



# **SÉCURISEXE POUR LA COMMUNAUTÉ SOURDE ET MALENTENDANTE**





Document produit par la Coalition Sida des Sourds du Québec

Tous droits réservés. La reproduction ou la transmission d'une partie ou de l'ensemble de ce document à des fins commerciales, que ce soit par des moyens électroniques ou mécaniques, y compris la photocopie, l'enregistrement ou toute autre méthode actuelle ou à venir de stockage de l'information ou d'extraction de données, sont interdites à moins d'obtenir la permission écrite préalable de l'éditeur. Ce document peut être reproduit à des fins non commerciales.

Dépôt légal – 2013

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN version imprimée (français/anglais) : 978-2-9805867-3-6

ISBN version PDF (français) : 978-2-9805867-4-3

ISBN version PDF (anglais) : 978-2-9805867-5-0

Ce document a été publié grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans le présent document sont celles des auteurs/chercheurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue officiels de cet organisme.

*This document is also available in English.*



**Coordination**

Éric Dubé, chargé de projet

**Recherche et rédaction**

Éric Dubé, chargé de projet  
Sylvain Gélinas, assistant de projet

**Illustration**

François Gauvin

**Infographiste**

Alain Elmaleh

**Correction**

Micheline Parent

**Traduction en anglais**

Eva Basch  
Chantal Basch-Tetreault

**Remerciements**

Bruno Lemay, Ken Monteith, Daniel Deschênes, Julie Lefebvre,  
Josée Tousignant, Thiên-Thanh Nguyễn, Hoeun Tang, Charles Gaucher,  
Micheline Parent, Monique Rocheleau, Paul Bourcier, Lyne Gargano,  
Marc-André Bernier, Darren Saunders, Michel Turgeon



## TABLE DES MATIÈRES

● Introduction.....	9
● Avertissement (légende) .....	11
● Catégories pour l'évaluation du risque de transmission du VIH .....	12
● C'est quoi le statut sérologique ? .....	14
● C'est quoi les ITSS ? .....	15
● Vie quotidienne sans risque d'attraper le VIH.....	18
● Activités sexuelles.....	20
● Comment utiliser les préservatifs.....	24
● Pilules anti-VIH (PPrE et PPE).....	26
● Microbicide.....	28
● Lubrifiant .....	29
● Usage de drogues .....	30
● Tatouage et perçage.....	31
● Nourrisson .....	32
● Tests de dépistage/dépistage rapide.....	33
● Où faire le test ? .....	35
● Traitement d'urgence ? .....	36
● Comment nous joindre .....	37



## INTRODUCTION

La Coalition Sida des Sourds du Québec (CSSQ) est très heureuse de présenter ce nouveau document intitulé *Sécurisexe pour la communauté sourde et malentendante*. Ce projet se veut une suite à l'étude sur la vulnérabilité au VIH/sida de la population sourde et malentendante conduite par Monsieur Charles Gaucher, chercheur à l'Université de Moncton au Nouveau-Brunswick.

Ce document contient des renseignements sur les modes de transmission du VIH et sur les infections transmissibles sexuellement (ITSS) adaptés visuellement à l'intention des personnes sourdes et malentendantes. Fruit de la concertation d'organismes de lutte contre le VIH/sida et du milieu de la surdité, ce document constitue une refonte majeure de deux publications parues en 1997, en tenant compte des connaissances actuelles dans le domaine du sida et de la prévention, soit *Le Manuel illustré pour l'éducation et la prévention du VIH auprès des jeunes sourds et malentendants (12-25 ans) en milieu scolaire* et *Les sourds se protègent bien*, document portant sur l'utilisation d'un condom.

En raison de l'utilisation de la langue des signes québécoise (LSQ) en français et l'American Sign Language (ASL) en anglais, langues visuelles distinctes d'une langue orale française ou anglaise, les personnes sourdes et malentendantes constituent un groupe particulier où l'adaptation, dans la langue des signes, des informations liées à la prévention du VIH/sida et des ITSS s'est avérée être une priorité pour minimiser les risques de contracter ces maladies.

En effet, en ayant accès à une information illustrée dans leur langue, les personnes sourdes et malentendantes peuvent comprendre visuellement les modes de transmission du VIH/sida et des ITSS de même que le sécurisexe et acquérir les connaissances nécessaires pour se protéger adéquatement contre ces maladies et pour bénéficier efficacement des soins de santé. C'est dans cet esprit qu'a été conçu cet ouvrage.

Pour terminer, je tiens à remercier les nombreux bénévoles impliqués dans divers comités de la CSSQ, qui ont généreusement donné de leur temps et partagé leurs idées dans la création de ce document.

Bonne lecture !

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Michel Turgeon', with a long horizontal flourish extending to the right.

Michel Turgeon, directeur général

## AVERTISSEMENT (LÉGENDE)

Les documents édités par la communauté sourde et malentendante sont avant tout visuels. Ils s'adressent particulièrement aux personnes sourdes mais aussi à celles qui ont des difficultés à lire, afin de les aider à comprendre les messages de prévention de la transmission du VIH/sida et des ITSS. Ils peuvent donc également convenir à des publics ne maîtrisant pas la langue écrite.

