

*le dossier du Ligeur*

# Petit oubli, gros soucis

Enceinte à 14, 15 ans, ça existe, et pas que dans les faits divers. Ces grossesses sont peu fréquentes mais loin d'être anodines. Et elles font peur aux parents.

Une enquête patronnée par le Groupe d'action des centres extrahospitaliers pratiquant des avortements (GACEHPA) permet d'approcher les causes - complexes - des grossesses non désirées parmi les adolescentes. Un problème qui appelle des réponses multiples.

Le phénomène des grossesses non désirées parmi les adolescentes n'est pas massif. La Belgique se classe plutôt bien dans les comparaisons internationales. Selon une étude de l'UNESCO publiée en 2001, qui comparait vingt et un pays, la Belgique connaissait un des taux de grossesse les plus bas parmi les 15-19 ans. Le taux de grossesse parmi les adolescentes de moins de 18 ans dans notre pays est de plus ou moins 4 pour 1000, le taux d'avortements étant estimé à 2,1 pour 1.000. Mais on ne peut ignorer cet événement qui est souvent un drame individuel et familial.

Statistiquement, le phénomène de la grossesse à l'adolescence semble surtout lié à une situation de précarité sociale. Il touche aussi de manière plus marquée les populations d'origine africaine. On observe encore quelques différences régionales. Ainsi, en Wallonie, on observe davantage de grossesses à l'adolescence en Hainaut que dans les autres provinces. Le suivi médical est souvent insuffisant chez ces futures jeunes mères, ce qui représente un facteur de risque important pour la santé de la maman et de l'enfant.

Les statistiques cernent toutefois très imparfaitement les mécanismes qui mènent à une grossesse non prévue parmi les adolescentes. Le GACEHPA, en collaboration avec le Centre d'études et de recherche en santé publique de l'ULB, a mené une enquête de type qualitatif en interviewant trente-cinq adolescentes confrontées à une grossesse non prévue. Son objectif était de voir, au travers des témoignages de ces adolescentes, quels éléments pourraient contribuer à une meilleure prévention de ces grossesses. Ces entretiens ont exploré le parcours de ces jeunes: connaissances sur la contraception, usage, premier rapport sexuel, sources d'information, obstacles, tabous, information à l'école, situation familiale et sociale, etc.

Ces témoignages montrent que la survenue d'une grossesse non désirée recouvre une réalité bien plus large et plus complexe, hétérogène aussi, que le seul défaut de comportement contraceptif.

## Pas un problème d'insouciance

La plupart de ces adolescentes avaient une volonté contraceptive, mais qui s'est traduite par des comportements maladroits. C'est moins l'insouciance qui est en cause que des connaissances lacunaires, des questionnements par rapport à la fertilité, des désirs mal définis ou peu construits. Elles recherchent aussi un sens à donner à la sexualité, aux relations affectives, à leur position dans la société.

Les actions menées dans le domaine de la vie affective et sexuelle devraient en tout cas tenir compte de la différence entre les sexes.

Dans leurs conclusions, les auteurs de l'étude soulignent la nécessité, pour la société, de réfléchir aux messages qu'elle adresse aux adolescentes au travers des valeurs véhiculées par les médias et les circuits économiques. Ainsi, la norme sociale admet les relations sexuelles entre adolescents, mais ne leur reconnaît pas le droit à la vie en couple ou à fonder une famille.

Il faudrait aussi s'interroger sur la "norme contraceptive": la stratégie préconisée de l'utilisation conjointe du préservatif et de la pilule est loin de rencontrer l'adhésion des adolescentes.

L'information sur la vie sexuelle doit être renforcée pour développer les compétences individuelles des adolescentes. Le message de la double protection (grossesse/MST) doit aussi être plus présent. Il s'agit encore de mieux sensibiliser les partenaires masculins à cette prévention.

Une prévention efficace devrait aussi se soucier de la perception du risque par les adolescentes: risque de grossesse, sous-estimation de leur propre fertilité, mais aussi risque d'être confrontées à une réalité à laquelle elles ne sont pas préparées.

