

Au cœur de la santé sexuelle et reproductive, les droits sexuels

Sabrina Galley et Anne-Frédérique Monnay sont respectivement sage-femme et infirmière sage-femme, toutes deux spécialistes en santé sexuelle pour la fondation PROFA. Leur pratique s'étend des interventions en éducation sexuelle en milieu scolaire aux consultations en santé sexuelle. Elles offrent ici un écho à la pratique sage-femme dans son ensemble, invitant à se saisir de la notion de droits sexuels.

TEXTE :
SABRINA GALLEY ET ANNE-FRÉDÉRIQUE MONNAY

Il est aujourd'hui largement reconnu qu'un bon état de santé sexuelle participe grandement au bien-être global de toute personne (voir encart ci-dessous). Même si cela n'est pas toujours présent à notre esprit, la pratique sage-femme s'inscrit au cœur de cet équilibre et est étroitement lié aux droits reproductifs des individus. Cependant, ces droits s'inscrivent plus largement dans une série de droits sexuels définis par l'*International Planned Parenthood Federation* (IPPF) dans sa déclaration de 2008. Ces droits humains liés à la sexualité promeuvent une approche holistique qui valorise chaque individu, respecte sa diversité et favorise une vision positive de la sexualité (voir encart ci-dessous). Dans notre pratique soignante, devenir spécialiste en santé sexuelle permet une compréhension plus fine des enjeux en

Les premières rencontres avec les enfants et les jeunes sont des occasions uniques de nommer les fondements indispensables au vécu positif de la vie intime et affective.

lien avec les sexualités, processus évolutif qui s'étend de la vie à la mort. Le DAS en santé sexuelle prépare aux fonctions de formateur-trice:s et de conseiller-ère:s en santé sexuelle. À bien des égards, les premières rencontres avec les enfants et les jeunes sont des occasions uniques de

nommer les fondements indispensables au vécu positif de la vie intime et affective dont la grossesse, la naissance et la parentalité font partie. Dans le canton de Vaud, ces prestations adressées à toute la population sont garanties par la Fondation PROFA, en parallèle d'autres prestations



Santé sexuelle: définition

La santé sexuelle est définie par l'Organisation mondiale de la santé «comme un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social dans le domaine de la sexualité. Cela sous-entend non seulement l'absence de maladies, de dysfonctionnements ou d'infirmités, mais aussi une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables et à moindre risque, sans contrainte, discrimination et violence. Pour acquérir et préserver la santé sexuelle, il faut respecter, protéger et garantir les droits sexuels des êtres humains.»

**World Health Organization (2006).
Developing Sexual Health
Programmes – A Framework
for Action, Geneva 2010.**



Les droits sexuels et reproductifs

Les droits sexuels font partie des droits humains. Chaque individu peut faire valoir ces droits. Il s'agit de droits humains appliqués de manière concrète au domaine de la sexualité. Ils sont importants, la sexualité étant un élément essentiel de l'être humain. Toute personne a le droit de vivre sa sexualité avec plaisir, sans contrainte, discrimination ou violence.

Dans la déclaration de 2008 de l'*International Planned Parenthood Federation*, les droits sexuels sont déclinés en 10 articles:

- Droit à l'égalité homme-femme et LGBTQIA*;
- Droit à la participation;
- Droit à l'intégrité;
- Droit à la vie privée;
- Droit à l'autonomie;
- Droit à la liberté d'expression;
- Droit à la santé;
- Droit à l'éducation et à l'information;
- Droit de choisir de se marier ou non, d'avoir des enfants ou non;
- Droit à la responsabilité et la réparation.



Source:
www.sante-sexuelle.ch



Le service d'éducation sexuelle de PROFA a imaginé une mascotte, baptisée Zig Zag, pour faire passer les cinq messages clés du programme à l'aide d'une approche positive.

plus connues des sage-femmes comme celle du conseil en périnatalité¹.

«Mon corps est à moi»

La mise en œuvre du droit à l'éducation est connue dans notre pays où des cours d'éducation sexuelle sont dispensés, dès l'âge de 5 à 6 ans, à tou-te-s les élèves de Suisse romande. Un des premiers messages délivrés dans ces interventions est «Mon corps est à moi» (Protection de l'enfance Suisse, 2006). Ce message s'inscrit dans une vision de pro-

tection de l'enfance et de prévention des abus sexuels, mais il n'en est pas moins le socle sur lequel s'inscrit la notion centrale de consentement. Dans un langage adapté à leur âge, en contexte scolaire est explicitement transmis aux élèves ce qu'est le droit à l'autodétermination. Même si les classes enfantines peuvent paraître très éloignées des salles de naissances, c'est bien durant les premières années scolaires que sont consolidés les savoirs en lien avec le droit à l'intégrité physique, le droit à participer à toutes questions qui concernent le corps et la santé. Ces droits sont bien entendu centraux dans toutes les étapes de développement qui suivront, notamment celles qui jalonnent le parcours de la vie procréative.

