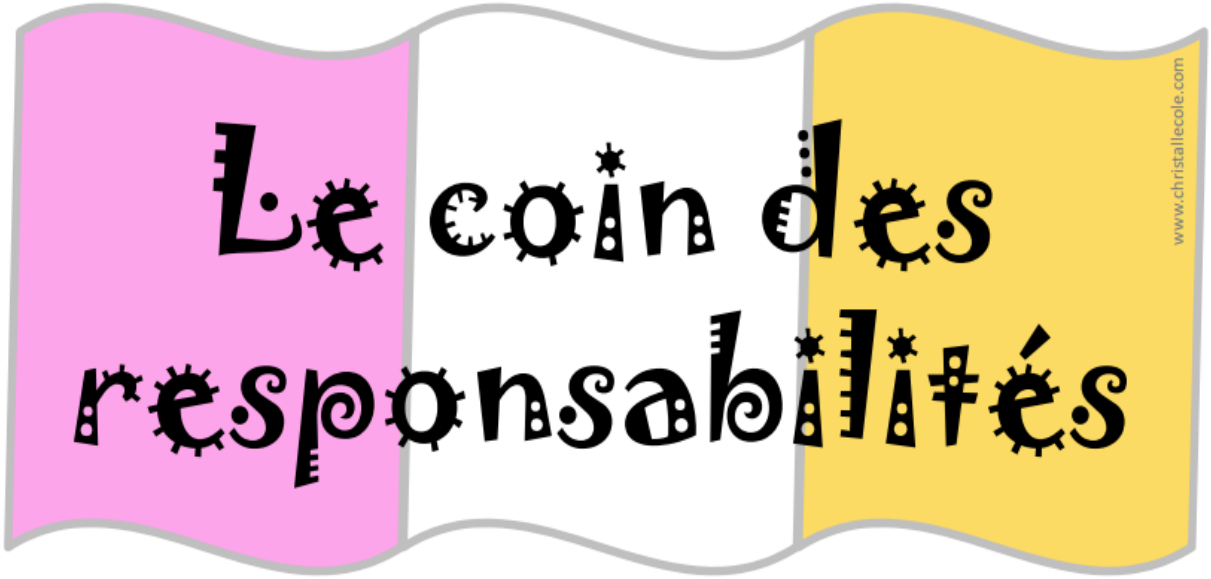
Les filles (16,8 %) sont plus nombreuses à subir la violence sexuelle que les garçons (5,4 %).

En revanche, les garçons sont plus nombreux à avoir infligé de la violence sexuelle (2,9 %) que leurs camarades féminines (1,9 %).

Autre préoccupation sur le plan de la sexualité, la présente étude montre que **l'utilisation des préservatifs est en baisse de 8 % entre 2010 et 2017.**

Selon Mikaël Berthelot, cette donnée doit être mise en perspective avec la hausse observée ces dernières années des infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS).

D'un côté, les jeunes se protègent en grande majorité contre les grossesses non désirées, mais de l'autre, ils ont tendance à ne plus se sentir menacés par le spectre des ITSS.



« Le comportement sexuel responsable est exprimé aux niveaux individuel, interpersonnel et communautaire. Il comprend l'autonomie, la réciprocité, l'honnêteté, le respect, le consentement, la protection et la poursuite du plaisir et du bien-être. Une personne qui revendique un comportement sexuel responsable ne cherche pas à nuire et s'abstient d'exploiter, de harceler, de manipuler et d'exprimer de la discrimination envers les autres. Une communauté favorise des comportements sexuels responsables en fournissant les connaissances, les ressources et en défendant les droits dont les individus ont besoin pour avoir une telle conduite. » (*Paho/Oms, Was, 2000.)*

VALEURS PERSONNELLES

COMMENT CONNAÎTRE SES VALEURS?

Voici quelques directives pour définir ce à quoi vous accordez de la valeur :

- Est-ce quelque chose que tu juges important?
- Es-tu à l'aise à l'idée que cela est important à tes yeux?
- Serais-tu à l'aise si les personnes que tu respectes savaient que cela est important à tes yeux?
- As-tu déjà posé des gestes qui démontrent que cela est important?
- Est-ce quelque chose que tu serais prêt à défendre même si les autres se moquaient de toi?
- Comment est-ce compatible avec la vision que tu as de toi-même?

