

# À partir de la 7<sup>e</sup> année

## Document de soutien au programme d'études sur le développement humain et la santé sexuelle de Durham Region Public Health

### Infections sexuellement transmissibles

#### Matériel suggéré :

- stylos
- papier
- préservatif
- Cartes de préservatifs (voir annexe)
- Fiches d'information sur les IST (<https://www.durham.ca/en/health-and-wellness/sexually-transmitted-infections--stis-.aspx>) (en anglais seulement)
- Démonstrateur de préservatif ou banane (facultatif)

#### Discuter des ententes de groupe

Travaillez avec les élèves pour établir une liste d'ententes de groupe qui renforcera leur sentiment de sécurité et de confort pendant les séances de santé sexuelle.

Il est essentiel d'inclure les éléments suivants :

- Aucune question personnelle ni échange de renseignements personnels\*.
- Vous avez le droit de sauter une question.
- Mettez l'accent sur le respect.

Affichez la liste dans la classe et consultez-la au besoin.

*\*Il convient de trouver un équilibre entre le fait d'encourager les élèves à parler de la vie réelle et une divulgation excessive de renseignements privés. Encouragez les élèves à utiliser l'expression "Je connais quelqu'un qui..." au lieu de divulguer le nom de la personne si vous partagez des renseignements de nature personnelle.*

## Activité 1:Présentation des IST

---

### Question de l'enseignant :

- “Que signifient les lettres IST?” (Infections sexuellement transmissibles)

Certains élèves connaissent peut-être le terme MST. Expliquez que toutes les infections ne deviennent pas des maladies, le terme courant est donc celui d'IST.

Il est désormais courant de désigner les IST par le terme ITSS : Infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)

Définissez les mots suivants : bactérie, cure, virus, traitement (voir les définitions ci-dessous).

### Bactérie

- organisme unicellulaire
- peut causer des infections courantes comme l'angine streptococcique ou une infection de l'oreille
- peut être guéri (éliminé) avec des antibiotiques
- peut revenir sous la forme d'une nouvelle infection si le corps est réexposé à la bactérie; peut être traité à nouveau

### Virus

- un organisme capable de se reproduire (se multiplier) à l'intérieur des cellules du corps
- très difficile à soigner car, pour tuer le virus, il faut prendre des médicaments qui peuvent aussi endommager les cellules
- peut causer des infections courantes comme le rhume, la grippe et la varicelle
- des symptômes peuvent être traités, (c'est-à-dire les médicaments contre le rhume, les sirops contre la toux, certains médicaments antiviraux), mais la plupart des virus ne peuvent pas être guéris (éliminés)
  - o Note : une exception est l'hépatite C qui peut être guérie avec des médicaments chez certaines personnes porteuses de l'infection
- le système immunitaire aide à combattre l'infection et peut aider l'organisme à développer une immunité afin que le corps ne soit plus infecté par le même virus.
- certains virus peuvent rester silencieux dans le corps humain, mais peuvent provoquer des symptômes plus tard (par exemple, les feux sauvages)

### Parasites

- un organisme vivant qui survit en vivant grâce au corps d'un autre être vivant
- peut être soigné avec des médicaments (c'est-à-dire des médicaments par voie orale, une crème, un shampooing)
- peut revenir sous la forme d'une nouvelle infection si le corps est exposé à nouveau; peut être traité de nouveau

## Activité 2: Identifier les IST et les infections génitales courantes

Écrivez les titres au tableau : infections bactériennes, virales, parasitaires et autres infections génitales.

Option A) Demandez aux élèves de nommer toutes les IST dont ils ont entendu parler. Pour chaque infection nommée, demandez s'ils savent sous quelle rubrique il faut la mettre. Inscrivez l'infection sous le bon titre comme indiqué ci-dessous.

Option B) Imprimez des cartes avec le nom des IST dans le tableau ci-dessous. Demandez aux élèves de travailler en binômes ou en groupes de trois. Donnez à chaque groupe une carte IST et demandez-leur d'essayer de la placer sous la bonne rubrique.

