

2022

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

FICHE MEMO # 02

FORMATION CONTINUE EN ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Ce document est inspiré de la formation proposée par M. Frédéric Galtier (Chargé de projet et d'ingénierie, Référent régional en Santé Sexuelle IREPS Auvergne-Rhône-Alpes Délégation Auvergne Puy de Dôme) avec l'intervention de Mme Silène Delorme (infirmière sexologue, coordinatrice UTEP, Institut Curie, Paris) dans le cadre des ateliers d'appui méthodologiques de la plateforme COORDETP95

SOMMAIRE

- 01 — **La santé sexuelle**
- 02 — **Les droits sexuels**
- 03 — **Maladie chronique & santé sexuelle**
- 04 — **Santé sexuelle en ETP**
- 05 — **Freins et leviers en animation**
- 06 — **Exemple en oncologie**
- 07 — **Pour aller plus loin**
- 08 — **Remerciements**



LA SANTÉ SEXUELLE

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS, 2002) : « La santé sexuelle est un état de bien être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité, ce n'est pas seulement l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. La santé sexuelle exige une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables et sécuritaires, sans coercition, ni discrimination et ni violence. Pour atteindre et maintenir une bonne santé sexuelle, les Droits Humains et Droits sexuels de toutes les personnes doivent être respectés, protégés et réalisés ».

La définition de la santé sexuelle proposée par l'OMS fait partie d'un processus d'évolution sociale concernant le concept de sexualité. Auparavant, dans les pratiques qui relèvent du champ de la santé publique, les interventions sur la thématique de la sexualité étaient placées principalement autour de la procréation. A partir des années soixante, avec l'apparition de la contraception orale, cette perspective s'est élargie, ouvrant à des interventions concernant les activités sexuelles non-procréatives. La sexualité est désormais reconnue comme un élément qui contribue au bien-être et à une meilleure santé. Elle est une expérience subjective qui doit prendre en compte le droit des femmes et des hommes à expérimenter le plaisir sexuel dans les meilleures conditions psychologiques et sociales.

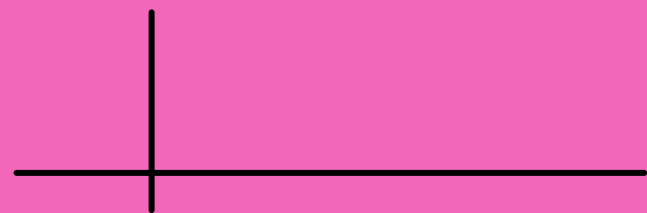


Le plaisir sexuel pour tou.te.s les partenaires, est essentiel pour la réalisation de relations sexuelles saines. Les éléments clés pour y parvenir sont le dialogue, l'autonomie, la réciprocité, le respect et le consentement

Ce document a pour objectif d'apporter des éléments théoriques et pratiques pour soutenir les professionnels de santé qui souhaitent intervenir sur cette thématique dans le cadre de l'accompagnement global proposé aux personnes vivant avec une maladie chronique. Nous souhaitons favoriser un regard positif concernant l'intégration de la santé sexuelle dans le cadre de l'éducation thérapeutique du patient.



LES DROITS SEXUELS



Les études scientifiques démontrent qu'une sexualité épanouie est associée à une meilleure qualité de vie, une meilleure santé et une meilleure espérance de vie.

La santé sexuelle est un enjeu de santé publique. Elle implique de définir une politique appropriée sur des sujets tels que les infections sexuellement transmissibles (IST), la contraception, l'interruption volontaire de grossesse (l'IVG), les dysfonctions sexuelles, les violences sexuelles, la santé sexuelle des LGBTQIA+ ou des personnes vulnérables (migrants, personnes âgées, en situation de handicap).

La première Stratégie nationale de santé sexuelle a été lancée en 2017. Elle définit à l'horizon 2030 les grandes orientations nationales, partagées au niveau interministériel, en faveur d'une meilleure santé sexuelle.



ZOOM sur deux actions cibles de la stratégie nationale :

Étendre les compétences des professionnels de santé en matière de santé sexuelle et reproductive.