### Légende

Il est très important de comprendre les quatre couleurs utilisées dans les illustrations de ce document.

ROUGE : risque élevé



ORANGE : risque faible



JAUNE : risque négligeable

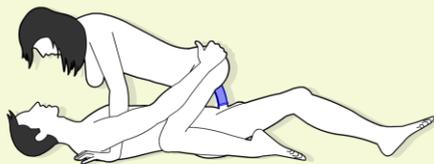


VERT : aucun risque



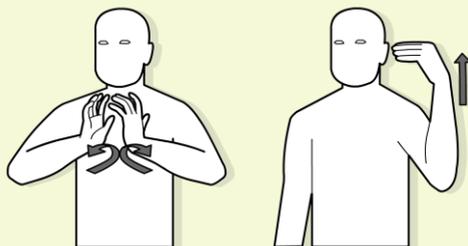
### Exemple

Risque faible



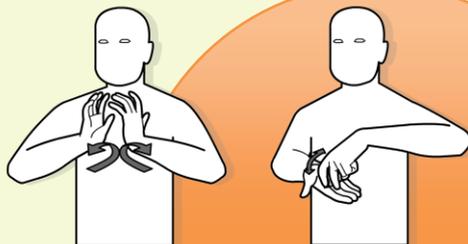
## CATÉGORIES POUR L'ÉVALUATION DU RISQUE DE TRANSMISSION DU VIH

### Risque élevé



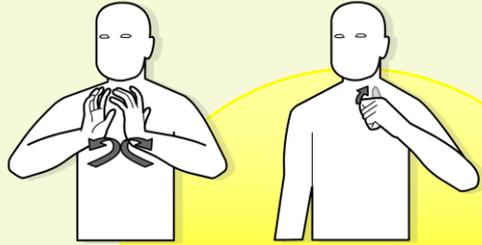
Comporte un potentiel de transmission du VIH car ces actes sexuels donnent lieu à un échange de liquide organique pouvant transmettre le VIH.

### Risque faible



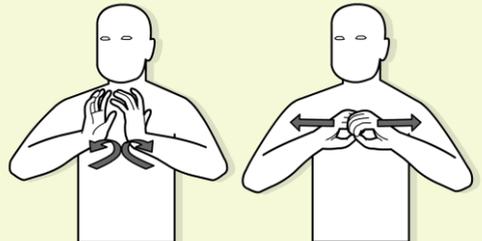
Comporte un potentiel de transmission du VIH car ces actes sexuels donnent lieu à un échange de liquide organique pouvant transmettre le VIH. Des cas d'infection ont été documentés.

### Risque négligeable



Comporte un potentiel de transmission du VIH car ces actes sexuels donnent lieu à un échange de liquide organique. Cependant la quantité de liquide et le moyen véhiculant ce liquide semblent pouvoir diminuer l'efficacité de la transmission. Dans certains cas, il n'existe aucune preuve documentée de cas de transmission.

### Aucun risque



Ne comporte aucun risque potentiel de transmission du VIH car ces actes sexuels ne donnent pas lieu à un échange de liquide organique.

Il ne faut pas oublier que les actes sexuels vous rendent également vulnérable à d'autres infections transmissibles sexuellement (ITS).

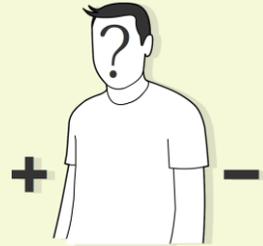
Visiter le site Web : [www.cpha.ca](http://www.cpha.ca)

L'Association canadienne de santé publique est membre affilié du réseau canadien de la santé, volet VIH/sida.

## C'EST QUOI LE STATUT SÉROLOGIQUE ?

**Séronégatif(ve)** : il n'y a pas de virus VIH dans le corps.

**Séropositif(ve)** : Présence du virus VIH dans le corps. Il faut consulter un médecin qui vous conseillera sur les possibilités de traitement. Un médecin peut vous offrir un suivi médical approprié et les conseils sur les possibilités de traitement.