*\*Remarque : cette activité vise à identifier et à catégoriser les infections; l'activité 3 fournira de plus amples renseignements sur les infections.*

BACTÉRIE	VIRUS	PARASITE	AUTRES INFECTIONS GÉNITALES
Chlamydia	Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)	Poux du pubis (crabes)	Vaginose Bactérienne (VB)
Gonorrhée	Virus du papillome humain (VPH)	Trichomonase	Levures
Syphilis	Virus de l'herpès simplex (HSV)		
	Hépatite B, C		

*\*Remarque : De temps en temps, les élèves définissent le SIDA (syndrome d'immunodéficience acquise) comme une infection à inclure ici, mais il s'agit en fait d'une maladie acquise après qu'un corps a été infecté par le VIH. Voir les fiches d'information sur les IST pour obtenir de plus amples renseignements : <https://www.durham.ca/en/health-and-wellness/sexually-transmitted-infections--stis-.aspx> (en anglais seulement)*

### Renseignements supplémentaires pour l'activité n° 2

- Certaines IST courantes (chlamydia, gonorrhée, VPH) ne présentent pas toujours de symptômes (par exemple, des pertes inhabituelles, une odeur, des démangeaisons, des verrues ou des plaies, des douleurs pendant les rapports sexuels).
- Même si le VPH (virus du papillome humain) et l'hépatite B sont tous deux des infections virales, le corps peut les éliminer tout seul grâce à un système immunitaire fort.
- Une personne peut attraper le VHS (virus de l'herpès simple), même si son partenaire ne présente aucun symptôme. Le traitement peut soulager les symptômes.
- Les poux du pubis sont une infestation qui se traite facilement à l'aide d'un shampoing médicamenteux.
- Une infection à levures n'est pas une IST. La levure est un champignon qui vit normalement à la surface et à l'intérieur du corps d'une personne. Lorsqu'il y a une prolifération de ce champignon, cela peut provoquer des démangeaisons ou une sécrétion anormale. Il est préférable de ne pas se soigner soi-même, mais de se faire dépister et traiter par un fournisseur de soins de santé.

- La vaginose bactérienne (VB) n'est pas une IST. La VB est le résultat d'un déséquilibre des bactéries qui vivent normalement à l'intérieur du vagin. Ce déséquilibre peut provoquer des sécrétions anormales avec une odeur. Il est préférable de ne pas se soigner soi-même, mais de se faire dépister et traiter par un fournisseur de soins de santé.
- Toute gêne ou tout trouble génital doit faire l'objet d'un contrôle dans le cabinet d'un médecin de la clinique de santé sexuelle.
- Les cliniques de santé sexuelle sont confidentielles et ne demandent pas de voir de cartes de santé. Le traitement est gratuit.
- Le dépistage de certaines infections peut se limiter à un simple prélèvement d'urine.
- Les élèves peuvent appeler la clinique de santé sexuelle de Durham (905 433 8901 pour Oshawa et 905 420 8781 pour Pickering) pour obtenir des renseignements et connaître les heures d'ouverture de la clinique.
- Une autre source de renseignements est la Ligne Info-santé sexuelle de l'Ontario (SHILO), 416 392 2437, qui dispose également d'un service de clavardage en ligne.

### Activité 3: Identifier les IST et les infections génitales courantes

---

Divisez les élèves en 11 paires ou groupes - une paire ou groupe pour chacune des 11 infections énumérées dans le tableau ci-dessous.

Demandez à chaque paire ou groupe d'utiliser les fiches d'information sur les IST pour apprendre les points importants à enseigner au reste de la classe sur l'infection qui leur a été attribuée (transmission, symptômes, dépistage, traitement, etc.). Les fiches d'information peuvent être consultées ici :

<https://www.durham.ca/en/health-and-wellness/sexually-transmitted-infections--stis-.aspx>

Demandez à chaque paire ou groupe de présenter ses conclusions à la classe d'une manière créative (par exemple, sous forme de bande dessinée, de poème, de spectacle, etc.)

BACTÉRIE	VIRUS	PARASITE	AUTRES INFECTIONS GÉNITALES
Chlamydia	Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)	Poux du pubis (crabes)	Vaginose Bactérienne (VB)
Gonorrhée	Virus du papillome humain (VPH)	Trichomonase	Levures
Syphilis	Virus de l'herpès simplex (HSV)		
	Hépatite B, C		

## Activité 4: Méthodes de prévention

---

### Question de l'enseignant :

- “Comment quelqu'un pourrait-il se protéger contre les IST?”

