



les faits et les risques

SEXE

+ VIH

ÇA VAUT LA PEINE DE CONNAÎTRE
LES FAITS ET LES RISQUES
UN LIVRET DESTINÉ AUX ADO

Le SEXE est un sujet qui est difficile à éviter. On en parle à la télé, au cinéma, sur Internet et dans les magazines ... Il est important de comprendre ce que tu sais et ce que tu crois savoir au sujet du SEXE. Et il est important que tu comprennes les risques.

ALORS, QU'EST-CE QUE LE SEXE ?

Le SEXE est défini de façon différente par des gens, des organismes, des cultures et des religions différents.

Certaines personnes estiment que seule la pénétration (le pénis dans le vagin) constitue le SEXE parce que cette activité peut causer une grossesse. D'autres croient que les relations sexuelles orales et anales constituent également le SEXE.

Pour la plupart des gens, toute activité qui implique les organes sexuels constitue le SEXE.

Quelle que soit ta définition, toutes les sortes de SEXE comportent un certain risque d'infection par une infection transmise sexuellement (ITS), et plusieurs activités sexuelles t'exposent au risque de contracter le VIH (virus de l'immunodéficience humaine).

**CONNAIS LES RISQUES ...PROTÈGE-TOI
...ET FAIS RESPECTER TES DROITS !
TU LE VAUX !**

Le VIH est le virus de l'immunodéficience humaine. C'est un virus qui s'attaque à ton système immunitaire. Quand le virus pénètre dans ton corps, il est possible que tu n'aies pas l'air malade et que tu te sentes bien pendant plusieurs années, mais il est toujours possible d'infecter d'autres personnes. Au fil du temps, ton système immunitaire s'affaiblira et tu pourras contracter diverses infections (appelées infections opportunistes) ou des cancers qui pourraient te tuer. Il n'existe aucun remède curatif ou vaccin contre le VIH.

Qu'est-ce que...?

Le sida est le syndrome d'immunodéficience acquise. Il s'agit du diagnostic que l'on donne aux personnes ayant le VIH qui ont eu au moins une infection opportuniste. Il n'existe aucun remède curatif ou vaccin contre le sida.

Les ITS (ou MTS) sont des infections transmises sexuellement. Ce sont des bactéries ou des virus qui se transmettent de plusieurs façons. Ils peuvent se déplacer dans le sperme, les sécrétions vaginales et le sang. Certaines ITS (dont l'herpès) peuvent aussi se déplacer dans la salive. D'autres encore (comme les verrues génitales) peuvent se transmettre lors des contacts de peau à peau. Le VIH est considéré comme une ITS parce qu'il peut se transmettre lors des relations sexuelles. Pour en savoir plus sur les ITS, lis l'excellent livret de Santé Canada à l'adresse



ES-TU À RISQUE ?

As-tu eu des relations sexuelles (pénétration vaginale ou anale, sexe oral) sans condom, y compris avec ta blonde ou ton chum régulier?

OUI

NON

T'es-tu injecté des drogues, y compris les stéroïdes, en te servant d'une aiguille ou d'autre matériel qui avait déjà été utilisé par une autre personne ?

OUI

NON

As-tu fait faire un tatouage ou un perçage en utilisant une aiguille qui avait déjà servi ? As-tu eu recours aux services d'un artiste non professionnel pour te faire tatouer ou percer ?

OUI

NON

As-tu eu des relations sexuelles non protégées avec une personne qui pourrait répondre oui à une de ces questions ?

OUI

NON

Si tu as répondu oui à une seule de ces questions, il est possible que tu te sois exposé à un risque d'infection par le VIH et d'autres ITS !

**CE N'EST PAS LE GENRE DE PERSONNE
QUE TU ES QUI ACCROÎT TON RISQUE D'INFECTION PAR LE VIH,**

CE SONT TES ACTIVITÉS !

N'IMPORTE QUI PEUT ÊTRE INFECTÉ PAR LE VIH, PEU IMPORTE SON ÂGE, SON SEXE, SON ORIENTATION SEXUELLE, SA RACE OU SON ORIGINE ETHNIQUE.

LES RENSEIGNEMENTS DE BASE :

Le VIH se déplace dans le sperme, le sang et les sécrétions vaginales. Si le sang, le sperme ou les liquides vaginaux d'une personne infectée entre en contact avec ton sang (par le biais d'une coupure ou d'une plaie ouverte), tu risques de contracter le VIH. Les relations sexuelles non protégées et le partage du matériel d'injection sont les activités qui comportent le plus grand risque d'infection par le VIH.

**IL EST IMPOSSIBLE DE CONTRACTER LE VIH DES
MANIÈRES SUIVANTES :**

- › parler, serrer la main, travailler
ou manger avec une autre personne
- › accolades et baisers
- › toux et éternuements
- › dons de sang
- › piscines
- › sièges de toilettes ou fontaines
- › draps ou serviettes
- › fourchettes, cuillères, tasses et nourriture
- › insectes ou animaux.

Les jeunes se renseignent !

