

QUIZZ VIH



ET SI ON PARLAIT
DE VOTRE
SANTÉ
SEXUELLE ?

DESCRIPTION

Ce jeu de cartes à piocher est un outil pédagogique de prévention santé autour des risques sexuels, des stratégies de prévention, du dépistage et des modes de transmission du VIH.

TYPE DE SUPPORT

Cartes thématiques avec des questions, une fiche outil avec les réponses.

PROFIL DU PUBLIC

Publics prioritaires. Jeunes 13-25 ans.

THÉMATIQUE PRINCIPALE

La lutte contre le VIH/sida.

UTILISATION

En groupe avec un ou plusieurs animateurs.

TYPES DE SAVOIRS DÉVELOPPÉS PAR LE SUPPORT

Acquisition de savoirs.

Développement de savoir-être.

THÈMES ABORDÉS

VIH/IST et stratégies de prévention.

Sérophobie.

Relations affectives, amoureuses et sexuelles.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

Avoir conscience de soi / Avoir de l'empathie pour les autres.

Savoir communiquer efficacement / Être habile dans ses relations.

Savoir résoudre les problèmes / Savoir prendre des décisions.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

À la fin de l'animation, les participants :

- Acquière des connaissances sur les thématiques « éducation à la sexualité » et plus spécifiquement sur la lutte contre le VIH/sida et les IST.
- Identifient les lieux ressources (centre de dépistage, etc.).

BUT DU JEU

Répondre à un maximum de questions et être déclaré « L'incollable de la prévention autour du VIH/sida ».

MATÉRIEL

Un jeu de 30 cartes au total :

- 10 cartes concernant les modes de transmission du VIH/sida.
- 10 cartes concernant la prévention diversifiée.
- 10 cartes concernant la sérophobie.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Maximum 6 personnes environ lors de chaque partie.

RÈGLES DU JEU

Une personne du groupe pioche une carte parmi les trois catégories puis la lit à voix haute et répond à la question. L'animateur valide ou non la réponse de la personne en la corrigeant si besoin. C'est ensuite au tour des autres membres du groupe.

CONSEILS D'UTILISATION DE L'OUTIL

L'animateur incite les participants à piocher des cartes de toutes les catégories. Il peut proposer aux participants de faire deux équipes et d'attribuer un point par bonne réponse. L'outil se prête particulièrement à une utilisation en stand et avec un groupe de 2 à 5 personnes.

Chaque question peut être approfondie par l'animateur grâce aux questions de relance ouvertes et au contenu donné ci-dessous. À la fin de la partie, faire le bilan des points obtenus en utilisant des questions de relance.

AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

AVANTAGES

- Cette activité permet de travailler une grande partie des aspects de la lutte contre le VIH/sida.
- Le quiz est une animation ludique généralement appréciée par les jeunes.
- Il donne de la visibilité à un stand, c'est un outil très attractif.
- L'outil peut s'utiliser en groupe comme en individuel.

LIMITES

- Si le choix de l'animateur se porte sur la constitution d'équipes qui s'affrontent pour le plus grand nombre de points, le caractère ludique et compétitif de cette activité peut prendre le dessus sur le contenu pédagogique souhaité.
- L'outil ne peut s'utiliser qu'en petit groupe.
- L'outil nécessite des connaissances solides sur la thématique.



DÉTAIL DES CARTES TRANSMISSION

Quels sont les rapports sexuels contaminants ?

- Le cunnilingus ne transmet pas.
- Les caresses ne transmettent pas.
- S'embrasser ne transmet pas.
- Masturber son/sa partenaire ne transmet pas.
- Le rapport anal peut transmettre.
- Le rapport vaginal peut transmettre.
- La fellation peut transmettre.

Utiliser un préservatif et/ou avoir fait un test de dépistage permet de maîtriser le risque de transmission du virus.

La pilule contraceptive d'urgence protège-t-elle d'une contamination au VIH ?

Non. Mais selon la dernière enquête de Sidaction sur les connaissances des 15-25 ans, 19% des personnes interrogées ont répondu par l'affirmative à cette question.

Est-il risqué d'embrasser une personne séropositive ?

Non. Sur la joue, sur la bouche ou avec la langue, il est impossible de transmettre le virus en embrassant quelqu'un.

Est-ce que la pénétration anale est un mode de transmission du VIH ?

