



Parler aux adultes âgés au sujet de la santé sexuelle :

Un guide pour les professionnels de santé

(416) 513-0440

www.realizecanada.org

info@realizecanada.org

realize FOSTERING
POSITIVE CHANGE
FOR PEOPLE LIVING
WITH HIV AND OTHER
EPISODIC DISABILITIES



Parler aux adultes âgés au sujet de la santé sexuelle

Des recherches ont montré que la plupart des adultes âgés sont toujours intéressés par le sexe.¹ Cependant, ils rencontrent souvent des obstacles à l'accès aux informations dont ils ont besoin, notamment en raison de professionnels de santé qui n'abordent pas proactivement la santé sexuelle.^{2,3} Ce guide a pour objectif d'aider les professionnels à engager des conversations ouvertes et inclusives sur la santé sexuelle avec des patients de 50 ans et plus.

1,2,3. <https://www.realizecanada.org/wp-content/uploads/SHOP-Reference-List.pdf>



Commencer la conversation

Commencer ces conversations est souvent la partie la plus difficile. De nombreux adultes âgés ont grandi dans une époque où le sexe était encore plus stigmatisé qu'aujourd'hui et peuvent souhaiter avoir cette conversation mais ont besoin d'être mis en confiance. Même s'il ne faut pas présumer qu'un patient est mal à l'aise de parler de santé sexuelle, il est important d'arrêter si le sujet semble le surprendre ou l'offenser. Essayez de poser des questions comme :

- **Beaucoup de personnes de votre tranche d'âge souhaitent parler de santé sexuelle avec leur professionnel de santé, mais sont nerveuses à l'idée de le faire. Est-ce un sujet que vous aimeriez aborder ?**
- **Êtes-vous actuellement sexuellement actif, c'est-à-dire avez-vous des relations sexuelles avec d'autres personnes ? Si non, êtes-vous intéressé à être sexuellement actif ?**
- **Avant d'entrer dans les détails, avez-vous des préoccupations particulières que vous souhaitez que j'aborde aujourd'hui ?**



Utiliser un langage inclusif

Tout au long de la conversation, il est essentiel d'éviter de faire des suppositions sur l'activité sexuelle d'une personne, y compris sur le(s) genre(s) de ses partenaires, le nombre de ses partenaires ou les types d'activités sexuelles dans lesquelles elle s'engage. Dans certaines cultures, il peut être approprié de demander directement si une personne s'identifie comme une minorité sexuelle (gay, lesbienne, bisexuelle, etc.) ou comme une minorité de genre (transgenre, non-binaire, etc.). De même, dans certaines cultures, il peut être acceptable de demander directement combien de partenaires une personne pourrait avoir. D'autres fois, poser des questions ouvertes peut obtenir la même information. Essayez de demander :



Utiliser un langage inclusif

- Pouvez-vous me parler de vos partenaires sexuels habituels ?
- J'ai l'habitude de demander à tous mes patients, pour être sûr, quel(s) genre(s) vous attirent ?
- Avez-vous (ou recherchez-vous) plus d'un partenaire ?

Surtout si vous avez un client qui est transgenre – c'est-à-dire qui s'identifie à un genre différent de celui qui lui a été assigné à la naissance – ou non-binaire – c'est-à-dire qu'il ne s'identifie pas strictement comme homme ou femme – il est important d'utiliser un langage inclusif en parlant des corps. Si un client est transgenre ou non-binaire, vous ne devriez faire aucune supposition sur le(s) genre(s) de leurs partenaires ou sur le type d'activité sexuelle dans lequel ils participent.⁴

4. <https://www.realizecanada.org/wp-content/uploads/SHOP-Reference-List.pdf>



Apprendre sur les comportements sexuels

Si vous avez déterminé qu'un patient souhaite parler de santé sexuelle, soit parce qu'il est sexuellement actif, soit parce qu'il envisage de le devenir, l'étape suivante consiste à en apprendre davantage sur ses comportements spécifiques. Essayez de poser des questions comme :

- **Quel type d'activités sexuelles pratiquez-vous ?**
- **Le sexe pénétratif est lorsque le pénis pénètre dans le vagin ou l'anus. Avez-vous des relations sexuelles pénétratives ?**
- **Le sexe oral consiste à utiliser la bouche de quelqu'un sur un pénis, un vagin ou un anus. Pratiquez-vous le sexe oral ?**
- **Il existe aussi de nombreuses autres activités sexuelles, y compris différents types de toucher d'une autre personne, se toucher soi-même, et s'embrasser. Participez-vous à l'une de ces activités ?**