## Toujours tabou

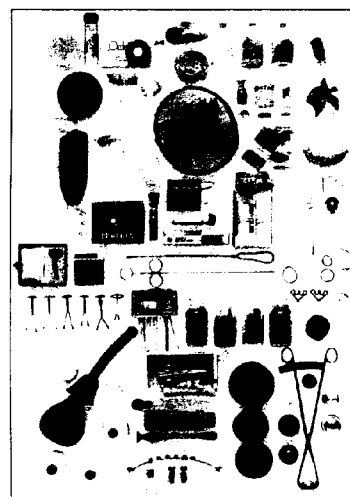
Les adolescentes ont besoin de clarifier leurs désirs et besoins, notamment le désir d'enfant et ce qui le sous-tend (besoin d'être reconnue, de combler une carence affective, d'être rassurée sur sa fertilité...).

Quelle est la position des parents? Les témoignages montrent que la vie sexuelle des adolescentes est loin d'être reconnue dans la plupart des familles. Si certains parents abordent la contraception, la sexualité reste un sujet tabou. Cette non-reconnaissance n'aide pas les adolescentes à accepter leur propre sexualité et peut entraver l'adoption de comportements contraceptifs efficaces. Les parents

devraient y être plus sensibilisés et être, eux-mêmes, mieux informés des différents moyens contraceptifs.

Enfin, les écoles devraient aussi être encouragées à développer l'éducation à la vie affective et sexuelle. La majorité des jeunes filles interviewées n'ont pas réellement bénéficié d'un programme structuré à ce sujet.

*Préservatif et pilule. C'est la norme contraceptive des plus jeunes pourvu qu'on n'oublie pas de se munir du "petit caoutchouc" au cas où... et/ou d'avalier la pilule selon les règles. Les choses paraissent simples, les outils sont à disposition pour se protéger. Le passage des enfants dans la "cour des grands" reste pourtant un moment difficile pour les parents. Surtout quand ils doivent "travailler" à l'aveugle. Alors, ils s'interrogent: à partir de quel âge dois-je lui parler? Quels mots utiliser pour dire ces choses? Ne vaut-il pas mieux attendre qu'il vienne me poser des questions? Et si je ne savais pas répondre? Entre la crainte d'être intrusifs et celle d'être trop absents, les parents balancent... Pourtant les centres de planning et les gynécologues peuvent venir à leur rescousse. Tour de pistes.*



Les multiples moyens contraceptifs utilisés par les hommes et les femmes depuis l'Antiquité (Affiche éditée par le Musée de l'histoire de la contraception de Toronto, au Canada).

**Sexualité des pré-adolescents et des adolescents avec Jean-Yves Hayez les 24 et 25 août du 9h30 à 16h30 à l'Abbaye de Floreffe (possibilité de loger sur place), deux journées organisées par l'Ecole des parents et des éducateurs. Plus d'infos au 02/733 95 50 ou sur [www.ecoledesparents.be](http://www.ecoledesparents.be)**

**Réduction pour les membres de la Ligue des familles.**

## ALERTE AU BÉBÉ

**Mères et filles, face à face**

Elles sont jeunes et décident de prendre la pilule un jour ou l'autre. Une pilule que les mères de certaines d'entre elles trouvent encore amère. Rencontre autour d'un moment intime et délicat.

*"La première fois, j'ai été un peu prise par surprise. Disons que les choses ne devaient pas tout à fait se passer comme ça ! J'ai donc pris la pilule du lendemain.*

*En parler à Maman ? Je n'ai pas osé, j'étais gênée. Alors, j'ai été chez ma belle-mère, je lui ai raconté toute l'histoire, après c'était moins lourd."*

Où trouvez l'information ? Dans les plannings, lieux privilégiés pour recevoir une écoute et des conseils en toute confidentialité à des prix abordables mais aussi auprès de personnes de référence.