**SIDA** = maladie grave dont le virus VIH est responsable.

**Syndrome** = ensemble de signes qui caractérisent une maladie

**Immuno Déficience** = les défenses de l'organisme affaiblies



**Acquise** = rencontrée au cours de la vie

**VIH** = **V**irus de l'**I**mmunodéficience **H**umaine

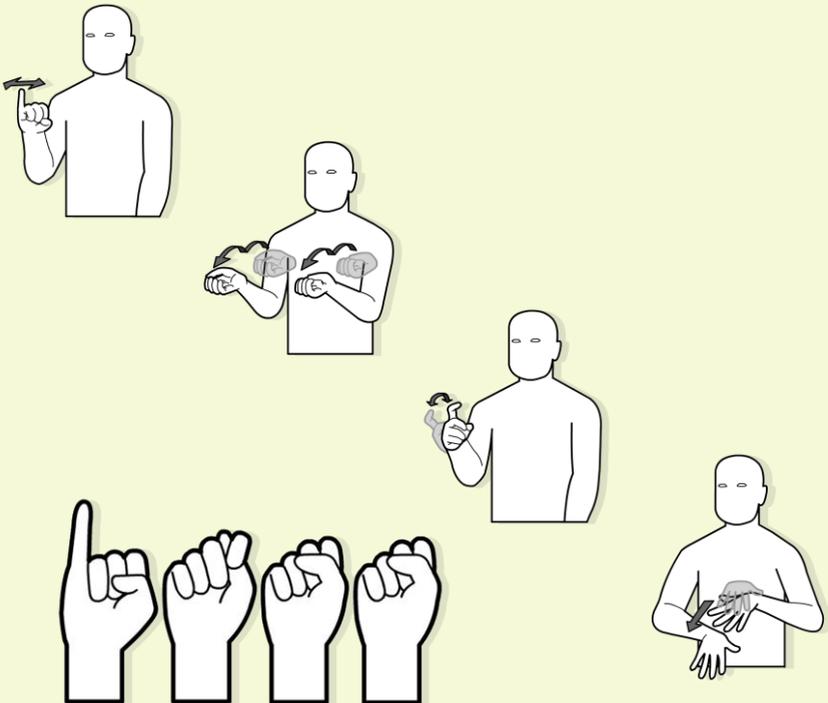


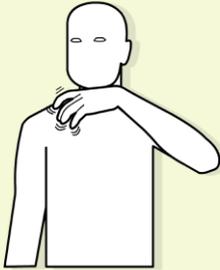
## C'EST QUOI LES ITSS ?

### MTS, ITS, ITSS...

Les MTS, maladies transmissibles sexuellement, ont changé de nom. On les appelle maintenant infections transmissibles sexuellement (ITS). Le mot « infection » est plus juste parce qu'il peut y avoir **présence ou non de symptômes**. Le mot « maladie » est associé à la **présence de symptômes**. Ainsi, une personne atteinte d'une ITS ne se sent pas nécessairement malade et peut transmettre l'infection.

L'appellation « infections transmissibles sexuellement et par le sang » (ITSS) est utilisée pour désigner des infections qui se transmettent par **voie sexuelle et sanguine**.





### **Bactéries**

Les infections bactériennes sont transmises de plusieurs façons comme, entre autres, durant les activités sexuelles. Il s'agit d'infections qui se produisent quand des bactéries s'attaquent à une partie de l'organisme.



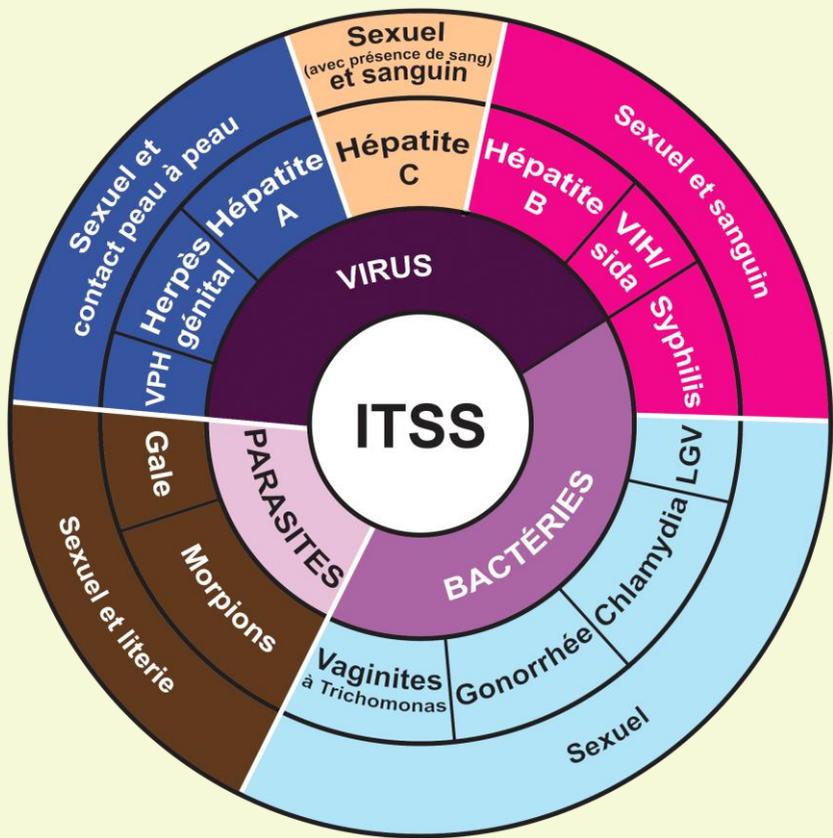
### **Virus**

Les infections virales sont causées par des virus transmissibles d'une personne à une autre au cours de l'activité sexuelle. En général, les infections virales s'attaquent à de nombreuses parties du corps en même temps.



### **Parasites**

Les infections parasitaires sont causées par des parasites transmissibles d'une personne à une autre au cours de l'activité sexuelle ou par contact direct de peau à peau.



Le site Web de la CSSQ contient des informations sur les ITSS adaptées en LSQ et en ASL.

[www.cssq.org](http://www.cssq.org)

# VIE QUOTIDIENNE SANS RISQUE D'ATTRAPER LE VIH

(mais on peut attraper des parasites  
comme des morpions, des punaises, etc.)