### Réponses possibles :

- Reportez les activités à haut risque comme les rapports sexuels oraux, vaginaux et anaux, et le contact peau à peau dans la zone génitale, y compris l'intérieur des cuisses et les fesses.
- Les deux partenaires peuvent subir un test de dépistage des IST avant de s'engager dans une activité sexuelle. Se faire tester au préalable permettra à une personne atteinte d'une IST d'être traitée avant de la transmettre à son partenaire.
- La vaccination permet de prévenir certaines IST. Des vaccins contre l'hépatite B et le VPH (jusqu'à 9 souches de VPH) sont proposés aux élèves.
- Pour les rapports vaginaux et anaux, les préservatifs sont un moyen efficace de réduire le risque de développer de nombreuses IST, notamment la chlamydia, la gonorrhée et le VIH. Les préservatifs peuvent également réduire le risque de transmission des IST qui se transmettent par contact de peau à peau (par exemple, VPH, HSV), mais uniquement pour la peau qui est couverte par le préservatif.
- De nombreuses IST peuvent être transmises lors de rapports sexuels oraux, notamment le HSV (herpès), le VPH, la chlamydia, la syphilis et la gonorrhée. Pour les rapports sexuels oraux sur un pénis, les préservatifs peuvent aider à réduire le risque de transmission. Pour les rapports sexuels oraux sur la vulve ou l'anus, les digues dentaires (une feuille de latex) peuvent aider à réduire le risque de transmission et s'achètent en ligne, dans certaines boutiques érotiques ou peuvent se fabriquer à partir d'un préservatif externe ou d'un gant en latex. (Notez que le sexe oral présente un faible risque de transmission du VIH).

## Activité 5 : Utiliser des préservatifs

---

Montrez aux élèves un préservatif externe (communément appelé « préservatif masculin ») et un préservatif interne ou insertif (communément appelé « préservatif féminin ») dans leur emballage et sans emballage. Expliquez que vous allez vous concentrer sur les préservatifs externes dans ce cours. La raison en est que les préservatifs internes ou insertifs sont plus difficiles d'accès, plus chers et pas aussi couramment utilisés.

Mélangez les cartes de préservatifs (voir annexe) et proposez-les aux volontaires (1 carte par volontaire).

Donnez aux volontaires 1 à 2 minutes pour placer les cartes de préservatifs dans le bon ordre.

Une fois les étapes correctement ordonnées, passez à chaque étape une par une, en fournissant une explication et une démonstration (mise en place du préservatif sur un démonstrateur en bois, une banane ou les doigts).

## Comment utiliser un préservatif externe

### JOKER : Consentement

- Assurez-vous que toutes les personnes impliquées consentent volontairement à toutes les activités prévues.
- Cette carte peut être placée n'importe où au cours des 10 étapes. Vous pouvez même imprimer plusieurs cartes de consentement pour montrer que le consentement est évolutif et qu'il est donc important de vérifier s'il est toujours d'actualité auprès de votre partenaire avant, pendant et après l'activité sexuelle

#### 1. Vérifier la date d'expiration

- Les préservatifs périmés sont plus susceptibles de se briser.
- Les petits caractères peuvent être difficiles à lire ou à trouver sur l'emballage.

#### 2. Vérifier les bulles d'air

- Vérifiez que l'emballage est gonflé, comme un sac de frites.
- S'il n'y a pas de bulle d'air, le préservatif peut être perforé ou l'emballage déchiré. Jetez-le et utilisez-en un nouveau.

#### 3. Ouvrir l'emballage avec soin

- Utilisez le côté strié ou la languette de déchirement de l'emballage pour l'ouvrir.
- Veillez à ce que les ongles ne déchirent pas le préservatif.

#### 4. Vérifier le sens de roulement du préservatif

- Assurez-vous que le préservatif n'est pas à l'envers, car les préservatifs doivent se dérouler dans un seul sens. Le préservatif doit se dérouler facilement le long du pénis.
- Vérifiez le sens du roulement avant de mettre le préservatif sur le pénis. Si le préservatif est placé sur le pénis et que vous constatez qu'il est à l'envers, ne le retournez pas pour le dérouler et l'utiliser. Jetez plutôt le préservatif et recommencez, car les fluides pré-éjaculatoires peuvent être passés du pénis au préservatif.

#### 5. Pincer le bout du préservatif

- Cette précaution permet de réduire les risques de rupture du préservatif des façons suivantes :
  - laisser de l'espace pour recueillir le sperme après l'éjaculation
  - s'assurer qu'il n'y a pas de bulle d'air à l'extrémité du préservatif

#### 6. Dérouler le préservatif jusqu'au bout du pénis en érection

- Tout en continuant à pincer l'extrémité, déroulez le préservatif le plus possible le long de la tige du pénis, afin de couvrir la peau au maximum.

