

Santé et bien-être : Les personnes handicapées et une saine sexualité

2009

Le 3 décembre est la **Journée internationale des personnes handicapées** des Nations Unies, qui vise chaque année à mieux faire connaître les questions liées à l'incapacité. Les personnes handicapées du monde entier font face à la stigmatisation et à la discrimination et sont nombreuses à être privées de leurs droits humains fondamentaux, y compris le droit à l'alimentation, au logement, aux soins de santé, à l'éducation et à l'emploi.

Vie autonome Canada a choisi de marquer la journée en accordant une attention particulière au sujet de la santé et du bien-être. La santé et le bien-être ne se définissent pas par la présence ou l'absence d'une déficience. Il s'agit de concepts plus vastes qui ont un impact direct sur la qualité de vie de tous. Les personnes handicapées peuvent être à la fois bien et en santé.

Le saviez-vous?

- Par sexualité, on n'entend pas seulement les activités sexuelles. La sexualité englobe toute la personne (l'orientation sexuelle, la santé reproductive, l'image de soi, les sentiments, les attitudes, la culture, etc.).
- **Les personnes handicapées sont tout aussi susceptibles d'être sexuellement actives que les personnes non handicapées¹**. Pourtant, la société continue d'entretenir l'idée préconçue que les personnes handicapées n'ont pas de sexualité, qu'elles n'ont pas de pulsions sexuelles, ne sont pas sexuellement actives et ne veulent pas ou ne devraient pas avoir d'enfants.
- Souvent, on refuse aux personnes handicapées l'accès à l'information ou aux soins liés à la santé sexuelle à cause des idées préconçues concernant leur (absence de) sexualité.
- Souvent, les enfants et adolescents handicapés n'ont pas accès à l'éducation sexuelle, et même lorsqu'ils y ont accès, elle peut ne pas répondre à tous leurs besoins ou préoccupations.
- Les femmes handicapées sont moins susceptibles que les femmes non handicapées d'avoir des examens réguliers de dépistage du cancer du col et du sein².
- Les personnes handicapées, surtout les femmes, les personnes vivant dans des établissements et les personnes ayant des déficiences intellectuelles, peuvent être plus vulnérables à la violence sexuelle, notamment aux mains de partenaires et de préposés aux soins³.
- Lorsqu'elles se trouvent dans la situation difficile d'avoir à fuir un partenaire ou un soignant violent, les personnes handicapées font face à des obstacles supplémentaires, comme l'inaccessibilité des maisons d'hébergement, les obstacles à la communication, l'interdépendance financière ou physique, etc.
- Les personnes handicapées courent autant et même plus de risques d'être infectées par le VIH que les personnes non handicapées⁴.

Quelques solutions

- Avoir une sexualité saine, c'est connaître les risques auxquels nos comportements sexuels nous exposent et prendre des mesures pour réduire ces risques; se respecter et respecter son partenaire; dire « non » à tout contact sexuel que l'on ne veut pas et dire « oui » aux contacts que l'on veut; et ne pas avoir honte de qui nous sommes, de ce que nous aimons et de la façon dont notre corps réagit.
- **Vous avez le droit d'être traité avec respect.** Vous pouvez refuser toute relation ou tout contact sexuel avec une personne qui ne vous témoigne pas le respect et la dignité que vous méritez.
- **Vous avez la responsabilité de traiter les autres avec respect.** Si une personne ne veut pas avoir de relations avec vous ou refuse tout contact sexuel, il est important de respecter sa volonté.
- L'accès à la santé est un droit humain! La *Convention relative aux droits des personnes handicapées* des Nations Unies dit qu'il faut que les personnes handicapées aient accès aux mêmes types de soins et de programmes de santé que les personnes non handicapées, *y compris dans les domaines de la santé sexuelle et reproductive*.
- Renseignez-vous sur les activités sexuelles sûres en consultant votre médecin ou en vous rendant dans une clinique de santé sexuelle pour poser des questions. Si vous êtes nerveux, préparez et emportez avec vous une liste de questions pour vous souvenir de toute l'information que vous voulez obtenir⁶.
- Insistez pour avoir les examens réguliers recommandés pour les personnes de votre âge et de votre sexe (tests PAP annuels, examens annuels de la prostate, etc.) ET les tests réguliers de dépistage des infections transmises sexuellement (ITS) si vous êtes sexuellement actif.
- Parlez! Si quelqu'un s'est comporté avec vous d'une manière que vous n'aimez pas ou ne voulez pas, dites-le à une personne en qui vous avez confiance.
- Votre Centre de vie autonome local peut vous aider à trouver l'information ou les services dont vous avez besoin pour votre santé sexuelle. Visitez www.ilc-vac.ca pour une liste des centres de VA.

1. Fonds des Nations Unies pour la population, *Sexual and Reproductive Health of Persons with Disabilities*.

2. U.S. Department of Health and Human Services, *Sexuality and Reproductive Health*, site <http://www.womenshealth.gov/illness-disability/your-health/sexuality-reproductive.cfm>, consulté le 9 novembre 2009.

3. UNAIDS, WHO and OHCHR Policy Brief: *Disability and HIV*, avril 2009, p. 2-3

4. Ibid.

5. Nations Unies. *Convention relative aux droits des personnes handicapées*, article 25a.

6. BC Coalition of People with Disabilities, AIDS & Disability Action Program. *Know About... Communicating with your Doctor*, 2006, p. 6.