COMMENT DEMANDER À L'AUTRE DE SE PROTÉGER ET DE RESPECTER SES VALEURS?

On se protège des ITSS pour ne pas mettre sa santé, sa vie et celle des autres en danger. Ça devrait être un réflexe: lorsque tu veux avoir une relation sexuelle, tu dois te protéger! Le fait de vouloir te protéger ne veut pas dire que tu n'as pas confiance en l'autre.

Pour avoir l'esprit tranquille pendant et après le sexe, le condom est le seul moyen efficace qui protège à la fois contre la grossesse et plusieurs ITSS. L'idéal, ce serait sans doute de parler de contraception avec ton·ta partenaire AVANT d'avoir des relations sexuelles. Cela vous évitera d'avoir à prendre une décision lorsque vous serez dans le feu de l'action...

À deux, vous trouverez sûrement des façons d'intégrer le condom dans votre vie sexuelle d'une manière excitante, et même amusante.

DES CONDITIONS À REMPLIR POUR CESSER L'UTILISATION DU CONDOM

Même s'il n'est pas à toute épreuve, le condom demeure la méthode de protection la plus sûre contre les ITSS. Cependant, il arrive souvent que les couples souhaitent cesser l'utilisation du condom, parce qu'ils ont une relation stable et sexuellement exclusive, parce qu'ils souhaitent utiliser uniquement une méthode contraceptive, ou encore parce qu'ils prévoient une grossesse dans un avenir rapproché.

Les deux partenaires devraient alors consulter un professionnel de la santé qui évaluera la pertinence d'effectuer des tests de dépistage. Si des tests sont requis, le condom doit être utilisé jusqu'à l'obtention des résultats.

La décision de cesser d'utiliser le condom avec son ou sa partenaire stable implique une entente tacite ou explicite d'exclusivité sexuelle ou d'utilisation du condom avec tout autre partenaire sexuel. Cet engagement est important puisque la décision, dans un couple, de cesser d'utiliser le condom exige de chacune des deux parties qu'elle protège l'autre d'une ITSS éventuelle.

On se rappellera aussi que même si le condom est très efficace contre la majorité des ITSS, il n'offre pas une protection totale, en particulier dans le cas de l'infection par le VPH et de l'herpès, dont les lésions peuvent se trouver en périphérie des organes génitaux.

Mythes ou faits ?

A. **Les seules filles avec qui j'ai eu des relations sexuelles étaient vierges, je n'ai donc pas besoin de porter de condom.**

B. **Je prends la pilule, je suis donc protégée contre les ITSS.**

C. **Comme ma blonde et moi n'avons jamais eu de relations sexuelles complètes avec personne d'autre, on n'a pas besoin d'utiliser le condom lorsqu'on a des relations sexuelles ensemble.**

D. **Je connais super bien mon partenaire sexuel, on est les meilleurs amis du monde, et je le saurais s'il avait attrapé quelque chose.**

E. **Il est tellement beau, il ne peut pas avoir une ITSS !**

F. **Je peux avoir une ITSS même si je n'ai pas de symptômes.**

G. **C'est une fille sérieuse, elle n'est pas « couraillеuse » du tout, c'est sûr qu'elle n'a rien !**

H. **Même pour les relations orales génitales, il est important d'utiliser un condom ou un carré de latex.**

I. **Ce n'est pas grave si j'attrape une ITSS, une petite pilule et c'est parti !**

J. **Si j'attrape une ITSS, je vais m'en rendre compte tout de suite à cause des symptômes.**

K. **Il est possible de contracter certaines ITSS malgré l'utilisation du condom.**

L. **On pratique juste le sexe oral, donc pas de danger d'attraper une ITSS.**

M. **Beaucoup d'ITSS ne provoquent aucun symptôme.**

N. **J'ai déjà eu une chlamydia, je suis donc immunisé contre cette infection.**

O. **Mon chum se retire toujours avant d'éjaculer, je suis donc protégée contre les ITS.**

P. **Ma copine a reçu le vaccin contre le VPH, on peut donc cesser d'utiliser le condom.**

Q. **Certaines ITSS ne peuvent pas être guéries.**

R. **À ma dernière consultation, le médecin m'a fait un test de PAP et m'a dit que tout était beau. Je n'ai donc pas d'ITSS.**

S. **On ne peut pas attraper plus d'une ITSS à la fois.**

T. **Puisque j'ai 15 ans, je peux passer un test de dépistage sans que mes parents le sachent ou doivent donner leur approbation.**

RÉPONSES

A : Mythe. B : Mythe. C : Mythe. D : Mythe.