Oui. Une pénétration anale (pénis/anus) peut permettre la transmission du virus pour les deux partenaires. Utiliser un préservatif et du gel lubrifiant et/ou avoir fait un test de dépistage et/ou être sous PrEP permet de maîtriser ce risque de transmission.

Est-ce que la pénétration vaginale est un mode de transmission du VIH ?

Oui. Une pénétration vaginale (pénis/vagin) peut permettre la transmission du virus pour les deux partenaires. Utiliser un préservatif et du gel lubrifiant et/ou avoir fait un test de dépistage permet de maîtriser ce risque de transmission.

Y a-t-il un risque de contracter le VIH en s'asseyant sur des toilettes publiques ?

Non, il n'y a aucun risque !

Est-ce que les rapports sexuels sont les seuls modes de transmission du VIH ?

Non, le VIH se transmet également par contamination sanguine et par le lait maternel. En France, grâce aux traitements, la contamination est quasi nulle entre la mère et l'enfant.

Y a-t-il une différence entre le VIH et le sida ?

Une personne séropositive est une personne porteuse du VIH, le virus du sida. À l'inverse, une personne séronégative est une personne qui n'est pas contaminée par le VIH.

Qu'est-ce qu'une personne séropositive ?

Une personne séropositive est une personne porteuse du VIH, le virus du sida. À l'inverse, une personne séronégative est une personne qui n'est pas contaminée par le VIH.

En caressant son ou sa partenaire, risque-t-on de contracter le VIH ?

Non ! Les contacts de peau à peau et sans pénétration ne transmettent jamais le virus, quelle que soit la partie du corps caressée.

DÉTAIL DES CARTES PRÉVENTION DIVERSIFIÉE

Quelles sont les 3 méthodes principales pour se protéger du VIH ?

- Les préservatifs.
- Le dépistage.
- Les traitements.

Le préservatif interne (féminin) protège-il du VIH ?

Oui, comme le préservatif externe (masculin), il protège des IST et des grossesses non prévues. Ses avantages : il peut être posé plusieurs heures avant un rapport sexuel, il n'est pas en latex (pas de risques d'allergies), il est lubrifié et il est plus large (donc considéré plus confortable par certaines personnes).

Existe-il un traitement préventif qui protège du VIH ?

Oui : la PrEP (prophylaxie pré-exposition). Elle peut être proposée aux personnes séronégatives qui sont très exposées au risque de contracter le VIH. La PrEP ne remplace pas le préservatif, notamment parce qu'elle ne protège pas des autres infections sexuellement transmissibles (IST).

Faut-il une ordonnance de son médecin pour se faire dépister ?

Pas forcément. Certaines méthodes de dépistage ne nécessitent pas d'ordonnance d'un médecin : le dépistage en CeGIDD (centre gratuit de dépistage et de diagnostic), l'autotest (vendu en pharmacie ou donné gratuitement par certaines associations) et le TROD (Test rapide d'orientation diagnostique, souvent réalisé par des associations).

Quelles méthodes de dépistage du VIH connaissez-vous ?

- Les 4 méthodes de dépistage existantes à ce jour sont :
- L'autotest (vendu en pharmacie) : à réaliser soi-même / résultat disponible juste après le test / 25 € environ ou diffusé gracieusement par certaines associations.
 - Le dépistage en CeGIDD (centre gratuit de dépistage et de diagnostic) : réalisé par des professionnels de santé / résultat disponible entre 2 à 5 jours / anonyme / gratuit.



- Le TROD (Test rapide d'orientation diagnostique) : principalement réalisé par des associations / résultat disponible juste après le test / anonyme / gratuit.
- Le dépistage en laboratoire d'analyses médicales : réalisé par des professionnels de santé / résultat disponible entre 2 et 5 jours / confidentiel / remboursé sur ordonnance d'un médecin.

Il y a plein de façons de se dépister de manière très simple. Pour l'autotest et le TROD, une simple goutte de sang prélevée au bout du doigt suffit. Le plus important est de se dépister, quelle que soit la méthode. Pour rappel, sur 150 000 personnes vivant avec le VIH en France, 25 000 ignorent leur statut sérologique.

Est-ce que le dépistage du VIH, c'est pour tout le monde ?