Agir en profondeur sur la perception de la santé sexuelle et favoriser l'égalité de genre, ainsi que la lutte contre les discriminations et les violences sexistes et sexuelles.



COORDETP95

FICHE MEMO # 02

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

MALADIE CHRONIQUE & SANTÉ SEXUELLE

Les retentissements de la maladie chronique sur la santé sexuelle des personnes et de leurs partenaires peuvent être multiples. Les maladies chroniques et leurs traitements peuvent modifier le désir, les fonctions corporelles, l'apparence physique, l'image de soi, entre autres. Pour le(s) partenaire(s), le rôle d'aidant peut aussi avoir un impact sur la relation affective et le désir sexuel.

Si, pour certaines personnes, la limitation ou l'arrêt de l'activité sexuelle peuvent être plus facilement acceptés, pour d'autres une altération des fonctions sexuelles ou une vie sexuelle non satisfaisante peuvent être difficiles à vivre et le soutien d'un professionnel peut s'avérer utile.

70% des personnes vivant avec une maladie chronique sont concernées par des difficultés sexuelles

41% des médecins généralistes trouvent difficile d'aborder la thématique avec leurs patient.es en consultation

[*Sondage disponible sur santepubliquefrance](https://www.santepubliquefrance.fr)



COORDETP95

FICHE MEMO # 02

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

COMMENT INTÉGRER LA SANTÉ SEXUELLE EN ETP ?

Les règles d'or pour les professionnels de santé

1) Questionner ses propres représentations et normes concernant la sexualité ;

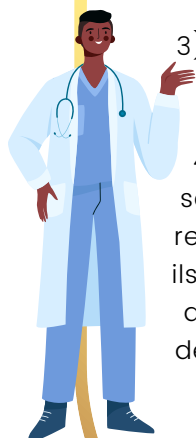
2) Oser en parler en ouvrant un espace d'écoute pour que les patient.e.s puissent aborder le sujet ;

3) Se sentir légitime et être disponible pour écouter ses patient.e.s c'est l'essentiel. Les professionnels n'ont pas besoin d'être sexologues pour ouvrir le dialogue ;

4) Être conscients que la question de la norme est très présente quand on parle de sexualité. La norme historiquement est très liée à la biologie et à des valeurs sociales, religieuses, culturelles et politiques. Si les patient.e.s ne rentrent pas dans cette norme, ils peuvent se sentir coupables et s'enfermer au détriment de l'expression libre de leurs désirs. Dans le champ de la jouissance, la liberté est corrélée au respect de l'autre et de la loi. A partir du moment où je respecte l'autre (consentement) et que je respecte la loi, on peut tout faire, même ce qui paraît choquant au niveau des normes.

5) Travailler sur les compétences psychosociales des patient.e.s contribue à une amélioration de leur santé sexuelle.

6) Réadresser si nécessaire vers un.e professionnel de la santé sexuelle.



Les messages clés pour les personnes contraintes par la maladie chronique

1) Tout notre corps est capable de produire du plaisir et les cinq sens peuvent être impliqués dans la jouissance.

2) Chaque personne a son bagage quand on parle de sexualité, construire un parcours vers une expression libre de son désir implique un vrai dialogue avec sa, son ou ses partenaires.

Des exemples d'objectifs pour vos ateliers santé sexuelle en ETP

1) Mettre en œuvre des modifications à son mode de vie ; 2) Redécouvrir des possibilités dans sa sexualité et prendre part ; 3) Savoir identifier les facteurs bloquants et identifier des solutions ; 4) Savoir identifier ses envies et pouvoir les exprimer ; 5) Identifier et évoluer dans le sens de ses propres objectifs.



COORDETP95

FICHE MEMO # 02

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

FREINS & LEVIERS EN ANIMATION DE GROUPE DANS UN ATELIER SUR LA SANTÉ SEXUELLE



Qu'est ce qui pourrait être difficile dans un atelier sur la santé sexuelle ?