C'est ce qu'a fait Chloé, 16 ans, en allant trouver sa belle-mère qui lui a conseillé d'en parler à sa maman. Cette dernière a mis un certain temps à admettre l'idée que sa fille allait désormais prendre la pilule. N'était-ce pas trop tôt ? Chloé ne pouvait-elle pas attendre encore un peu ? Insistances de part et d'autre. Finalement, elles emprunteront ensemble le chemin du gynéco. Pour Carole, 16 ans également, tout a été et reste plus simple. D'où son étonnement aux questions posées lors de cette interview. Elle était depuis un certain temps avec un petit copain, elle connaissait un peu la musique à travers ce que vivait sa grande sœur, rien de compliqué donc pour annoncer sa décision à sa mère. *"Maman s'en doutait. Je savais aussi qu'elle préférerait que je lui en parle, ça la rassurait. Nous avons été ensemble chez le médecin..."* Carole avait alors 14 ans et des poussières.

**Le gynéco, ça fait bizarre**

*"Jusqu'où faut-il les accompagner dans cette démarche", questionne une mère ? Beaucoup se rendent avec leur fille au cabinet de consultation du gynécologue, attendent "de l'autre côté de la porte." Car, pour les jeunes filles, cette première*

visite surprend, se transforme même parfois en épreuve. *"Ca faisait bizarre, explique Chloé. J'ai été surprise par l'examen. J'avais beau savoir comment cela allait se passer, une fois qu'on le vit, ce n'est pas gai, j'étais très gênée..."*

La contraception doit être un choix personnel, confirment les médecins, on la propose, on ne l'impose pas, pourvu qu'on prenne le temps d'expliquer, surtout à de très jeunes filles, même si le temps de consultation est compté. Après tout, ce choix dure quelques années...

Une information éclairée, c'est ce que l'ensemble des parents attendent pour leurs jeunes. *"Pendant longtemps, je n'ai pas pensé pour mes filles au sida, constate Florence. Elles prenaient la pilule, elles ne pouvaient pas tomber enceintes... j'étais tranquille. J'ai oublié que la pilule ne protège pas contre les maladies sexuellement transmissibles. Heureusement, le médecin a dû leur en parler..."*

Lise, par contre, s'est d'abord préoccupée du préservatif. Sans doute parce que sa cadette a rencontré un homme plus âgé qu'elle. Pour éviter que ses filles ne doivent venir lui dire *"Voilà, c'est fait !"*, pour respecter leur intimité, elle a trouvé un bon truc, annonce-t-elle fièrement. *"J'ai mis une boîte à chaussures avec une trentaine de préservatifs déposés en vrac pour leur permettre de puiser à l'aise sans laisser de traces."*

**Prévenir c'est informer**

Bonne connaissance du produit contraceptif, moins des usages : c'est la constatation de certaines enquêtes, notamment en France (Inpes - février 2007). *"On sait qu'un nombre considérable de jeunes filles et garçons vont plus vite que ce qu'ils souhaitent réellement, observent les assistants sociaux et psychologues dans les plannings, il faut avoir une sacrée maturité pour résister à la pression du groupe de copains, mais la situation devient périlleuse surtout quand le petit ami insiste lourdement... En matière de contraception et de MST, nous n'éviterons pas les prises de risque inconscientes que peuvent*

*courir pas mal d'étudiants mais nous espérons limiter leur nombre par une information diffusée le plus largement possible dans la population scolaire."* Parler de sexualité, montrer comment on met et enlève un préservatif, présenter la pilule, les règles à respecter pour qu'elle agisse, déconseiller de prendre celle de la copine quand on n'a plus de plaquette, briser la croyance que la pilule fait grossir... autant d'infos qui devraient systématiquement être relayées dans toutes les écoles. *"J'ai eu un cours de biologie sur les moyens de contraception, raconte Carole. Les filles écoutaient, sérieuses, elles se sentaient vachement concernées tandis que les garçons rigolaient un peu bêtement. Ils étaient peut-être gênés, je me souviens qu'ils ont fort réagi lorsque le prof a parlé du stérilet, ça leur faisait peur ce corps étranger..."*

**Tabou encore et toujours**

On pourrait croire que les parents des années 60 et 70 ne craignent plus de parler de sexualité et surtout des moyens de contraception. Héloïse, 19 ans, avoue ne jamais aborder ce sujet ni avec ses parents, des gens ouverts pourtant, ni avec ses sœurs.