Langage inclusif

Le deuxième objectif poursuivi par ces cours est le traitement de la question qui concerne l'origine de la vie: «Comment fait-on les bébés?». Dans la formulation d'une réponse, un des outils en notre possession est l'utilisation du langage inclusif et épiciène. En élaborant une réponse qui dirait que «Pour faire un bébé, il faut un papa et une maman», on exclut de fait toute une partie d'enfants présent-e-s dans ces classes qui ne seraient pas concerné-e-s par cette réalité. Pour une réponse inclusive, il s'agira d'avoir en tête toutes les histoires de conceptions possibles. Pour que chaque enfant puisse se sentir inclus-e dans ce qui est dit, on peut dès lors formuler: «Pour faire un

¹ Voir la carte des consultations PROFA sur www.profa.ch



bébé, il faut que deux graines de vie différentes se rencontrent». L'utilisation de ce langage peut également s'avérer très précieux dans les soins. Si l'on n'y prend pas garde,

Porter une attention particulière au choix de nos mots participe au soutien du droit à l'égalité et à la non-discrimination.

une vision normative de la réalité peut être véhiculée dans les formulations orales les plus communément utilisées. Par exemple, demander à une personne enceinte: «Qui est le père du bébé?» au lieu de demander qui est l'autre parent. Porter une attention particulière au choix de nos mots participe, dans les interactions soignant-e-soigné-e, au soutien du droit à l'égalité et à la non-discrimination.

Autonomie corporelle

Dans les degrés scolaires suivants, les apprentissages en lien avec la connaissance du corps vont prendre de plus en plus de place, notamment les thèmes concernés par les changements pubertaires. Même si on observe que les savoirs sur le cycle menstruel ne sont pas toujours optimaux, il en va de même pour ceux rattachés aux processus physiologiques des corps de sexe biologique masculin. Une attention particulière est portée sur l'apprentissage de repérages et des sensations corporelles, signaux et repères de la vie intime et sexuelle. À l'heure d'un accès omniprésent aux contenus pornographiques, cet enseignement se complexifie, mais reste essentiel pour soutenir l'autonomie corporelle de chacune et de chacun.

Le corps, les émotions et la protection

Comme c'est déjà le cas avec les élèves de 5 à 12 ans, pour aborder la sexualité de manière holistique dans les classes du secondaire, les contenus s'articulent autour de trois thèmes principaux: le corps, les émotions et la protection. Les questions des jeunes, souvent posées de façon anonyme, démontrent un intérêt plus marqué pour les

relations affectives et sexuelles. C'est en allant à la recherche de ces interrogations que nous tentons de saisir et de faire émerger le centre de leurs préoccupations. De manière générale, il est intéressant de constater que certaines questions traversent les générations. Ainsi la question «Est-ce que la première fois fait mal?» reste une question presque incontournable. La question de la virginité est, elle aussi, encore présente. Même si les connaissances scientifiques sur l'anatomie et la physiologie du sexe féminin sont mieux développées aujourd'hui, on constate que certaines notions restent tenaces. Le concept de virginité véhicule des normes sexuées qui visent «la construction sociale d'un corps pur», normes qui sont difficilement déclinables sur les corps masculin (Tersigni, 2021). Cet

exemple illustre bien les inégalités de traitement toujours persistantes du droit à vivre sa sexualité.

Pornographie et esprit critique

La pornographie véhicule également son lot de propos discriminatoires. Celle-ci est un facteur d'inégalité marquée (Allard, 2021). Selon l'étude EU Kids Online 2019 focus suisse, presque 20% des enfants jusqu'à 11 ans ont déjà visionnés des contenus à caractères sexuels (Hermida, 2019). Ce chiffre monte à 50% pour les enfants de 14 ans et à 75% pour ceux et celles 16 ans. En France, la dernière étude de l'Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique (2023) déclare que 51% des garçons de 12 ans et 31% des filles se rendent



sur des sites pour adultes à raison d'une fois par mois. La pornographie *mainstream*, en libre d'accès sur internet, témoigne non seulement de violence mais également de rapports de genre inégalitaires. Si le sujet est peu amené frontalement par les élèves, il colore et imprègne certaines questions anonymes, comme «Pourquoi devons-nous nous raser les parties intimes?». Soutenir les jeunes dans la construction de leur esprit critique en abordant la notion de plaisir, de consentement et d'émotions peut permettre de sortir d'une vision uniquement génitale, cristallisée, mécanique, sous-tendue par la pornographie, pour une vision plus large et plus respectueuse de la sexualité.

