

## CONTRACEPTION JOURNÉE MONDIALE

## Une journée pour en parler

**SIERRE** La journée mondiale de la contraception est agendée au 26 septembre. L'occasion pour les centres Sipe (Sexualité, information, prévention, éducation) d'en parler. Cette année l'accent est mis sur l'accès à la contraception, car même si c'est un droit sexuel humain, «le droit de fonder et planifier une famille et de décider d'avoir ou non des enfants», est-ce si simple de choisir et d'avoir accès à la contraception? Interview avec Imelda Steger, conseillère en santé sexuelle et responsable du centre Sipe à Sierre.

### Les jeunes se protègent-ils aujourd'hui

Une étude de 2018 montre que 93% des jeunes suisses ont utilisé un moyen de contraception lors de leur premier rapport sexuel, par la suite cela évolue avec l'âge. 93% des jeunes se protègent, c'est une bonne nouvelle. Ils ont eu accès à une information et ils savent faire. Le préservatif est utilisé à 84% lors du premier rapport. Le préservatif est accessible, on peut en acheter en magasin, auprès de distributeurs, à la pharmacie ou chez nous au SIPE et de plus il protège des infections sexuellement transmissibles. Par contre, il nécessite un apprentissage (on est jamais excellent la 1ère fois).

### Par contre, la pilule est plus coûteuse...

Oui même si on trouve désormais des pilules meilleur marché, des génériques à 12 francs. Par contre, si on opte pour un patch ou un anneau, c'est 25 francs par mois. Les moyens de contraception longue durée, comme le stérilet, l'implant, coûtent entre 250 et 500.-. Pour les personnes ayant un faible revenu, c'est problématique. Les caisses-maladie ne remboursent pas les contraceptifs, ils sont donc à la charge de la femme ou du couple.

Cette année pour cause du Covid et une plus grande précarité pour les femmes qui ont perdu un emploi ou parce que le chômage diminue le revenu familial, ou que les petits jobs pour étudiants n'étaient plus possible, Santé



Fabienne Bitschnau, conseillère en santé sexuelle et éducatrice en santé sexuelle et Imelda Steger, responsable du centre Sipe de Sierre. REMO

sexuelle Suisse a trouvé des fonds auprès de la Loterie Romande pour aider les femmes qui ne pouvait plus avoir accès à une contraception. Ils ont eu un franc succès et ont été très sollicités.

### La contraception n'est pas remboursée, elle le devrait?

Pour que tout un chacun puisse y avoir accès, indépendamment de son niveau économique ou social, nos politiques devraient avoir une réflexion sur le sujet.

### Que choisissent les femmes?

Durant la période fertile de la femme, entre 15 et 49 ans, 80%

des personnes actives sexuellement se protègent, la contraception variera selon si elles veulent ou non avoir des enfants, et donc le choix du moyen de contraception changera également. Elles utilisent soit le préservatif, soit des méthodes hormonales (stérilet, pilule...) ou le stérilet en cuivre. La pilule reste le moyen le plus utilisé même si on observe une diminution et un intérêt montant pour des méthodes non hormonales.

### Les méthodes naturelles ont-elles du succès?

On observe que les femmes, surtout autour de 25-29 ans, ne veulent plus utiliser la pilule. Elles

cherchent quelque chose de plus naturel car parfois elles l'ont prise pendant des années.

### Que proposer alors?

S'il est bien sûr intéressant de connaître son corps, son cycle, il faut pouvoir gérer sa fertilité sérieusement. Actuellement la méthode naturelle, reconnue par l'OMS, est la symptothermie, qui tient compte de plusieurs éléments. Cette méthode demande un apprentissage, un suivi ainsi que la participation du partenaire. Le plus important, pour la femme ou le couple, c'est d'avoir accès à toutes les informations sur les différents moyens de contraception pour faire le choix le mieux adapté à leur vie. Les centres Sipe sont là pour ça.

### Y-a-t-il encore des résistances à en parler?

Le sujet n'est plus tabou. Mais la sexualité reste intime. Dans le couple, il est absolument nécessaire d'en parler.

Dans la famille, la résistance est peut-être plus grande du côté des parents. Les enfants ne veulent pas forcément en parler avec eux, car en parler, c'est avouer avoir une vie sexuelle. La jeune femme doit devenir responsable et les parents, s'ouvrir à la discussion. ISABELLE BAGNOUD LORETAN

Centre de consultation SIPE,  
place de la Gare 10.  
Du lundi au vendredi de 14 à 18 h.  
027 455 58 18. www.sipe-vs.ch

PUB

ok MOSONI-VUISOZ chez VOUS Granges-Gare 2, 3977 Granges VS SHOWROOM 350M<sup>2</sup> 027 459 22 02

**DERNIÈRE DÉMARQUE** Jusqu'au 26.09.2020

JUSQU'À **-53%**

**SUR UNE SÉLECTION D'APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS**

LIVRAISON & INSTALLATION INCLUS

www.okchezvous.ch