Personne dans sa famille ne semble à l'aise pour toucher ce sujet qui reste tabou, ni par l'humour, ni par une autre voie. Elle aussi, reste sur son quant-à-soi : *"J'ai l'impression d'être une exception à la règle"*, souffle-t-elle timidement. Florence reconnaît qu'on ne parle pas de sexualité d'une manière directe. *"On parle de la vie, du rapport à l'autre, à l'homme pour mes filles, j'insiste sur la notion de respect mais on ne désigne jamais les choses avec des mots techniques, cliniques."* Lise, elle, dit que, depuis toujours, elle et ses filles "appellent un chat un chat." *"Mais, ajoute-t-elle, étonnée, je ne me souviens pas d'avoir discuté avec mes filles du plaisir, du désir..."*

Restent les copines avec lesquelles les filles peuvent apprendre, se comparer, partager leurs émotions...

## CONSEILS

# Tout sur la "Love attitude"

## En savoir +

Il existe, en Communauté française, nonante-six centres de planning familial regroupés dans quatre fédérations. Ils sont subsidiés soit par la Commission communautaire française soit par la Région wallonne (lire page 5). Les quatre fédérations se sont associées pour créer un site Internet commun : [www.loveattitude.be](http://www.loveattitude.be).

Chaque centre propose un accueil d'orientation personnalisé ainsi que des consultations assurées par des psychologues, conseillers conjugaux, sexologues, médiateurs familiaux, assistants sociaux, juristes et médecins. Ces derniers assurent le suivi gynécologique (certains centres pratiquent des IVG), très adapté aux jeunes filles - mais pas seulement - qui veulent prendre une contraception, recevoir des préservatifs gratuits, prendre la pilule du lendemain, faire un test de grossesse, effectuer des dépistages HIV (SIDA) et autres M.S.T (maladies sexuellement transmissibles)... Certains

centres offrent, dans le cadre de conventions avec les CPAS, des consultations à tarif réduit.

Les juristes sont là pour fournir des informations nécessaires aux personnes qui en font la demande mais ne suivent pas les dossiers en justice. Quant aux médiateurs, ils peuvent intervenir lorsqu'une séparation survient ou se prépare, lorsqu'il s'agit de trouver, à l'amiable, des accords sur la garde des enfants, le partage des biens, etc.

Parallèlement à ces services, les centres proposent des activités parmi lesquelles des animations dans les écoles maternelles, primaires et secondaires, dans l'enseignement général, technique et professionnel ou dans l'enseignement spécial.

- **Site Internet :** [www.loveattitude.be](http://www.loveattitude.be)
- **Fédération des Centres de planning et de consultation, Place Mansart, 6 à 7100 La Louvière. Tél. : 064/27 73 50. Site Internet :** [www.fcpc.be](http://www.fcpc.be)
- **Fédération laïque des centres de planning familial (FLCPF), rue de la Tulipe, 34 à 1050 Bruxelles. Tél. : 02/502 82 03.**
- **Fédération des Centres Pluralistes de planning familial (FCPPF), rue du Trône 127 à 1050 Bruxelles. Tél. : 02/514 61 03. Site Internet :** [www.sexeducamour.info](http://www.sexeducamour.info). **Pierre de Loch, mort il y a peu, a participé à la création du premier centre pluraliste de planning familial. Pour lui, chrétiens et laïcs avaient à faire ensemble un chemin basé sur des valeurs communes.**
- **Fédération des centres de planning familial des FPS (Femmes Prévoyantes socialistes), Place St Jean, 1/2 à 1000 Bruxelles. Tél. : 02/514 04 89. Toutes ces fédérations ont des centres à Bruxelles et en Wallonie.**

## PLANNING FAMILIAL

# Code d'une bonne sexualité

Les centres de planning familial proposent des animations à la vie affective et sexuelle dans les écoles. Elles peuvent commencer dès la maternelle. Leurs animateurs rencontrent petits et grands et discutent de sujets sur lesquels les profs et les parents souvent se taisent. C'est leur mission.