Recevoir des amis  
(poignée de mains)



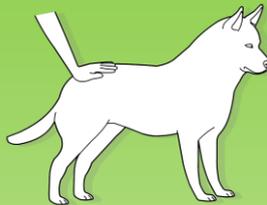
Nourriture  
(verre, ustensiles et vaisselle)



Toilette



Caresser un animal  
Piqûre d'insectes



Échanger les vêtements



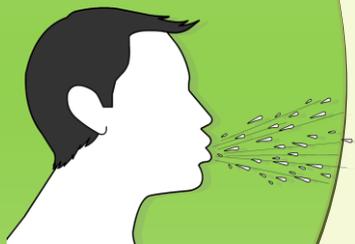
Faire une visite à l'hôpital



Sueur



Éternuement



Embrasser



Brosse à dents et rasoir (moi seulement)



Brosse à dents et rasoir (partagé)



# ACTIVITÉS SEXUELLES

## Fellation



**Avec condom**



**Sans condom**

## Cunnilingus

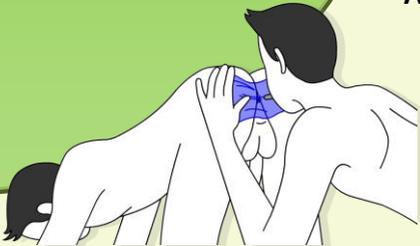


**Protection**



**Sans protection**

## Anilingus



**Protection**



**Sans protection**



## Pénétration vaginale

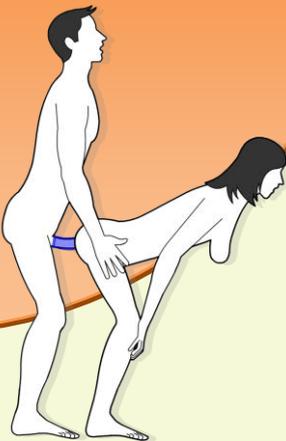


Avec condom



Sans condom

## Pénétration anale

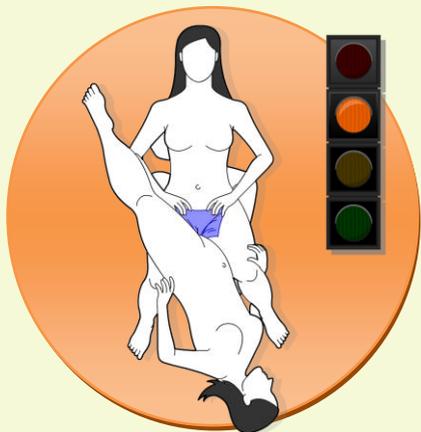


Avec condom

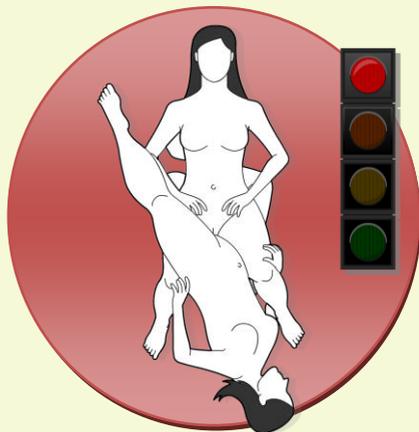


Sans condom

## Frottement vulve contre vulve

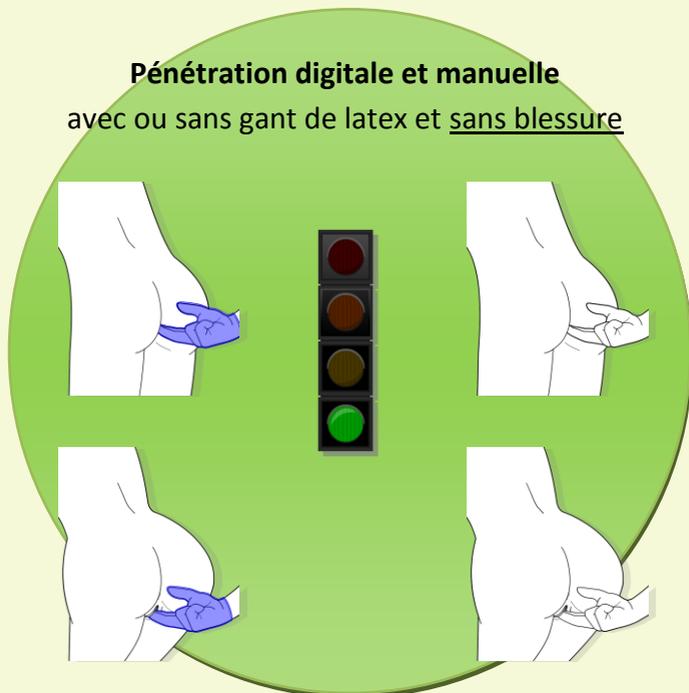


