

Pour se protéger, des moyens existent

- Le préservatif masculin, avec gel à base d'eau
- Le préservatif féminin
- Le carré de latex

Ces « barrières » vont empêcher la transmission du virus et/ou des IST. C'est la protection la plus efficace qui existe à l'heure actuelle. Mais parfois le ou la partenaire n'est pas forcément d'accord...

**L'échange, la discussion, le respect mutuel
doivent permettre de négocier leur utilisation.**

En cas de prise de risques, un traitement
d'urgence peut-être indiqué.
Appelez

SIDA INFO SERVICE

0 800 840 800

Appel confidentiel et gratuit 24h/24

La liberté prend corps !

Le Planning Familial a pour objectif d'être un lieu de parole concernant la sexualité et les relations amoureuses afin que chacun-e, femmes et hommes, jeunes et adultes, les vive dans le partage, le respect, et le plaisir. Dans nos centres, vous serez toujours accueillis gratuitement et en toute confidentialité.

Liberté
Égalité
Sexualités



4, square Saint-Irénée 75011 Paris
Tél. : 01 48 07 29 10
mfpf@planning-familial.org
www.planning-familial.org



**La sexualité
au temps
du sida**

Sexualité au temps du sida : entre plaisir et risques

Quel que soit son âge, son sexe, son orientation sexuelle, il est important d'avoir des informations fiables pour gérer son propre risque d'être contaminé par le VIH ou d'autres IST (Infections Sexuellement Transmissibles). Les pratiques, le nombre de partenaires ou les prises de risque du partenaire sont des facteurs qui exposent plus ou moins : les connaître permet à chacun-e de construire sa propre stratégie.

La transmission du VIH

-Virus de l'Immunodéficience Humaine-

Le risque de transmission existe mais est faible si la personne séropositive a une quantité de virus non détectable ou très faible dans le sang (charge virale). Il augmente si la charge virale est élevée ou en cas d'autre IST.

La transmission se fait à travers les différentes muqueuses, principalement :

- Le vagin
- Le col de l'utérus
- L'anus
- Le gland
- La bouche, de façon moins importante

La transmission se fait par :

- Le sperme ;
- Le liquide séminal –la goutte avant l'éjaculation ;
- Les sécrétions vaginales ;
- Le sang, pendant les règles ou lors de relations traumatiques, et lors de l'usage de drogue par voie intraveineuse...
- La transmission de la mère à l'enfant, au cours de la grossesse, surtout lors de l'accouchement et pendant l'allaitement.

Pourquoi les femmes sont-elles plus exposées que les hommes ?

Parce que nos sociétés placent les femmes et les hommes dans un rapport inégalitaire en défaveur des femmes :

- difficultés à négocier le préservatif ou toute autre forme de protection ;
- exposition à des rapports forcés ou violents qui, en traumatisant les muqueuses, augmentent le risque de transmission.

Parce qu'elles ne bénéficient pas d'une information suffisante sur leur exposition particulière au risque de contamination du VIH et des IST.

Parce que les spécificités anatomiques et biologiques rendent la transmission plus facile de l'homme à la femme :

- plus grande surface de muqueuse ;
- perméabilité du col de l'utérus ;
- contact prolongé du sperme avec la muqueuse vaginale.

Parce que les infections sexuellement transmissibles -IST-, parfois peu visibles chez les femmes, augmentent considérablement les risques de transmission du VIH.

Chacun-e, dans une situation particulière, un jour, a pris un risque...

Toutes ces pratiques sont à risques pour la contamination par le VIH et les autres IST :

- Pénétration vaginale et/ou anale, avec ou sans éjaculation
- Fellation, avec ou sans éjaculation
- Pour le cunnilingus et/ou anulingus, le risque théorique existe mais en réalité il est extrêmement faible

Elles sont sans risques à condition d'utiliser un préservatif : l'utilisation de gel à base d'eau diminue les risques de lésions des muqueuses et de rupture de préservatifs.

Il existe la possibilité d'utiliser un carré de latex pour les relations bouche-sexe. Embrasser, caresser, masturber etc, est sans risque. La

Seul le test de dépistage du VIH permet de savoir où on en est par rapport au VIH/sida

Pourquoi faire le test ?

- Parce que l'on souhaite savoir où l'on en est par rapport au VIH/sida ;
- Parce que l'on pense avoir pris un risque ;
- Parce que l'on n'a pas protégé ses relations ;
- Parce que le préservatif a craqué ;
- Parce que l'on souhaite arrêter l'utilisation du préservatif.

Où faire le test ?

- Dans les CDAG (Centres de Dépistage Anonymes et Gratuits) ;
- Dans les centres de planification ;
- Dans certaines associations ;
- Sur prescription de son médecin traitant ;
- Dans les laboratoires privés.

Quand faire le test ?

Le test de dépistage peut être fait à tout moment de sa vie, mais le résultat de la prise de sang ne sera fiable que si celle-ci a été faite au moins 6 semaines après la dernière prise de risque.

Des associations impliquées dans la lutte contre le VIH et les IST, des Centres de Planification et d'Éducation Familiale ont désormais la possibilité de pratiquer les tests rapides d'orientation diagnostique (TROD).

Le TROD est une technique fiable qui permet la restitution immédiate d'un résultat indicatif à la personne testée grâce à une manipulation simple et rapide. Il s'agit de prélever une gouttelette de sang sur le doigt et de l'analyser à partir d'un kit. Ce résultat, s'il est positif, doit ensuite être confirmé par un test de laboratoire classique. Le délai, entre la prise de risque et la validité du test, est plus long pour les TROD qu'avec un test classique (3 mois au lieu de 6 semaines).