Centre de planning de La Hulpe, Lasne et Rixensart. Des enfants de 1<sup>er</sup> primaire sont réunis en cercle : l'animatrice évoque avec eux les différentes émotions, les aide à les nommer, à les dire. Elle leur parle du corps et de ses différences entre filles et garçons. L'explication de l'origine de la vie viendra plus tard. "En 3<sup>e</sup> primaire, nous leur parlons des petites graines et à partir d'elles, comment naissent les bébés. C'est avec les 'grands' de 6<sup>e</sup> que nous nous lançons dans l'explication des changements liés à la puberté qu'ils sont sur le point de rencontrer si ce n'est déjà fait. Doucement, nous les invitons (en groupes séparés, les filles d'un côté, les garçons de l'autre) à les apprivoiser... Nous pouvons ainsi mieux répondre aux questions spécifiques qui les taraudent."

Une parenthèse ouverte qui permet d'aborder l'intime, qui rassure par la confidentialité des

séances. Raison pour laquelle les centres de planning apprécient les équipes d'animateurs mixtes.

Les jeunes apprécient d'avoir un espace spécifique pour parler librement de ce qu'ils vivent : l'apparition des seins et des règles pour les filles, les premières éjaculations pour les garçons, la masturbation et tous les grands chambardements déclenchés par l'adolescence, ainsi que leurs conséquences émotionnelles et relationnelles. Les animateurs le soulignent : on ne parle pas de sexe sans parler des sentiments. "Nous encourageons les valeurs de communication et de respect de soi et de l'autre", insiste l'animatrice du planning de Rixensart.

### Prévention et protection

Face à des adolescents, le discours se précise : "Nous mettons l'accent sur la prévention des maladies sexuellement transmissibles et des grossesses non désirées en nous adaptant à la classe et aux besoins manifestés par les élèves eux-mêmes." Ce sont les professeurs, les directions d'école et parfois les éducateurs ou le centre PMS lui-même qui interpellent généralement les plannings. "Certaines écoles nous sollicitent pour dialoguer avec des classes sur

des sujets comme la violence dans les relations amoureuses, les attouchements sexuels. Ce sont des occasions d'échange, avec les jeunes, sur leur représentation de l'amour, des relations, sur leurs peurs, leurs désirs..." Les questions fusent souvent à ce moment-là, des questions proches,

très proches de ce qu'ils vivent : un jeune peut-il vivre son homosexualité alors qu'autour de lui, tout le monde le montre du doigt ? Que penser de la pornographie pour les garçons ? Et côté fille : comment faire pour que la "première fois" se passe bien ? Est-ce une bonne idée de parler de sexualité avec ses parents ?... C'est l'instant aussi pour alerter les adolescents des écueils qu'ils pourraient trouver sur leur chemin. Comme le jeune qui se trouve pris au piège avec une petite amie du moment qui veut poursuivre sa grossesse, comme la jeune fille qui n'a pas prévu de contraception (pensant ne pas pouvoir tomber enceinte) lors de sa première relation sexuelle. Comme, enfin, cette autre jeune fille qui accepte de se faire tyranniser par un petit ami jaloux, possessif, intrusif... Apprendre à dire non, mettre ses limites en étant au plus près de ce que les jeunes ressentent, tels sont les objectifs des animations à la vie affective et sexuelle menées par les centres de planning familial.

## SEXE

# Moyens de contraception : mode d'emploi

La pilule contraceptive fait figure de favorite. Mais elle n'est pas la seule méthode efficace. Et n'oublions pas non plus le préservatif, la protection contre les maladies sexuellement transmissibles.

Plusieurs méthodes contraceptives sont efficaces et sûres. La pilule est généralement le premier choix. Elle est facile d'utilisation, se trouve dans toutes les pharmacies et offre une très bonne protection contre le risque de grossesse. A condition de la prendre régulièrement.