E : Mythe. F : Fait. G : Mythe. H : Fait.

I : Mythe. J : Mythe. K : Fait. L : Mythe.

M : Fait. N : Mythe. O : Mythe. P : Mythe.

Q : Fait. R : Mythe. S : Mythe. T : Fait

♥ *Mes émotions, c'est important de les respecter.*

Avant toutes décisions, écoute-toi .

Petit guide pratique

1

2

3

4

5

6

7

Et voilà!

Motivations et barrières liées au dépistage

Lorsque vient le temps de se faire dépister, certains éléments peuvent dissuader certaines personnes d'entamer une telle démarche. Pourtant, le dépistage est une bonne habitude à prendre pour favoriser une santé sexuelle responsable : comme la santé en général, il faut en prendre soin.

Es-tu devenu expert en prévention?

Je suis en couple depuis deux ans avec la même personne. Comme je passe un examen gynécologique (PAP test) chaque année et que ma relation est stable, nous avons choisi de ne plus utiliser de condom.

Pourquoi devrais-je me faire dépister?

Ta réponse :

_____

_____

_____

_____

Éléments de réponse :

- Nous n'utilisons plus le condom.
- Par souci de protéger son/sa partenaire.
- Pour obtenir un suivi et un traitement approprié, s'il y a lieu.

Qu’est-ce qui pourrait me laisser croire qu’il n’est pas nécessaire de me faire dépister?

Éléments de réponse :

- Je suis dans une relation stable, avec quelqu’un que je connais depuis deux ans.
- Je fais un examen gynécologique (PAP test) chaque année.
- Je n’ai pas de symptômes.

*Tous ces éléments ne garantissent pas, toutefois, qu'il n'est pas nécessaire de se faire dépister. Même dans une relation stable et malgré les tests PAP et l'absence de symptômes, il est recommandé de se faire dépister pour les ITSS deux fois par année.

Conseil de pro

Le PAP test n’inclut pas le dépistage des ITSS; il s’agit d’un examen qui permet de prélever des cellules au niveau du col de l’utérus. Suite à une analyse, ce test aide à déceler des lésions précancéreuses ou cancéreuses.

Indépendamment de la stabilité ou de la durée d’une relation, il faut prendre en charge sa santé sexuelle. Il est recommandé de faire un dépistage complet une fois par année.

Il y a deux semaines, j'ai eu une relation sexuelle non protégée avec un partenaire inconnu. Un ami m'a dit que je devrais aller me faire dépister. Je sais que j'ai pris des risques, mais je me sens en forme, je n'ai pas de boutons ni de douleur. En plus, je ne sais pas trop comment je réagirais si j'avais un résultat positif et je n'ai surtout pas envie de me faire sermonner par un professionnel de la santé.

Pourquoi devrais-je me faire dépister?

Ta réponse :

_____

_____

Éléments de réponse :

- Je ne connais pas le/la partenaire.
- Je n'ai pas utilisé de protection.
- J'ai pris des risques.
- Mon ami me conseille d'aller me faire dépister.

Qu'est-ce qui pourrait me laisser croire qu'il n'est pas nécessaire de me faire dépister?

Ta réponse :

_____

_____

Éléments de réponse :

- Je n'ai pas de symptômes
- Je crains ma réaction face à un résultat positif.
- J'ai peur d'être jugé par le médecin.