## **7. Rapports sexuels/Éjaculation/Orgasme (avec lubrifiant)**

- L'ajout de lubrifiant à l'extrémité intérieure ou à l'extérieur du préservatif peut augmenter les sensations des deux partenaires et réduire les frottements. Moins de friction signifie que le préservatif est moins susceptible de se briser.
- Veillez à utiliser un lubrifiant à base d'eau ou de silicone (pas d'huile, car l'huile décompose le latex).
- Notez que les rapports sexuels ne se terminent pas toujours par une éjaculation ou un orgasme, mais qu'ils peuvent toujours donner du plaisir.

## **8. Tenir la base du préservatif et le retirer**

- Tenez le préservatif à la base du pénis et retirez-le du corps de votre partenaire avant que le pénis ne perde son érection.
- Lorsque le pénis n'est plus en érection, le préservatif ne tient plus aussi bien en place et peut glisser. En tenant la base du préservatif, vous vous assurez que le préservatif reste sur le pénis lorsque vous le retirez.

## **9. Retirer le préservatif du pénis**

- Retirez le préservatif en vous éloignant de votre partenaire pour éviter de répandre des fluides sur son corps.

## **10. Jeter le préservatif à la poubelle**

- Faites un nœud à l'extrémité du préservatif pour contenir le sperme. Ne jetez pas les préservatifs dans les toilettes.

## **Renseignements supplémentaires pour l'activité 5 :**

- On peut prévenir de nombreuses IST en utilisant des préservatifs lors des rapports vaginaux, anaux ou oraux.
- Les préservatifs empêchent l'échange de fluides corporels d'une personne à l'autre et peuvent aider à prévenir à la fois les IST et une éventuelle grossesse.
- Aucune méthode ne fonctionne à 100 % et de nombreux jeunes choisissent d'attendre pour avoir des rapports sexuels pour cette raison.
- Les préservatifs constituent une barrière lors du contact peau à peau, mais uniquement pour les parties couvertes ou en contact avec le préservatif.
- Les jeunes qui décident qu'ils sont prêts à avoir des rapports sexuels doivent pouvoir parler du consentement et de l'utilisation de préservatifs avec leur(s) partenaire(s) à chaque fois.
- Chaque personne doit être bien consciente que les relations sexuelles ne doivent avoir lieu qu'avec une personne qui le souhaite (c'est-à-dire une personne qui donne son consentement).
- Tout acte sexuel nécessite un consentement et les personnes peuvent changer d'avis à tout moment. Les rapports sexuels sans consentement constituent une agression sexuelle et sont contraires à la loi.
- Il incombe à chaque personne qui s'engage dans une activité sexuelle de vérifier auprès de son ou de ses partenaires que le consentement est toujours valable.
- Les personnes qui consomment de l'alcool ou des drogues peuvent ne plus être en mesure de donner leur consentement. Les personnes en état d'ébriété ne peuvent pas légalement donner leur consentement. Les personnes inconscientes ne peuvent pas donner leur consentement.
- L'alcool et les autres drogues peuvent interférer avec la bonne utilisation d'un préservatif.

## Activité 6 : Où trouver de l'aide

---

### Question de l'enseignant :

- “Quel conseil donneriez-vous à une personne qui pense avoir une IST?”

### Réponses possibles :

- Consulter un médecin
- Se rendre dans une clinique de santé
- S'adresser à un adulte de confiance

### Rappelez aux élèves les ressources suivantes

- Les élèves peuvent appeler la clinique de santé sexuelle de Durham (905 433 8901 pour Oshawa et 905 420 8781 pour Pickering) pour obtenir des renseignements, prendre des rendez-vous et connaître les heures d'ouverture de la clinique.
- Une autre source de renseignements est la Ligne Info-santé sexuelle de l'Ontario (LISSO), 416 392 2437, qui dispose également d'un service de clavardage en ligne.
- Ligne d'écoute Jeunesse, J'écoute (1 800 668 6868)
- Source de santé pour les adolescents (<https://jeunessejecoute.ca>)

## Activité 7: Révision

---

Choisissez l'une des 3 activités suivantes pour réviser le contenu :

### Option 1: Questionnaire sur les IST

Voir l'Annexe pour obtenir les documents, les réponses et le guide de discussion.