Pour utiliser la pilule, il faut commencer par se rendre chez son médecin (généraliste ou gynécologue, ou dans un centre de planning familial), car elle est vendue sur ordonnance. De toute façon, une visite au moins annuelle chez le médecin est conseillée à toutes et tous. A fortiori si l'on commence à avoir des rapports

sexuels. Cette consultation sera l'occasion d'un examen général et d'un examen gynécologique. Ils seront complétés, chez les femmes sexuellement actives, par un frottis du col de l'utérus, pour dépister d'éventuelles cellules précancéreuses.

Autre avantage de la pilule : elle est le plus souvent gratuite pour les adolescentes, car elle bénéficie d'un remboursement plus élevé pour les jeunes femmes de moins de 21 ans.

Les pilules les plus courantes contiennent un œstrogène et un progestatif. Les pilules plus modernes, dites de dernière génération, contiennent un œstrogène plus puissant, qui bloque très efficacement l'ovulation. Il est donc possible d'en diminuer la dose, ce qui réduit les effets secondaires qui se manifestent parfois : maux de tête, nausées ou une tension mammaire, petites pertes de sang intermittentes. Ces effets désagréables disparaissent souvent après deux ou trois mois de prise régulière.

Il existe aussi des pilules sans œstrogènes, qui conviennent aux femmes pour lesquelles cette hormone est contre-indiquée.

Les adolescentes éprouvent parfois des réticences face à la pilule, le plus souvent parce qu'elles craignent de grossir. La prise de poids éventuelle (deux kilos au maximum) est en fait due à de la rétention d'eau, favorisée par la prise d'hormones. Les pilules de la dernière génération, faiblement dosées ou contenant un nouveau progestatif, n'entraînent plus de kilos en plus, grâce à une moindre rétention d'eau. Autres avantages : elles régularisent le cycle, les règles sont moins douloureuses et elles exer-

cent même un effet protecteur contre l'acné.

## Implants, anneaux...

Il existe d'autres procédés de contraception hormonale, qui peuvent être une alternative intéressante pour les femmes distraites ou qui trouvent fastidieux de prendre chaque jour une pilule. Elles sont efficaces et procurent une contraception permanente. Il y a d'abord l'implant hormonal : c'est un petit bâtonnet souple rempli d'hormones, de 4 cm de long et 2 mm d'épaisseur, que l'on introduit sous la peau du bras après une petite anesthésie locale. Il peut rester en place pendant trois ans. Il est le plus souvent bien toléré, mais provoque parfois des règles irrégulières.

Un autre dispositif hormonal est l'anneau vaginal : un petit anneau souple que la femme place au fond de son vagin. Il est retiré après trois semaines et exerce la même action que la pilule. Il diffuse en continu, à travers la circulation sanguine et à faible dose, des œstrogènes et de la progestérone qui bloquent l'ovulation.

Le patch hormonal est un moyen de contraception hebdomadaire. Il s'agit d'un petit timbre de couleur chair, assez fin, qui se colle le plus souvent sur une fesse ou sur le bas du ventre.



Il diffuse lui aussi les hormones en continu, à travers la peau. Il faut le changer une fois par semaine, pendant trois semaines. Puis la femme saute la quatrième semaine. Il ne faut pas oublier de le changer, mais il existe une marge de sécurité de 48 heures.

Et le stérilet ? Il s'agit d'un fil de cuivre long de quelques centimètres que le médecin place dans l'utérus. Il provoque une réaction qui bloque les spermatozoïdes et empêche la nidation d'un ovule fécondé. Il existe aussi des stérilets hormonaux, qui diffusent une hormone destinée à rendre la glaire du col de l'utérus infranchissable par les spermatozoïdes. On déconseille généralement le stérilet aux jeunes femmes n'ayant pas encore eu d'enfant, car ce dispositif augmente le risque d'infections, dont la répétition peut mener à une stérilité. Aujourd'hui, il existe toutefois des stérilets plus petits et mieux tolérés.

## Oubli : comment le réparer ?

Des grossesses non désirées peuvent survenir si la pilule, notamment, est prise de manière inadéquate ou irrégulière. Une autre cause d'échec, fréquente, est un nombre de jours trop important entre la prise de deux plaquettes de pilules.