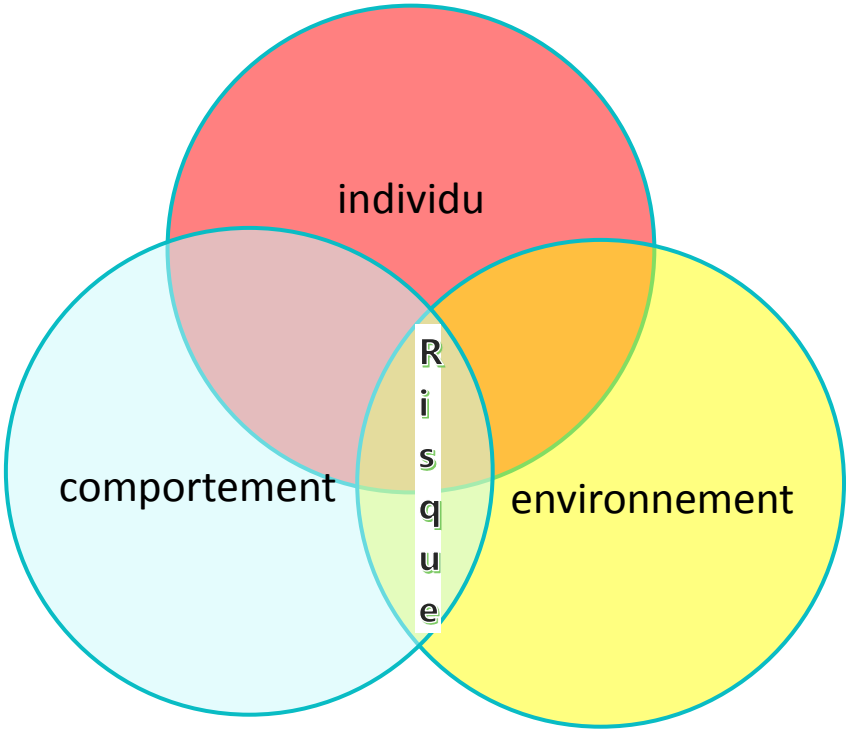
Conseil de pro

Plusieurs personnes croient, à tort, que les ITSS présentent des manifestations visibles ou bien qu'elles le sauraient si elles étaient infectées. Seul un dépistage permet de le confirmer.

La crainte d'un résultat positif empêche parfois certaines personnes de consulter un professionnel de la santé pour un dépistage des ITSS. Pourtant, une prise en charge rapide prévient les risques de complications. Les professionnels rencontrés n'ont pas à juger les pratiques sexuelles, la prise de risque ou les résultats des tests. Son rôle est d'accompagner le patient dans sa démarche et d'assurer un suivi adéquat.

Conclusion

Tout au long de ton module, tu as vu que plusieurs situations peuvent devenir risquées dépendamment de plusieurs facteurs. L'interaction entre ce que tu vis, ton environnement et ton comportement a toujours un impact dans ta prise de décision et la façon dont tu seras en situation de risque ou non.