Évaluer les obstacles et défis

Les adultes âgés peuvent faire face à de nombreuses conditions de santé qui présentent des obstacles ou des défis à leur capacité à avoir une vie sexuelle saine. Aider les patients à les identifier et, idéalement, à trouver une solution peut améliorer leur qualité de vie. Essayez de poser des questions sur la manière dont ces conditions ont pu impacter un patient (directement ou en ayant affecté leurs partenaires, le cas échéant), telles que :

- **Pensez-vous que d'autres problèmes de santé que vous avez, ou des limitations physiques en général, limitent votre vie sexuelle ?**
- **La ménopause (ou les hormones pour la traiter) a-t-elle semblé changer votre désir sexuel, d'une manière ou d'une autre ?**
- **Au fil du temps, des éléments comme la forme et la lubrification du vagin peuvent changer. Cela vous a-t-il impacté ?**



Évaluer les obstacles et défis

- De nombreuses choses peuvent affecter la facilité d'obtenir et de maintenir une érection, y compris le vieillissement en général et des conditions comme le diabète ou les maladies cardiaques. Cela vous a-t-il impacté ?
- La santé mentale et des comportements comme la consommation d'alcool peuvent également avoir un impact sur la sexualité. Pensez-vous que cela pourrait vous affecter ?
- Avez-vous observé un changement dans votre libido ou vos capacités depuis que vous avez commencé à prendre un nouveau médicament ?



Assurer le consentement

Le consentement est un sujet qui, en général, était moins enseigné et compris dans les générations précédentes. De plus, la démence et le déclin cognitif chez les adultes âgés peuvent compliquer l'idée du consentement éclairé vis-à-vis des relations sexuelles, même au sein de relations de longue date.⁵ Pour décider si une évaluation plus approfondie de la capacité à consentir pourrait être nécessaire, essayez de poser des questions comme :

- **Lorsque vous initiez une activité sexuelle, sentez-vous toujours que vous voulez qu'elle ait lieu ? Continuez-vous à le vouloir pendant l'activité ? Pensez-vous que si vous changiez d'avis pour une raison quelconque, vous pourriez facilement l'arrêter ?**
- **Avez-vous l'impression, avant de commencer une activité sexuelle, de comprendre ce qui se passe et de garder cette compréhension tout au long de l'activité ? Devenez-vous parfois désorienté(e) ou confus(e) pendant la participation ?**
- **Avez-vous des moyens de communiquer votre consentement – ou le fait que vous ne consentez pas – à vos partenaires ? Comprennent-ils et respectent-ils ces signaux ?**

5. <https://www.realizecanada.org/wp-content/uploads/SHOP-Reference-List.pdf>



Faciliter des rapports sexuels mieux protégés

Le VIH et les infections sexuellement transmissibles (IST) sont en augmentation parmi les adultes âgés dans de nombreuses régions du monde.^{6,7,8} Les adultes âgés pour qui éviter une grossesse était autrefois une préoccupation, et ne l'est plus, ou qui étaient dans une relation monogame à long terme et ne le sont plus, peuvent ne pas comprendre la nécessité de pratiquer le sexe mieux protégé à ce stade de la vie. Essayez de commencer les conversations avec des questions comme :

- **Que savez-vous sur la prévention des infections sexuellement transmissibles ?**
- **Faites-vous quelque chose pour vous protéger pendant les rapports sexuels ?**
- **Connaissez-vous des options comme (selon le cas) les préservatifs externes, les préservatifs internes, les digues dentaires pour le sexe oral, et le PrEP pour le VIH ?**
- **Avez-vous été testé(e) pour les IST dans le passé ? Savez-vous ce que vous avez été testé(e) et les résultats ?**
- **Savez-vous où vous pouvez accéder à des services de test ?**

6,7,8. <https://www.realizecanada.org/wp-content/uploads/SHOP-Reference-List.pdf>

Realize a développé une série d'outils pour les professionnels et les patients, y compris des fiches d'information, des références à des recherches pertinentes, des amorces de conversation, des vidéos et un guide d'atelier. Pour en savoir plus, visitez :

www.RealizeCanada.org

réalise

UN MOTEUR
DE CHANGEMENT POUR
LES PERSONNES VIVANT
AVEC LE VIH ET D'AUTRES
INVALIDITÉS ÉPISODIQUES

(416) 513-0440
www.realizecanada.org
info@realizecanada.org