Que peut-on mettre en œuvre pour déverrouiller la situation ?

Le silence du groupe : pas de réponses, pas d'échange, les participant.e.s se sentent gênés. Il n'y a pas d'interaction.

Prendre le temps pour faire connaissance. Participer également aux jeux et animations. Proposer des brises glaces (cf atelier p 8).

Des conflits naissent entre les participant.e.s qui ont des représentations ou des cultures différentes en relation à la sexualité.

Fixer un cadre concernant la pudeur, la confidentialité et le respect des opinions. Le faire valider par tou.te.s. Rappeler les règles de non-jugement. Faire référence aux lois ou à la science si nécessaire.

Petit à petit, les participant.e.s s'éloignent du sujet initial.

Rappeler le cadre. Recentrer les débats sur les objectifs de l'atelier.

Les participant.e.s ne se reconnaissent pas dans les propositions de l'animateur.

Etre à l'écoute et ouvert à réadapter ses propositions. Etre capable de questionner ses propres représentations.

Tou.te.s les professionnels de santé peuvent aborder la thématique de la santé sexuelle, l'important c'est que vous puissiez vous sentir confortable pour le faire.



COORDETP95

FICHE MEMO # 02

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

EXEMPLE EN ONCOLOGIE ①

Exemple d'un atelier intitulé "Intimité et sexualité" à l'institut Curie. Il est réalisé en présentiel ou en distanciel avec des groupes de 6 à 8 femmes atteintes d'un cancer. Sa durée est de 2h30. Il a été créé et il est co-animé par Silène Delorme (infirmière coordinatrice UTEP à l'institut Curie et sexologue) et des patientes partenaires.



Un cadre est définie sous forme de contrat didactique. Il inclut des notions de pudeur et de respect. Il est validé par le groupe avant de débiter l'atelier.



Un court moment de méditation ou de relaxation est proposé à partir d'un scanne corporel. L'objectif est de se centrer sur le moment présent et sur ses sensations corporelles.



Pour se présenter un brise glace est proposé où chaque participante dessine sur un blason son prénom, sa météo intérieure, un animal qui la représente, un dessert qui pourrait représenter la sexualité idéale pour elle, ses attentes pour l'atelier. Les animatrices y participent.



Grâce à un nuage de mot évolutif disponible en ligne sur le site Wooclap, les participantes sont invitées à noter leurs représentations sur l'intimité en répondant à la question Qu'est-ce que l'intimité pour vous ? On en retire une définition commune.

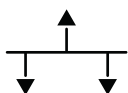


Les animatrices demandent d'aller chercher un objet qui représente l'intimité et un objet qui représente la sexualité. Étape possible uniquement en distanciel.



EXEMPLE EN ONCOLOGIE ②

Exemple d'un atelier intitulé "Intimité et sexualité" à l'institut Curie. Il est réalisé en présentiel ou en distanciel avec des groupes de 6 à 8 femmes atteintes d'un cancer. Sa durée est de 2h30. Il a été créé et il est co-animé par Silène Delorme (infirmière coordinatrice UTEP à l'institut Curie et sexologue) et des patientes partenaires.



Chaque participante propose 5 adjectifs pour définir sa sexualité avant la maladie, en ce moment et celle qui est souhaitée. Les termes sont catégorisés dans wooclap afin de mieux définir ce qui empêche d'accéder à la sexualité désirée.



Des Informations sont délivrées pour rassurer. Des planches anatomiques ou des articles scientifiques peuvent être utilisés.



Dans un sac, les participantes peuvent regarder, lire ou toucher des brochures, des huiles, des lubrifiants, des schémas, des romans érotiques etc. Les animatrices répondent aux demandes sur l'utilisation des ressources.



Une synthèse est réalisée sous forme de diaporama pour s'assurer de la bonne compréhension des messages délivrés au cours de l'atelier. Il est envoyé par courriel.



Un sondage wooclap est proposé à la fin de l'atelier avec les deux questions suivantes : Quelles sont les points importants que vous avez vus ? Qu'allez-vous pouvoir mettre en place ?