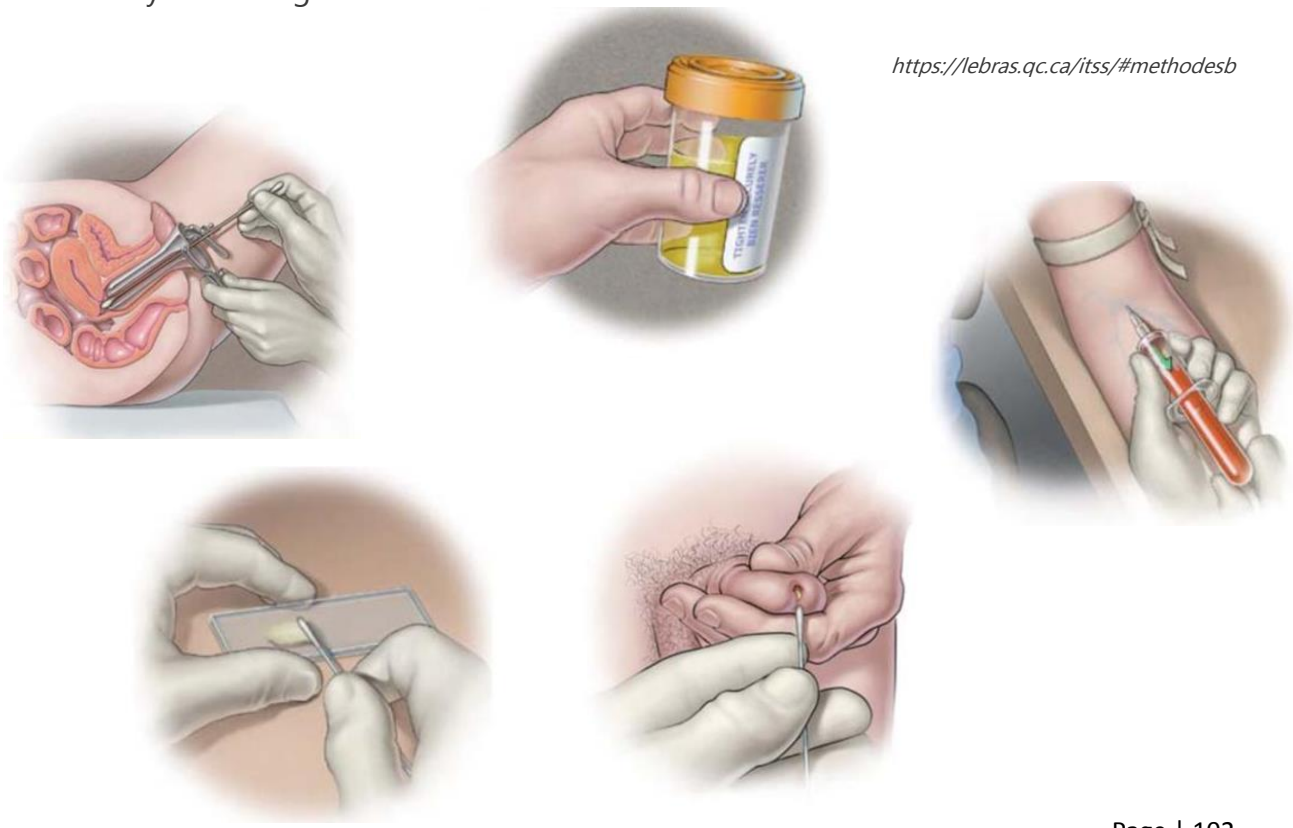
[Quand passer un test]

- Les personnes qui pensent avoir contracté une ITSS devraient demander conseil pour déterminer le moment de passer un test.
- Peu importe les symptômes, les personnes à risque devraient faire l'objet d'un dépistage régulièrement.
- Les symptômes visibles ne devraient pas être la seule raison de passer un test, étant donné que de nombreuses infections sont asymptomatiques. Si les symptômes ne sont pas présents ou si une personne est infectieuse avant l'apparition des symptômes, elle peut transmettre l'infection sans le savoir.
- Au début de toute nouvelle relation, c'est une bonne idée, pour les deux partenaires, de se soumettre à un examen et à un test de dépistage d'ITSS.
- Le doute ou le diagnostic d'une ITSS doit inciter les personnes visées à passer des tests pour détecter d'autres ITSS, si ce n'est déjà fait.