Violence conjugale

Si la prévention de la violence conjugale est au cœur de la pratique sage-femme, elle l'est aussi en éducation sexuelle. En effet l'étude de l'Institut universitaire de médecine sociale et préventive (2018) montre que 60 % des jeunes en couple, âgés entre 15 et 16 ans, se disent victimes de violences ou d'abus de la part de leur partenaire. Environ 20 % des jeunes indiquent avoir subi des violences physiques, telles que des gifles, des coups de pieds ou des morsures. Concernant les violences sexuelles, les chiffres sont d'environ 13 % pour les jeunes filles et de 7 % pour les jeunes garçons. Entre 45 et 60 % des jeunes se sentent surveillés ou contrôlés par leur partenaire.

La prévention de la violence est un thème traité de manière transversale dans les cours d'éducation sexuelle et peut faire l'objet, dans le canton de Vaud, de cours spécifiques selon la demande des établissements scolaires. Cette prévention s'articule autour de la promotion des compétences psychosociales lorsque le consentement, la négociation, l'expression des émotions, le respect de chacun-e, et bien-sûr les droits sexuels sont abordés.

Réseau pour la santé sexuelle

Lors des cours d'éducation sexuelle au secondaire, il est d'usage de parler du réseau en lien avec la santé sexuelle. Nous informons sur les consultations de santé sexuelle du canton, les associations de soutien aux personnes LGBTQIA+ et les lieux d'accueil en cas de violence comme les centres LAVI (Loi de l'Aide aux Victimes d'Infraction). Dans ces

centres, le droit à la réparation des préjudices commis est proposé gratuitement par une aide psychologique et juridique.

Consultation de santé sexuelle

La consultation de santé sexuelle, quant à elle, reçoit les personnes pour différentes demandes en lien avec la santé sexuelle et reproductive. Ces lieux sont ouverts à toutes personnes qu'elles soient mineures ou majeures. Dès que les jeunes possèdent

sont autant de situations où la confidentialité sera assurée. Cet aspect traite du droit à l'intimité et à l'autonomie.

Si la consultation est fréquentée par des adolescent-e-s et jeunes adultes, elle est aussi une ressource pour toutes et tous, peu importe leur âge, leur origine, leur état de santé, leur confession, leur genre, ou leur orientation sexuelle.

Tout comme les consultations obstétricales sont des espaces permettant de faire de la prévention et de la promotion de la santé, celle en santé sexuelle l'est aussi. L'anamnèse psycho-sociale permet de personnaliser l'accompagnement et le soutien proposés aux usager-ère-s. À la consultation de santé sexuelle de PROFA, il est discuté de la satisfaction sexuelle et de la satisfaction relationnelle, et d'éventuelles violences sont dépistées, comme celles à caractère sexuel.

Les prestations en santé sexuelle évoluent en fonction des besoins de la société et des avancées scientifiques. Si à l'origine on parlait de planning familial qui délivrait des contraceptifs par exemple, aujourd'hui, les centres de santé sexuelle ont élargi leurs prestations notamment pour y proposer des dépistages des IST. A la consultation de santé sexuelle sont reçues et suivies les personnes qui souhaitent prendre la PrEP (Prophalaxie pré-exposition au VIH) et la PEP (prophylaxie post-exposition au VIH). Depuis peu y sont également proposés des

Les prestations en santé sexuelle évoluent en fonction des besoins de la société et des avancées scientifiques.

leur capacité de discernement, la confidentialité des prestations est garantie. Ainsi, se rendre dans une consultation de santé sexuelle pour une pilule d'urgence, un moyen de contraception, un dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST), une information ou acheter des préservatifs



Et dans les consultations médicales?

La *Revue médicale suisse* a consacré un numéro au thème «Sciences des sexualités» en juin dernier. Dyspareunie et endométriose, inclusion des personnes trans dans les protocoles de préservation de la fertilité, santé des personnes LGBTQ+, etc.: une thématique traitée en interdisciplinarité autour de questions d'actualité.