**Protection**

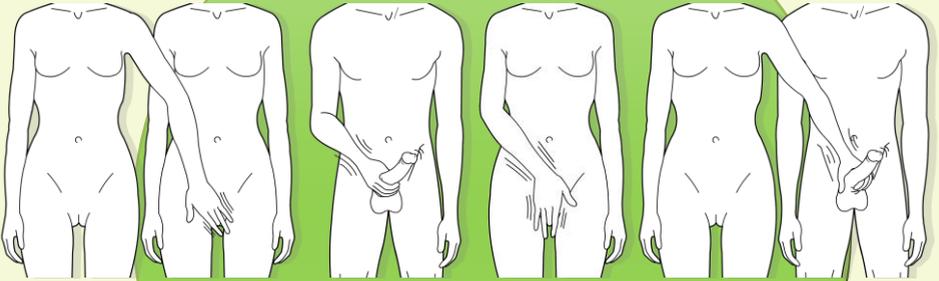


**Pendant les  
menstruations**

## Pénétration digitale et manuelle avec ou sans gant de latex et sans blessure

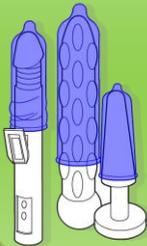


## Masturbation

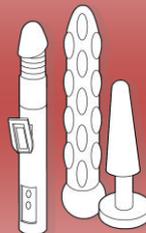


## Utilisation d'accessoires sexuels

Partagé avec condom  
ou moi seulement



Partagé sans condom



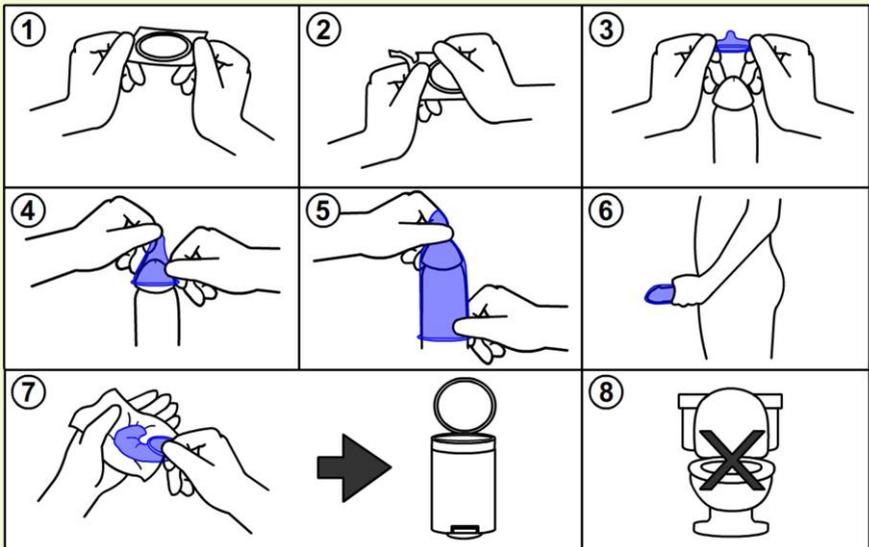
## COMMENT UTILISER LES PRÉSERVATIFS

### Condom mâle/femelle et carré de latex

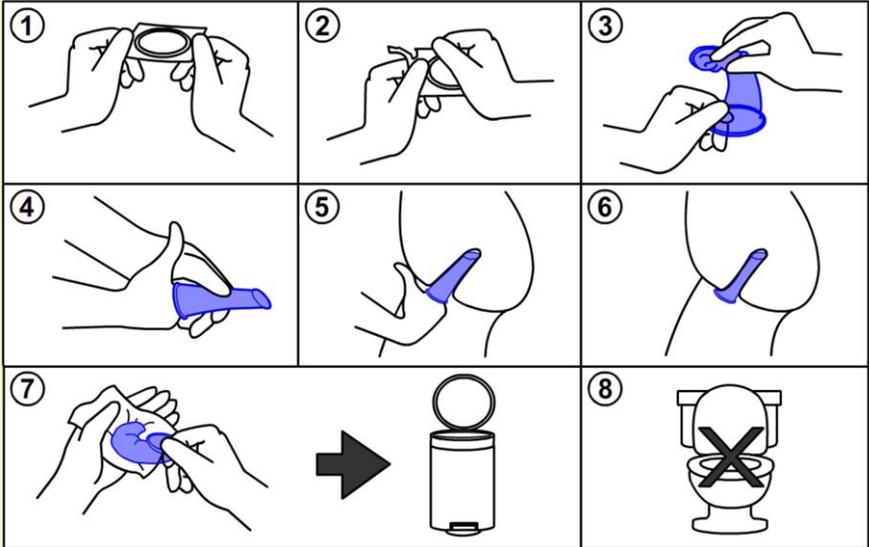
Voici quelques conseils pour que le condom demeure intact :

- Toujours vérifier la date d'expiration indiquée sur la boîte ou sur le sachet du condom ; ne pas l'utiliser si la date d'expiration est dépassée
- Ne pas garder les condoms dans ses poches, dans son portefeuille ou à la chaleur
- Ne pas ouvrir le sachet du condom avec les dents ou des ciseaux
- Attention aux bagues, aux ongles, ou aux perçages corporels