Oui. La Haute Autorité de santé a recommandé il y a quelques mois dans un rapport officiel, que toute personne — quelle que soit sa situation — fasse à minima un test de dépistage au cours de sa vie. Bien sûr, la Haute Autorité de santé a recommandé aussi que certaines personnes plus exposées au VIH fassent des dépistages plus réguliers comme les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes ou les personnes originaires d'une zone très touchée par l'épidémie, comme l'Afrique subsaharienne.

Que faire après un rapport sexuel à risque ?

Si l'on a eu un rapport sexuel non protégé (ou un accident de préservatif) avec une personne séropositive ou une personne dont on ne connaît pas le statut sérologique, il faut se rendre aux urgences dans les heures qui suivent cette prise de risque (et au plus tard jusqu'à 48 heures après l'exposition). Un traitement d'urgence (TPE : traitement post-exposition) sera donné. Dans tous les cas, n'hésitez pas à appeler Sida Info Service 0 800 840 800.

Que signifie le slogan I=I ou U=U ?

Cela signifie indétectable = intransmissible. Une personne séropositive sous traitement et en charge virale indétectable ne transmet pas le virus responsable du sida. En effet, les médicaments antirétroviraux rendent le virus indétectable dans le sang et les liquides sexuels des personnes touchées, le virus devient de fait intransmissible. C'est une révolution scientifique fondamentale, aussi bien pour la vie des personnes séropositives que pour le contrôle collectif de l'épidémie.

Avoir une charge virale indétectable, est-ce que ça veut dire ne plus être séropositif ?

Non. La charge virale d'une personne séropositive est indétectable lorsque le VIH n'est plus présent dans son sang et ses liquides sexuels. Il est encore présent dans l'organisme, mais reste cantonné dans ses réservoirs. Ceci est possible grâce aux traitements antirétroviraux. Mais on ne guérit pas du VIH. Il n'y a pas de vaccin. Une personne séropositive ne peut pas redevenir séronégative.

Un enfant dont la mère est séropositive est-il forcément atteint par le VIH ?

Non. Grâce aux traitements, une mère séropositive ne transmet pas le VIH à son nouveau-né. Le traitement de toutes les femmes séropositives dès le début de la grossesse et pendant toute sa durée, empêche la transmission du virus. Grâce à cela, il n'y a eu quasiment aucun cas de transmission mère-enfant en France depuis 2010. En l'absence d'un traitement efficace, une femme vivant avec le VIH transmettra le virus une fois sur quatre environ, principalement pendant l'accouchement. De même, il est tout à fait possible pour un couple de personnes séropositives d'avoir un enfant de manière naturelle avec l'accompagnement d'un médecin.

DÉTAIL DES CARTES SÉROPHOBIE

Qu'est-ce que la sérophobie ?

C'est le fait de discriminer les personnes vivant avec le VIH. Aujourd'hui, en France, c'est une réalité qui touche très fortement les personnes puisque selon les dernières enquêtes, 30 % rapportent avoir vécu une situation de discrimination durant les douze derniers mois.

Lutter contre la sérophobie est très important : d'une part car cela constitue un problème de droits humains, d'autre part parce que la sérophobie est un frein important à la politique de promotion de dépistage et de prévention. Enfin, une personne discriminante envers les séropositifs s'expose au risque supplémentaire d'être un jour victime de sa propre sérophobie, car on sait qu'elle aura moins tendance à se protéger, se pensant immunisée contre ce qu'elle discrimine.

Si un jour elle devient séropositive, le stigma aura été intériorisé, ce qui l'empêchera de vivre une sexualité épanouie.

Un personnel de santé a-t-il le droit de refuser de soigner une personne séropositive ?

Non. Il doit prendre en charge ses patients de la même manière, quel que soit leur état de santé. Un refus de soin est sanctionnable par l'État ou les ordres professionnels. En 2015, Aides a réalisé une opération de testing dans 440 cabinets dentaires. Résultat : un cabinet sur trois a des pratiques discriminatoires, c'est-à-dire des refus de rendez-vous ou traitement différencié, voire réorientation sans justification vers les urgences hospitalières.



Une personne séropositive peut-elle voyager librement dans tous les pays ?