Plus spécifiquement, Machlout *et al* y abordent la consultation médicale avec des informations, recommandations et mise en perspectives utiles pour toutes les personnes impliquées.



Machlout, M., Charmillot, M. & Jacot-Descombes, C. (2023). Pistes pour une éducation sexuelle inclusive basée sur les droits sexuels dans les consultations médicales. *Revue médicale suisse*; juin. www.revmed.ch

accompagnements pour des interruptions de grossesse médicamenteuses à domicile.

Soutenir le pouvoir décisionnel

Historiquement, les prestations en santé sexuelle, qu'elles soient adressées en entretien individuel ou en collectif à l'école, poursuivaient principalement un objectif préventif – à savoir celui des risques liés aux infections sexuellement transmissibles, aux grossesses imprévues et aux violences sexualisées. Mais aujourd'hui, même si ce travail est toujours effectué, une approche centrée sur les droits est d'avantage axée sur la promotion de la santé (Charmillot & Jacot-Descombes, 2018) (voir aussi encart p. 12). Cette approche promeut une vision positive de la sexualité et soutient le pouvoir décisionnel de toutes personnes en matière de vie affective et sexuelle. ◉

Références

- Allard, C. (2021)** Pornographie et construction sociale du désir: une perspective féministe. *Recherches féministes*; 32(1), 91-108.
- Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique (2023)** la fréquentation des sites pour «adultes» par les mineurs. www.arcom.fr
- Charmillot, M. & Jacot-Descombes, C. (2018)** Penser l'éducation sexuelle à partir des droits sexuels. *Recherches & éducations*; 19.
- Hermida, M. (2019)** EU Kids Online Suisse. Les enfants et les jeunes suisses sur Internet: risques et opportunités. Extrait des résultats. Haute école pédagogique de Schwyz, Goldau. www.eukidsonline.ch
- International Planned Parenthood Federation (2008)** Déclarations des droits sexuels. www.ippf.org
- Lucia, S., Stadelmann, S. & Pin, S. (2018)** Enquêtes populationnelles sur la victimisation et la délinquance chez les jeunes dans le canton de Neuchâtel. Lausanne, Institut universitaire de médecine sociale et préventive. *Raisons de santé*; 288.
- Protection de l'enfance suisse (2006)** «Mon corps est à moi». Offres de prévention de la violence sexuelle dans un contexte pédagogique. www.kinderschutz.ch
- Tersigni, S. (2021)** Virginité. In Rennes, J. (éd.), *Encyclopédie critique du genre* (pp. 852-864). Paris: La Découverte. <https://doi.org/10.3917/dec.renne.2021.01.0852>

AUTRICES



Sabrina Galley,
sage-femme, formatrice
et conseillère en santé sexuelle, PROFA.



Anne-Frédérique Monnay,
infirmière sage-femme, formatrice
en santé sexuelle, PROFA.

IST, contraception, sexualités: des ressources en ligne

Outre les sites internet indiqués en éditorial (p. 3), on peut aussi citer ces ressources supplémentaires sur lesquelles s'appuyer dans le suivi des femmes et couples ou pour mettre à jour ses connaissances.

Lovelife.ch: tout savoir sur les IST

Lovelife.ch est un site internet dédié aux infections sexuellement transmissibles (IST), édité par l'Office fédéral de la santé publique et à destination du grand public. La page «Hiv & co» répertorie toutes les IST, et détaille pour chacune les données importantes: transmission, symptômes, dépistage et traitement. Lovelife.ch propose également un *safer sex check* (test pour une sexualité plus sûre) à réaliser en ligne, pour une information sur mesure.

La contraception en bref

La contraception en bref est un dépliant édité par SANTE SEXUELLE SUISSE, qui fournit des informations brèves et concises sur les différentes méthodes contraceptives ainsi que sur la contraception d'urgence en Suisse. Il est disponible en plusieurs langues.

Sexualité positive, oui!

La brochure gratuite *Sexualité positive, oui!* offre des ressources pour une éducation sexuelle dite inclusive et positive en encourageant l'adoption d'un langage inclusif, la diversification des représentations, le développement d'un regard critique et l'intégration du plaisir dans toutes les disciplines du cursus scolaire. ◉



Tout savoir sur les IST sur <https://lovelife.ch>



La contraception en bref, à commander gratuitement sur <https://shop.sante-sexuelle.ch>



Brochure à télécharger ou commander sur <https://shop.sante-sexuelle.ch>

Sélection: Esther Grosjean et Jeanne Rey, rédactrices *Obstetrica*