Il est toujours conseillé de prendre sa pilule à heure régulière, par exemple le matin dans la salle de bain ou le soir avant de se coucher. En cas d'oubli de prise d'une pilule, si moins de 36 heures se sont écoulées depuis la dernière prise, on peut prendre la pilule oubliée sans que sa fiabilité soit altérée.

Si le délai de 36 heures a été dépassé, la conduite à tenir dépend de la semaine pendant laquelle la pilule a été oubliée.

Si la pilule a été oubliée **pendant la première semaine**, il faut prendre la pilule oubliée dès

que l'on s'en rend compte, même s'il faut prendre deux pilules en même temps. De plus, il faudra utiliser un préservatif pendant les sept jours qui suivent. Si l'on a eu des rapports sexuels dans la semaine qui précède l'oubli, le risque de grossesse existe et il faut consulter son médecin sans tarder.

En cas d'oubli **pendant la deuxième semaine**, il suffit de prendre la pilule oubliée dès que l'on s'en rend compte et de continuer la plaquette. La contraception reste fiable.

Si l'oubli a lieu **pendant la troisième semaine**, il faut arrêter immédiatement la plaquette en cours et, après une semaine de pause, commencer une nouvelle plaquette. Ou bien prendre la pilule oubliée, continuer la plaquette jusqu'au bout et entamer immédiatement une nouvelle plaquette sans observer les jours de pause. La contraception reste fiable, mais il y a un risque de saignements intercurrents.

Enfin, en cas d'**oubli de plusieurs pilules** d'une même plaquette, il faut consulter son médecin.

Il faut aussi savoir que des diarrhées ou des vomissements peuvent compromettre l'efficacité de la pilule. Il faut trois heures pour que la pilule soit assimilée dans le sang ; si le vomissement ou la diarrhée a eu lieu avant ce délai, il faut reprendre une nouvelle pilule. Il est prudent de compléter par l'usage du préservatif pendant les sept jours qui suivent.


## Roue de secours

Outre un oubli, il existe d'autres situations où la femme n'est pas protégée efficacement contre le risque de grossesse non désirée : préservatif déchiré ou mal utilisé, utilisation de méthodes inefficaces comme le retrait, calcul de dates dans la méthode dite naturelle, ou tout simplement rapport sexuel en l'absence de tout moyen contraceptif.

Il existe maintenant une "pilule du lendemain" qui permet de réparer ces accidents dans la

plupart des cas (mais pas toujours). Mais attention ! Pour qu'elle soit efficace, cette contraception d'urgence doit être appliquée le plus tôt possible : la première pilule doit être prise au

plus tard 72 heures (trois jours) après le rapport sexuel suspect. Cette pilule est une bouée de sauvetage ; elle ne doit pas devenir une méthode contraceptive habituelle.

 Dossier réalisé par  
**Florence Loos, Myriam Katz**  
et **Jean-Paul Vankeerberghen**

## > Le commentaire du Ligueur

*Le sable chaud et les rencontres entre les garçons et les filles ne sont plus très loin. Encore un ou deux examens et... Nos plus grands bouclent déjà leur sac à dos ou réservent sur Internet un avion pas trop cher qui les emmènera sur une plage quelconque. Face à tous ces préparatifs, on se dit qu'il est sans doute temps de leur parler. Le gamin, ce n'est pas trop compliqué. Quelques préservatifs dans la poche et les dernières recommandations en matière de savoir-vivre (le respect de l'autre, par exemple). Mais les filles ? Leur rappeler – même si elles hurlent qu'elles le savent déjà ! – que la pilule ne protège pas contre les maladies sexuellement transmissibles (MST) dont le sida. Et qu'il faut qu'elles utilisent un préservatif lors de chaque rapport sexuel malgré la pilule. Ne les questionnons pas davantage, (les parents ne doivent pas tout savoir), mais glissons-leur aussi quelques préservatifs au cas où le Prince charmant croiserait leur chemin.*