### Répondre Vrai ou faux

1. Les IST sont très courantes.
2. Le risque de transmission d'une IST est élevé lorsque vous touchez les parties génitales d'une personne avec vos mains.
3. Une personne peut avoir une IST sans le savoir.
4. Tous les types d'IST peuvent être traités.
5. Il est important de se faire soigner pour les IST, car certaines peuvent provoquer de graves problèmes de santé, notamment l'infertilité.
6. Des vaccins préviennent certaines IST.
7. Il existe un traitement pour le VIH.
8. Si vous avez déjà eu des rapports sexuels non protégés, vous devez faire un test de dépistage des IST.
9. Il existe des façons de réduire le risque de contracter une IST.
10. Les femmes de moins de 18 ans courent plus de risques de contracter des IST que les femmes de plus de 18 ans en raison du développement de leur système reproductif.

## Option 2: Questions sur les IST

Voir le corrigé en annexe.

1. Le test du VIH se fait à partir de quel fluide corporel?
2. Comment se transmettent le HSV (herpès) et le VPH?
3. La seule façon de savoir si vous avez une IST est de \_\_\_\_?
4. Quel vaccin protège contre de nombreuses souches du VPH?
5. Si la chlamydia n'est pas traitée, en quoi peut-elle se développer?
6. Si on partage des aiguilles, on augmente le risque de transmettre quel type d'IST?
7. En Ontario, le vaccin contre le VPH est offert à tous les élèves de quelle année?
8. Vrai ou faux : Une personne saura qu'elle a une IST parce que son corps présentera des symptômes.
9. Quel type de médicament sert à soigner les IST bactériennes?
10. Qu'est-ce qu'une IST incurable?
11. Quel est le meilleur moyen de prévenir les IST?
12. Combien de semaines après le rapport sexuel (ou l'incident à risque) un test de dépistage du VIH est-il considéré comme fiable?
13. Quel est la seule forme de contraception qui contribue également à réduire le risque de transmission des IST?
14. Nommez un examen pelvien qui permet de dépister les signes du cancer du col de l'utérus.
15. Différents types de cancer, dont le cancer du col de l'utérus, de l'anus, du pénis et certains cancers de la bouche et de la gorge peuvent être causés par quelle IST?
16. Vrai ou faux : La plupart des personnes sexuellement actives contracteront un ou plusieurs types d'IST.
17. Afin de s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace pour que le sperme éjaculé puisse passer, veillez à faire de l'espace à l'extrémité du préservatif lorsque vous le déroulez le long du pénis.
18. Quelle est l'IST bactérienne la plus courante?
19. Quel type de lubrifiant doit être utilisé avec les préservatifs?
20. Pour tout type d'activité sexuelle, il doit toujours y avoir un \_\_\_\_\_ explicite de la part des deux partenaires.
21. Où les jeunes peuvent-ils se rendre pour subir des tests de dépistage des IST et obtenir des préservatifs gratuitement?
22. Que faut-il vérifier sur un préservatif avant de l'utiliser?
23. Quel type de lubrifiant ne doit pas être utilisé avec les préservatifs?
24. On soigne ce type d'IST avec un shampoing médicamenteux spécial.

### Option 3: BINGO SUR LES IST

- Donnez à chaque élève une feuille de bingo vierge (voir annexe) et demandez-leur de prendre quelques minutes pour remplir leur tableau de BINGO en mettant chaque point de la banque de mots dans la case de leur choix.
- Lisez les questions (voir l'option 2 - ci dessus) et demandez aux élèves de répondre volontairement. Annoncez la bonne réponse à chaque question. Cette réponse devient le "numéro" BINGO que les élèves doivent cocher sur leur propre tableau.
- Le premier participant à obtenir 5 cases d'affilée sur son plateau gagne. Les rangées peuvent être horizontales, verticales ou diagonales.

### Conclusion

---

- Résumez ce dont il a été question au cours de cette séance et demandez s'il y a des questions.
- Encouragez les élèves à parler de ce qu'ils ont appris avec un adulte de confiance.
- Écrivez au tableau les coordonnées de Jeunesse, J'écoute (1 800 668 6868, <https://jeunessejecoute.ca>) et rappelez aux élèves que ce service est gratuit, confidentiel, anonyme et qu'il peut s'agir d'un endroit sûr pour discuter de ses inquiétudes.

*Adapté avec la permission de le Bureau de santé publique de Toronto (octobre 2022)*



HEALTH  
DEPARTMENT

Durham Health Connection Line | 905-668-2020 or 1-800-841-2729  
**[durham.ca/sexualhealth](https://durham.ca/sexualhealth)**

Pour obtenir un format accessible, appelez-nous au 1-800-841-2729.