Non. Aujourd'hui, certains pays imposent encore des restrictions d'entrée, de séjour et/ou de résidence aux personnes vivant avec le VIH. Par exemple si vous êtes séropositif, vous ne pouvez pas entrer en Russie, aux Émirats arabes unis ou au Qatar. Et c'était le cas pour les États-Unis et la Chine jusqu'en 2009/2010, les deux premières puissances mondiales. Aujourd'hui, ce sont encore une cinquantaine de pays dans le monde qui disposent de restrictions d'entrée, de séjour et/ou de résidence aux personnes vivant avec le VIH.

Une personne séropositive obtient-elle facilement un prêt immobilier ?

Non. Contracter un prêt immobilier est difficile pour les personnes séropositives, comme globalement pour tout accès à un emprunt. La séropositivité peut en effet entraîner des surprimes et des exclusions de garanties, voire des refus d'assurance, et donc d'emprunt. Des progrès ont été faits mais ils sont largement insuffisants.

Une personne séropositive peut-elle parler librement de son statut sérologique sans être rejetée ?

Chaque cas est différent. L'entourage des personnes vivant avec le VIH peut être plus ou moins à l'écoute, bienveillant, respectueux par rapport à la situation. Les personnes séropositives sont souvent victimes de mauvais jugements et de discriminations (dans le monde professionnel, au sein de la sphère médicale, personnelle).

Une personne séropositive peut-elle travailler ?

Oui, elle le peut, oui elle le veut. Mais une récente étude menée par l'Inserm arrive à la conclusion suivante : les progrès médicaux n'engendrent pas d'amélioration au niveau de l'emploi des personnes vivant avec le VIH. L'étude montre que le taux de chômage des personnes séropositives a augmenté plus vite que celui de la population générale au cours des dernières années. Ce qui est paradoxal au regard des progrès de la prise en charge.

Certains métiers sont-ils encore interdits aux personnes séropositives ?

Oui. Jusqu'en 2015, l'entrée à l'école nationale de la magistrature ainsi qu'à l'école polytechnique était impossible pour les personnes séropositives, chaque candidat devant remplir les conditions d'aptitude physique ou être définitivement guéri de toute affection donnant droit à un congé de longue durée. Les personnes séropositives sont exclues de près de 500 000 postes, d'après les calculs de aides, puisque dans la gendarmerie, la police, chez les sapeurs-pompiers ou dans l'armée, les personnes séropositives sous traitement sont considérées comme « inaptes au terrain ».

Avoir une relation sexuelle avec une personne séropositive : est-ce risqué ?

Aujourd'hui, les études démontrent qu'une personne séropositive sous traitement efficace et une charge virale indétectable ne transmet pas le VIH. C'est ce que l'on appelle le i=i. Cela signifie indétectable = intransmissible. Une personne séropositive sous traitement et en charge virale indétectable ne transmet pas le virus du sida. En effet, les médicaments antirétroviraux rendent le virus indétectable dans le sang et les liquides sexuels des personnes touchées, le virus devient de fait intransmissible.

Une personne séropositive peut-elle recevoir des soins funéraires ?

Oui... mais depuis peu ! Depuis 1998 et jusqu'en 2018, il était interdit de pratiquer des soins de conservation (thanatopraxie) sur les corps des personnes séropositives décédées. Concrètement, cela interdisait à la famille, aux amis, aux proches, un dernier hommage à la personne défunte.

La sérophobie, est-ce un phénomène généralisé, présent aussi bien dans la vie privée, sociale et professionnelle ?

Oui. Dès qu'il y a une possibilité de proximité avec une personne séropositive, les enquêtes montrent un phénomène de peur et de rejet. Donnons quelques exemples : selon une enquête faite en 2017 par l'association aides, 21 % des parents se sentiraient mal à l'aise à l'idée que l'enseignant de leur enfant soit séropositif. Plus globalement, 16 % des répondants se sentiraient mal à l'aise à l'idée de travailler avec un collègue séropositif, et 10 % préféreraient ne pas fréquenter le même cabinet médical qu'une personne vivant avec le VIH. Chez les 18-24 ans, cette proportion est même plus élevée : respectivement 30 % et 15 % ! La sérophobie se nourrit d'une mauvaise connaissance sur les modes de transmission du VIH/sida sur lesquels il faut insister : le VIH n'est pas contagieux et donc

Une proximité avec une personne séropositive n'est évidemment pas risquée. Informer, s'informer, c'est mettre fin à la sérophobie.