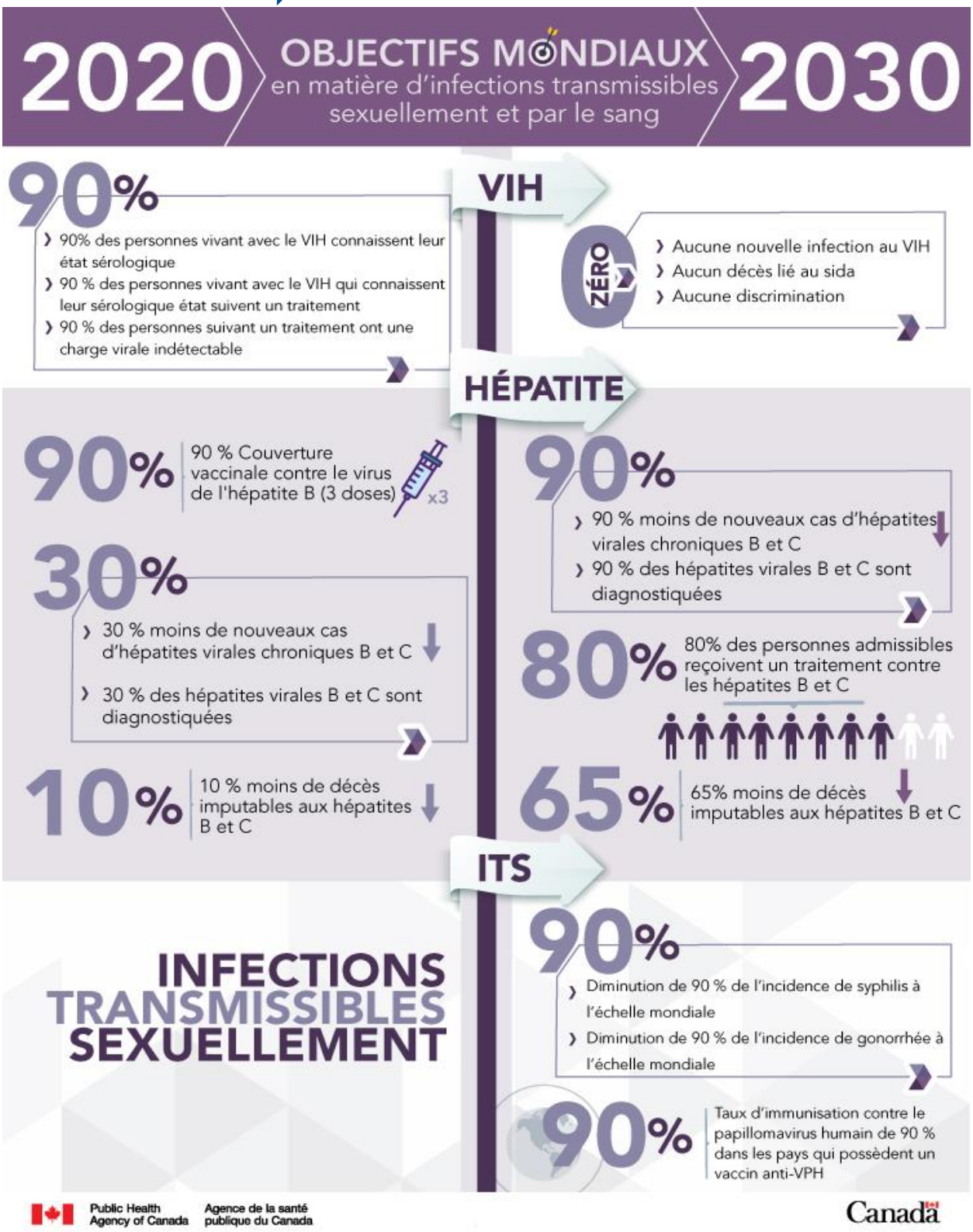
Les principales méthodes de dépistage sont:

- Prélèvement d'échantillon de l'urètre, du col de l'utérus, du vagin, de l'anus ou de la gorge.
- Analyse d'urine
- Analyse de sang

https://lebras.qc.ca/itss/#methodesb



Résumé de la situation



Ressources d'aide et de soutien

- http://piamp.net/
- Réseau de la santé et des services sociaux du Québec
- Centres de santé et de services sociaux (CSSS)
- Ligne Info-Santé du Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de sa région : 811
- Magazine Ça s'exprime : www.casexprime.gouv.qc.ca
- Santé Canada : www.hc-sc.gc.ca/
- Éducation aux adultes, Centre de documentation sur l'éducation aux adultes et la condition féminine : http://catalogue.cdeacf.ca
- slitss@msss.gouv.qc.ca
- Associations professionnelles :
  - ✓ Association des sexologues du Québec : http://www.associationdessexologues.com/
  - ✓ Regroupement professionnel des sexologues du Québec : http://www.rpsq.org/accueil.php
  - ✓ Tel-jeunes : 1 800 263-2266 http://teljeunes.com
  - ✓ Ligne parents : 1 800 361-5085
  - ✓ Centre de référence du Grand Montréal : 514 527-1375
  - ✓ Gai Écoute : 1 888 505-1010 http://www.gai-ecoute.qc.ca/
  - ✓ Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (C.A.L.A.C.S.) de sa région : www.rqcalacs.qc.ca
  - ✓ Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) : 1 866 LE CAVAC http://cavac.qc.ca

- ✓ S.O.S Violence conjugale : 1 800 363- 9010
  http://www.sosviolenceconjugale.ca/

- ✓ Suicide Action Montréal (SAM) : 1 866 APPELLE (277-3553)

- ✓ S.O.S Grossesse 1 877 662-9666 http://www.sosgrossesse.ca/

- ✓ Agressions sexuelles 1 888 933-9007 (une ligne-ressource gratuite pour les victimes d'agression sexuelle, leurs parents et les intervenants)

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Documents, revues, manuels

DORAIS, Michel et Daniel SANSFAÇON. « À propos de l'orientation sexuelle », Le Petit magazine de la formation personnelle et sociale, vol. 4, no 5, 1996, p. 1-6.