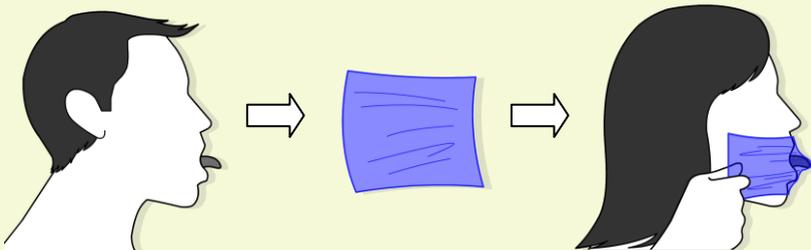
### Condom mâle



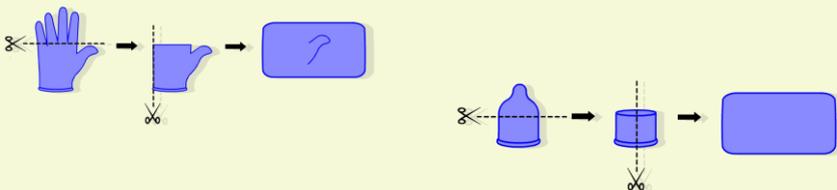
## Condom femelle



## Carré de latex



Si vous n'avez pas de carré de latex, vous pouvez utiliser un gant de latex ou condom.



## **PILULES ANTI-VIH (PPrE ET PPE)**

(pour éviter la transmission du VIH)



### **Qu'est que le PPrE ?**

La prophylaxie pré-exposition (PPrE), est une méthode qui pourrait aider les personnes séronégatives qui risquent de contracter le VIH à réduire leurs risques d'infection. Cette méthode consiste en la prise régulière de médicaments anti-VIH. La PPrE ne confère qu'une protection partielle contre l'infection par le VIH et ne doit pas remplacer l'usage systématique de condoms. La PPrE n'a pas été approuvée par Santé Canada mais peut être accessible chez des médecins spécialisés en ITSS.

### **Qu'est-ce que la PPE ?**

La prophylaxie post-exposition (PPE) est l'administration d'un traitement antirétroviral pour essayer de prévenir l'infection au VIH immédiatement après l'exposition au virus. La PPE est actuellement la seule méthode de prévention d'une infection au VIH après une exposition au virus.

### La PPE :

- peut potentiellement empêcher l'infection au VIH après l'exposition au virus ;
- implique que la personne qui aurait été exposée doit prendre des médicaments anti-VIH spéciaux chaque jour pendant 28 jours ;
- doit être commencée le plus tôt possible, jusqu'à un maximum de 72 heures après l'exposition au VIH, mais préférablement dans les 24 heures ;
- est très prometteuse mais n'est pas garantie.

**Note :** Consulter la CSSQ pour plus d'informations.



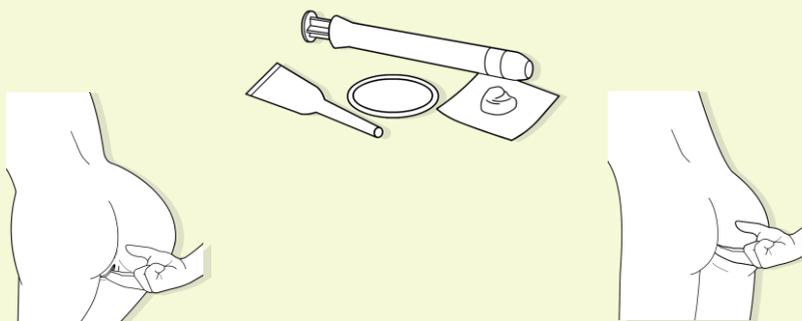
## MICROBICIDE

(l'efficacité d'un gel microbicide pour bloquer l'infection par le VIH)

Un microbicide est une substance qui pourra aider à prévenir la transmission du VIH et peut être aussi d'autres infections transmissibles sexuellement (ITS), par une application dans le vagin ou le rectum.