POUR ALLER PLUS LOIN

Si vous souhaitez en savoir plus sur la santé sexuelle, la prise en charge de la santé sexuelle en ETP, la conception d'ateliers dédiés à la vie affective et la sexualité ou la conception d'outils d'animation, vous pouvez consulter :

La stratégie nationale en santé sexuelle - Agenda 2017 à 2030

Informations sur les perspectives dans le domaine des droits sexuels en France

La déclaration des droits sexuels de l'IPPF

La déclaration des droits sexuels de l'international Planned Parenthood Federation

Les outils « Santé sexuelle » - Éducation à la sexualité

Les outils de santé sexuelle mis à disposition des professionnels par Santé Publique France

La mallette "COMETE"

COMETE est un outil pédagogique destiné à développer les compétences psychosociales

L'outil en ligne WOCLAP

Outil pédagogique en ligne destiné à mener des actions de formation

Les centres d'informations

Le COREVIH (Coordination Régionale VIH) ; les chats ou écoutes téléphoniques (ligne Azur, fil santé jeune, Sida info service etc.) ; le réseau FNES et les IREPS ; le Mouvement Français pour le Planning Familial (MFPF) et les Centres de Planification Familial (CPEF) ; l'Association Interdisciplinaire post Universitaire de Sexologie (AIUS) ; la Chaire UNESCO de santé sexuelle.



COORDETP95

FICHE MEMO # 02

Intégrer la santé sexuelle dans le cadre de l'ETP

REMERCIEMENTS

Nous remercions les animateur(trice)s de cette formation : **Frédéric Galtier**, sexologue, chargé de projet et référent régional en santé sexuelle à l'IREPS63 ; **Silène Delorme**, sexologue et infirmière coordinatrice à l'UTEP de l'institut Curie, Paris ; **Caroline Tosi**, coordinatrice adjointe chez CoordETP95, Cergy-Pontoise. Ainsi que tous les participants à la journée de formation organisée par Coordetp95 : **Dr Irina Gornushkina**, service MPR de la clinique FSEF à Bouffémont ; **Dr Bruno Phillipe**, service pneumologie de l'hôpital de Pontoise et SSR de pneumologie à l'hôpital d'Aincourt ; **Marie-Anne Lucas**, patiente intervenante à l'IFSI de la Fondation Léonie Chaptal ; **Marie-Thérèse Bengba**, médiatrice en santé du dispositif BAOBAB à la fondation Léonie Chaptal, Sarcelles ; **Alix Rozenberg**, psychomotricienne à la clinique des Epinettes, Paris ; **Lona Roiron**, étudiante en master "étude sur le genre", Lyon ; **Martine, Florence, Corinne et Sabria** de l'équipe ETP du service de rhumatologie au centre hospitalier d'Argenteuil ; **Fatima Adjoud**, sage-femme et sexologue au centre hospitalier d'Argenteuil ; **Sophie Ducreux**, psychologue clinicienne, Enghien-Les-Bains et Paris ; **Marie-Hélène Tokolo**, présidente de l'association Marie-Madeleine, Versailles ; **Sonia Benatmane**, infirmière au Centre Municipal de Santé de Franconville.

Nos coordonnées

COORDETP95
2 Avenue de la Palette
95000 Cergy
06 61 78 22 44

Le site internet **Coordetp95**
coordetp95@gmail.com
Suivez-nous sur **Linkedin**
Pour participer à **nos formations**

Les informations contenues dans ce document synthétisent les présentations et les échanges qui ont lieu au cours de la formation. Il s'agit d'un document d'aide non-exhaustif destiné aux équipes d'ETP. La responsabilité des animateurs ou de Coordetp95 ne saurait être engagée quel que soit la manière dont le document est utilisé. Il est mis à la disposition des professionnels de l'éducation thérapeutique du patient en libre accès dans le cadre de la conception ou de l'animation d'un atelier d'ETP.

Auteurs
Carolina Brito, Caroline Tosi, Olivier Peyr

Conception graphique
Olivier Peyr