DUQUET, Francine et Anne QUÉNIART. Outiller les jeunes faces à l'hypersexualisation, Formation et outils didactiques. Accessible en ligne : http://www.hypersexualisationdesjeunes.uqam.ca DUQUET, Francine. « Les défis de l'éducation sexuelle dans le cadre du renouveau pédagogique au Québec »,

Éducation Canada, vol. 46, no 2, 2006, p. 9-12. DUQUET, Francine. « Trouver les mots justes; aller au-delà du malaise…

Pourquoi est-ce si difficile de parler d'amour et de sexualité aux enfants et aux adolescents ? », Vie pédagogique, avril 2006, 33-36.

FERNET, Mylène. Amour, violence et adolescence, Québec, Presses de l'Université du Québec, 2005

FRAPPIER, J.-Y., N. HALEY et C. ALLARD-DANSEREAU. Abus sexuels, Montréal, Les Presses de l'Université de Montréal, p. 19-32. 1990. GAGNIER, Nadia. Miroir, miroir... je n'aime pas mon corps !

Le développement de l'image corporelle chez les enfants, les adolescents et les adultes, Les Éditions La Presse, 2007, 137 p. GAUDREAU, Louise. « Où va l'éducation sexuelle ? ».

Revue sexologique, vol. 5, no 2, 1997,

GERMAIN, B. et P. LANGIS. La sexualité : regards actuels. Laval, Éditions Beauchemin, 2003,

LE BRETON, DAVID. Signes d'identité. Tatouages, piercings et autres marques corporelles, Paris, Métaillé, 2002, 224 p. OTIS, J. et autres.

Le SIDA : aspects psychosociaux, culturels et éthiques, Québec, Éditions du Méridien, 1997, p. 195-235.

QUÉBEC, AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA. Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle. Ottawa, gouvernement du Canada,

QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. Magazine Ça s'exprime. Magazine des intervenants menant des activités d'éducation à la sexualité auprès des

jeunes du secondaire. Accessible en ligne : http://casexprime.gouv.qc.ca/fr/magazine. QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX.

Programme national de santé publique 2003-2012 – Mise à jour 2008. Québec, gouvernement du Québec, 2008, 126 p. QUÉBEC, GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. Prévenir, dépister, contrer la violence conjugale.

Politique d'intervention en matière de violence conjugale. Québec, 1995, 77 p. QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX.

Les situations de vie des adultes visés par la formation générale commune, Québec, gouvernement du Québec, 2003, 59 p. QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES.

L'éducation à la sexualité en milieu scolaire : oui, mais comment ? Guide de soutien à la mise en œuvre d'une démarche préscolaire, au primaire et au secondaire, gouvernement du Québec, 2008, 66 p. QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES JEUNES.

Le phénomène-drogue et les jeunes. Facteurs susceptibles d'influencer les effets et les conséquences de l'usage des psychotropes. Ministère de l'Éducation, 1987, 75 p. formation continue, Québec, gouvernement du Québec, 2008, 124 p. QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX.

L'éducation à la sexualité dans le contexte de la réforme de l'éducation - Outils pour l'intégration de l'éducation à la sexualité dans la réforme de l'éducation. Québec, gouvernement du Québec, 2003, 56 p. PARADIS, A.-F. et J. S. LAFOND.

Manuel "S'informer", programme Bien dans sa tête, Bien dans sa peau, EquiLibre Québec,

Exercice étude de cas sur l'image de soi et les conséquences d'une relation saine ou malsaine

Références Internet

https://sites.google.com/site/roxaneroussypfinal/la-sexualite-de-la-revolution-tranquille-a-aujourdhui

https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite

https://cliniquelactuel.com

https://www.catie.ca/fr/accueil