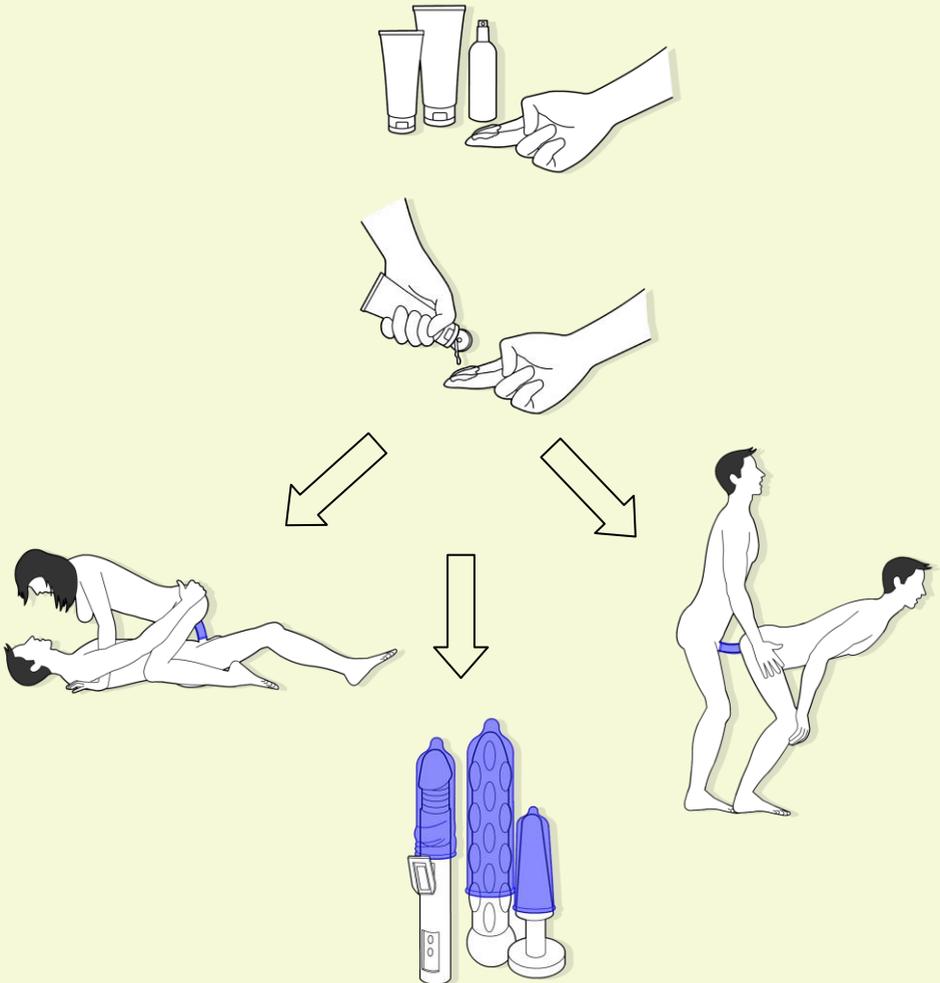
On s'attend à ce que les microbicides prennent la forme de crèmes ou de gelées, ou encore soient intégrés dans des capes cervicales, éponges ou diaphragmes. Leur action préventive éventuelle pourrait consister à tuer ou désactiver le VIH et les autres ITS, à créer une barrière physique, à empêcher le VIH et l'ITS d'entrer dans une cellule-hôte.

Bien que la protection contre le VIH soit l'objectif principal que nous espérons atteindre avec les microbicides, nous avons aussi l'espoir d'avoir à notre disposition, un jour ou l'autre, des microbicides pouvant protéger aussi bien du VIH que des autres ITS.



## LUBRIFIANT

Qu'on l'utilise pour faciliter les rapports sexuels, rendre l'utilisation des accessoires (jouets) sexuels plus confortable et réduire les risques de rupture de condoms. Attention d'utiliser seulement les lubrifiants à base d'eau ou en silicone avec les condoms en latex.



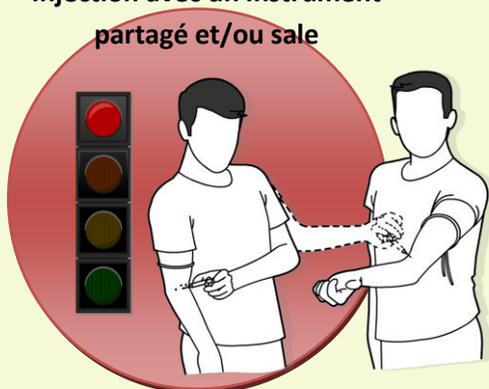
## USAGE DE DROGUES

Consommer de l'alcool ou des drogues à des fins sexuelles est un choix bien personnel. Il faut toutefois trouver un équilibre dans sa consommation afin de ne pas s'égarer et de ne pas développer une dépendance ou perdre la capacité de prendre des bonnes décisions pour votre santé. Soyez toujours en contrôle de votre consommation et évitez d'être contrôlé par les substances que vous décidez de consommer.