» VOICI QUELQUES QUESTIONS QUE DES JEUNES COMME TOI NOUS ONT POSÉES :

Q. EST-IL POSSIBLE DE CONTRACTER LE VIH LORS D'ACTIVITÉS SEXUELLES SANS PÉNÉTRATION ?

R. Oui, il est possible de contracter le VIH même si tu n'as pas de relation sexuelle avec pénétration vaginale ou anale. D'autres contacts sexuels comportent un risque d'infection par le VIH et d'autres infections transmises sexuellement (ITS). Même si le risque de transmission est plus faible, le sexe oral non protégé (en l'absence de condom ou de digue dentaire) comporte un risque d'infection par le VIH, autant pour la personne active que pour la personne passive. Pour avoir des relations sexuelles orales plus sûres, utilise un condom pour couvrir le pénis ou une digue dentaire (ou pellicule plastique) pour couvrir la vulve (organes génitaux féminins) ou l'anus.

Q. EST-IL POSSIBLE DE GUÉRIR LE VIH OU LE SIDA ?

R. Non, il n'existe aucun remède curatif contre le VIH ou le sida. Toute personne qui est infectée par le VIH, le virus qui cause le sida, sera infectée pour toute sa vie. Les nouveaux traitements médicaux permettent de ralentir la progression de l'infection au VIH, mais ils sont très chers et ne sont pas accessibles à toutes les personnes infectées par le VIH. De plus, les médicaments causent des effets secondaires très graves et sont inefficaces chez environ 20 % des personnes qui les essaient.

Q. QUELS SONT LES RISQUES SPÉCIFIQUES ASSOCIÉS AUX DIFFÉRENTES ACTIVITÉS SEXUELLES ?

R. Voici une petite liste à titre de référence :

AUCUN PROBLÈME ... Parler. Se tenir par la main. Fantasmer. Embrasser. Se donner des accolades.

Se masser. Sexe téléphonique. Cybersexe.

Masturbation. Se faire masturber par son chum ou sa blonde. Frottage. Jouets sexuels non partagés.

SOIS PRUDENT ... Donner ou recevoir du sexe oral. Pénétration (vaginale ou anale) avec condom.

GROS RISQUE ... Pénétration sans condom. Jouets sexuels partagés.

Si tu n'es pas certain de l'ampleur des risques que tu prends, essaie d'être le plus prudent possible. Protège-toi (condoms, digues dentaires) lors de tout acte sexuel où il y a insertion des organes génitaux (vaginale, anale, orale).



1. Les lettres VIH désignent le virus de l'immunodéficience humaine.

Vrai Faux

2. Le VIH peut se transmettre par un serrement de mains.

Vrai Faux

3. Le VIH peut se transmettre lors des relations sexuelles sans condom.

Vrai Faux

4. La pilule anticonceptionnelle ne peut pas te protéger contre le VIH et d'autres ITS.

Vrai Faux

5. Il est possible d'attraper le VIH d'un siège de toilette.

Vrai Faux

6. Une personne peut contracter le VIH lorsqu'elle fait un don de sang.

Vrai Faux

7. Il n'existe aucun remède curatif contre le VIH ou le sida.

Vrai Faux

8. Seuls les hommes gais peuvent être infectés par le VIH.

Vrai Faux

9. Il suffit de regarder une personne pour savoir si elle a le VIH.

Vrai Faux

10. Une personne peut être infectée par le VIH ou une autre ITS sans le savoir.

Vrai Faux



Il peut être difficile de parler du SEXE, du VIH et des ITS avec ses parents ou d'autres adultes. Cependant, la plupart des parents et des adultes veulent t'aider. Soulève tes préoccupations et pose des questions afin d'obtenir les renseignements dont tu as besoin.

Voici une liste de sites Web conviviaux où tu peux trouver plus d'information sur toutes ces questions liées au SEXE.

- › Masexualité (site Web canadien voué à l'éducation et à l'information en matière de sexualité)
www.masexualite.ca/fre/
- › Le Réseau canadien de la santé
www.reseau-canadien-sante.ca/
- › Fédération pour le planning des naissances (provenant du Québec)
www.fqpn.qc.ca/
- › Tel-Jeunes
www.teljeunes.com/
- › YouthCo AIDS Society
www.youthco.org/ (anglais seulement)
- › BC Centre for Disease Control STI information site
www.stdresource.com/index.php (anglais seulement)
- › Planned Parenthood Federation of America (page des ados)
www.teenwire.com/ (anglais seulement)
- › AVERT (organisme caritatif international sur le VIH et le sida situé au Royaume Uni) "page des ados"
www.avert.org/youngindx.htm (anglais seulement)
- › Kaiser Family Foundation (site sur la sexualité des jeunes)
www.itsyoursexlife.org/ (anglais seulement)
- › Rutgers University (site « fait par les ados pour les ados »)
www.sexetc.org (anglais seulement)

Pour obtenir d'autres documents sur le VIH/sida, contactez le Centre canadien d'information sur le VIH/sida
400-1565, avenue Carling
Ottawa (Ontario) K1Z 8R1
1-877-999-7740

Courriel : aidssida@cpha.ca
Site Web : **www.aidssida.cpha.ca**



**Centre canadien d'information
sur le VIH/sida**

Association canadienne de santé publique

Des services digne de confiance