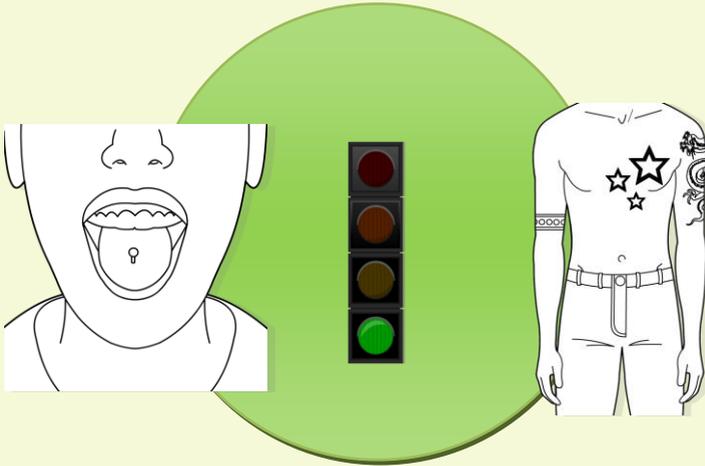
Injection de drogue sans partage



Injection avec un instrument  
partagé et/ou sale



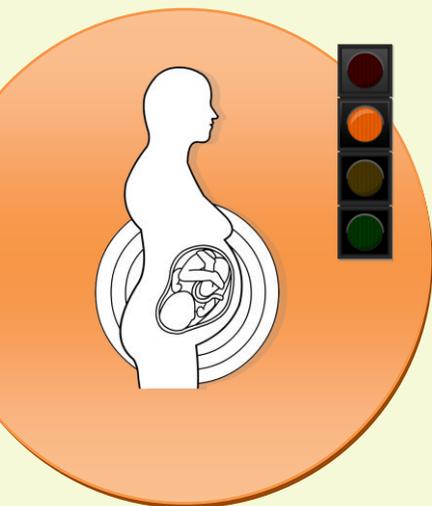
## TATOUAGE ET PERÇAGE



Toute personne qui pratique le tatouage, le perçage, l'électrolyse ou l'acupuncture devrait appliquer des précautions universelles semblables à celles utilisées dans les hôpitaux. Dans toutes ces pratiques, chaque aiguille doit être utilisée qu'une seule fois et jetée après usage. Il faut aussi veiller à l'entretien régulier et adéquat de l'équipement utilisé.

## NOURRISSON

La possibilité de transmission du VIH de la mère à l'enfant, s'il n'y a pas d'intervention médicale, se situe autour de 20 % et 30 %. Avec un traitement efficace et un accouchement par césarienne, le risque est pratiquement éliminé.



Allaitement par une mère  
séropositive



**Note :** Une mère séropositive doit éviter l'allaitement et donner du lait maternisé (formule) à son bébé.

## TESTS DE DÉPISTAGE/DÉPISTAGE RAPIDE

### Quand faire le test ?

Les tests de dépistage du VIH et des ITSS sont des outils essentiels pour avoir une bonne santé sexuelle.

Faire un test dépistage une fois par année, tous les trois mois si vous êtes plus à risque, de même qu'après toute exposition.



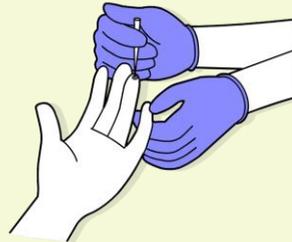
On peut se faire dépister (anonyme ou non) dans les CLSC, les cliniques médicales, par le médecin de famille ou d'autres établissements de santé.

**Note :** Il n'est pas possible d'avoir un test anonyme pour les autres ITSS, seulement le VIH peut être anonyme.

## Dépistage rapide

Un **test de dépistage rapide** du VIH est un test qui, comme les tests conventionnels de dépistage du VIH, recherche les anticorps produits par une personne en réponse au virus. Il peut prendre jusqu'à trois mois pour votre corps de développer des anticorps au VIH qui peuvent être trouvés par le test de dépistage. Sa particularité est qu'il ne demande pas de prélèvement sanguin par voie intraveineuse.

On réalise le prélèvement en pratiquant une petite piqûre à l'extrémité d'un doigt à l'aide d'un dispositif à usage unique. La goutte de sang récupérée est ensuite placée dans un dispositif de test. Les résultats sont disponibles dans un délai de 20 minutes maximum.



## OÙ FAIRE LE TEST ?

(dans les cliniques spécialisées ou dans  
l'organisme VIH de votre choix)

- Le CLSC ou la clinique médicale près chez vous
- Le médecin de ta famille
- L'hôpital

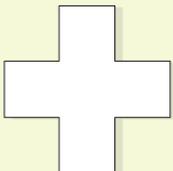
Pour trouver la liste complète des établissements santé du Québec qui offrent le service de dépistage du VIH et des autres ITSS, consulter la page suivante :

[www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prod\\_sante/itss/index.php?listes\\_centres\\_depistages](http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prod_sante/itss/index.php?listes_centres_depistages)

(un lien vers cette page se trouve sur le site de la CSSQ, [www.cssq.org](http://www.cssq.org))

À Montréal, il existe des cliniques spécialisées en ITSS, telles que la **Clinique du Quartier-Latin** ou la **Clinique l'Actuel**. Il y a aussi à Montréal, le **Projet SPOT** pour les hommes gais et les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes.

Pour savoir s'il y a dans votre région des professionnels de la santé ayant une expertise en ITSS, appelez l'**organisme VIH de votre région**.



## TRAITEMENT D'URGENCE ?

(PPE = Traitement contre le VIH seulement)

### Condom déchiré (« le condom s'est brisé ! ») :

Il arrive parfois qu'il se brise ou se déchire à notre insu.



### La prise de risques : Oublie le condom, etc.



### Accident/blessé : Dans l'hôpital, travail, etc.



Le but de la prophylaxie post-exposition (PPE) est de tenter de réduire les risques de séroconversion suite à une exposition au VIH (bris de condom, piqûre d'aiguille souillée, etc.). Ce traitement doit débuter rapidement, soit dans un délai **maximal de 72h** après l'exposition, mais préférablement dans les 24h après l'exposition.

## COMMENT NOUS JOINDRE

Les bureaux de la CSSQ sont ouverts du lundi au vendredi de 9h à 17h et le soir, sur rendez-vous seulement.

### Administration

Courriel : [info@cssq.org](mailto:info@cssq.org)

### Services de prévention

Courriel: [intervention@cssq.org](mailto:intervention@cssq.org)

### Services de soutien

Courriel: [soutien@cssq.org](mailto:soutien@cssq.org)



[WWW.CSSQ.ORG](http://WWW.CSSQ.ORG)

