

Au sein des écoles et des établissements scolaires, tous les personnels, membres de la communauté éducative, participent explicitement ou non, à la construction individuelle, sociale et sexuée des enfants et adolescents.

A destination de tous les acteurs de l'éducation à la sexualité, cette lettre est rédigée par des enseignants et des infirmières de l'académie. Elle a pour objectif d'aider tous ceux et celles qui s'investissent dans ce domaine en leur apportant régulièrement des ressources, des outils, des informations institutionnelles et des éclairages scientifiques.

Sommaire

- 1. Editorial**
 - 2. Les chiffres de la contraception**
 - 3. contraception et éducation**
 - 4. Partenaire**
 - 5. Des outils de réflexion**
-

1. Editorial

Des événements récents ont rappelé au grand public les effets secondaires liés à la prise de pilule contraceptive. Ces effets étaient déjà connus et documentés dans les milieux scientifiques et médicaux, mais l'aspect dramatique des cas personnels exposés, ainsi que l'éventualité de suites judiciaires complexes ont amplifié leur exposition.

Qu'est-il possible d'en dire aujourd'hui, de façon simple, de manière à comprendre la situation, répondre aux questions d'élèves ou préparer des activités pour certains programmes ?

La plupart des données rassemblées dans cette note proviennent du site de l'ANSM (<http://ansm.sante.fr>) ainsi que celui de la HAS (<http://www.has-sante.fr>) ou de données recoupées à la lecture de différentes sources scientifiques et médicales. Pour savoir plus de façon simple, vous pouvez consulter le [document en annexe](#).

La pilule est un médicament

Tout d'abord, il convient de rappeler que les moyens contraceptifs hormonaux sont des médicaments et il est utile d'en rappeler la définition : « *On entend par médicament toute substance ou composition présentée comme possédant des propriétés curatives ou préventives à l'égard des maladies humaines ou animales, ainsi que toute substance ou composition pouvant être utilisée chez l'homme ou chez l'animal ou pouvant leur être administrée, en vue d'établir un diagnostic médical ou de restaurer, corriger ou modifier leurs fonctions physiologiques en exerçant une action pharmacologique, immunologique ou métabolique.* »

(définition complète :

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichCodeArticle.do?cidTexte=LEGITEXT000006072665&idArticle=LEGIARTI000006689867&dateTexte=20100225>)

Tout médicament comporte, toujours et systématiquement des risques d'effets secondaires, y compris d'origine purement psychologiques (effet nocébo). Les contraceptifs hormonaux ne peuvent donc échapper à ce risque. Les effets secondaires sont nombreux et variés, tout autant qu'exceptionnels.

Quel est le risque ?

Pour les cas qui nous intéressent ici, il s'agit de risques de type thrombo-embolique. Il n'est pas question de résumer des livres entiers dans cette courte lettre et des informations utiles peuvent se trouver facilement par recherche pour les mots-clefs « thrombose », « phlébite » et « embolie ». Rappelons simplement qu'une thrombose est une formation spontanée de caillot dans un vaisseau non lésé et que ce caillot peut provoquer une obstruction sur place ou après déplacement dans la circulation, par exemple dans les artères du cerveau. D'où le risque d'AVC, principalement apparent dans les cas exposés dans la presse.

Le coin du biologiste

Pour comprendre ce risque, il faut considérer les points suivants :

- la formation de caillot est un équilibre dynamique permanent entre des mécanismes pro- et anticoagulants ;
- les protéines sanguines responsables de ces mécanismes sont synthétisées par les hépatocytes ;
- les œstrogènes ont naturellement tendance à renforcer les effets pro coagulants, à la fois en augmentant les taux de facteurs de coagulation (facteurs VII, VIII, X, fibrinogène et prothrombine) et en diminuant ceux d'anticoagulants comme l'antithrombine et de protéines impliquées dans la fibrinolyse comme la protéine S ; les œstrogènes déplacent donc l'équilibre et augmentent le risque de thrombose. Ces effets semblent liés à la modification de la synthèse hépatique des facteurs sanguins lors du métabolisme des œstrogènes. La prise de pilule est donc totalement contre-indiquée à toute personne présentant génétiquement une tendance spontanée à la thrombose (par exemple en cas de résistance à la protéine C activée).

Quelle est l'ampleur du risque ?

Il convient de considérer les chiffres pour mieux envisager les risques :

- dans les populations féminine sans contraceptif hormonaux, 1 cas de thrombose pour 10 000 femmes/an ;
- avec prise de pilule de 2e génération, 2 cas pour 10 000 ;
- avec prise de pilule de 3e ou 4e génération, 4 cas pour 10 000 ;
- spécifiquement dans la population féminine gestante (donc forte augmentation des taux en œstrogènes), 6 cas pour 10 000.

En rappelant, enfin qu'une thrombose est potentiellement grave, voir létale, mais que de tels cas d'embolie pulmonaire massive ou d'AVC restent très minoritaires (1 à 2 % de mortalité parmi les cas de thrombose). Il convient donc de ramener le risque à ce qu'il est : dire qu'on augmente les risques de thrombose par deux (ou de 100 %) ne procure pas le même effet psychologique que de dire qu'on passe de 2 cas pour 10 000 à 4 pour 10 000. De ce point de vue, la presse et sa façon de présenter les chiffres, porte une responsabilité dans la suite de crises que connaît actuellement l'utilisation des méthodes contraceptives hormonales et ces questions peuvent-être étudiées dans le cadre d'une éducation aux médias. Ce thème peut aussi être l'occasion, pour les collègues de mathématiques, de faire travailler les élèves sur le caractère éminemment statistique de la vie et de la santé humaine.

Quel questionnement pour les citoyens et pour les autorités de santé en France ?

Il y a eu polémique, concernant deux points :

- d'une part, la prescription en première intention des contraceptifs hormonaux de 3e et 4e génération alors qu'il aurait fallu commencer systématiquement par ceux de 2e génération, mais ce point est désormais réglé par des directives claires ;

- d'autre part une interrogation concernant le bon fonctionnement de la pharmacovigilance, c'est à dire la remontée efficace d'informations concernant les effets secondaires ainsi que leur prise en compte

Les générations de pilule

Pour rappel, les pilules contraceptives contiennent des molécules proches des hormones féminines naturelles et agissent de la même façon pour bloquer l'ovulation. Ces hormones appartiennent à deux familles, les œstrogènes et les progestatifs

Il existe deux types de pilule, celles, dites « combinées », contenant une association d'un œstrogène et d'un progestatif et celles, dites parfois « micropilules », contenant uniquement un progestatif.

A partir de ces données de base, il convient de savoir :

- les contraceptifs combinés sont classés en génération selon leur composition, ils contiennent tous le même œstrogène en dose variable (l'éthinylestradiol, ou EE) et le classement se fait selon la nature du progestatif (toute personne peut déterminer le classement d'une pilule à partir de son nom ou de son contenu en consultant un tableau tel que celui-ci : voir fiche annexe ;

- c'est l'œstrogène qui est responsable du risque cardio-vasculaire, mais le progestatif associé a un effet amplificateur en fonction de sa nature (d'où les risques différents en fonction des générations de pilule) ;

- les risques semblent identiques (mais il n'y a pas encore consensus) avec l'utilisation des anneaux et patchs contraceptifs, qui contiennent les mêmes molécules que les pilules de 3e génération ;

- par contre, il n'y a pas du tout de risque augmenté de pathologies circulatoires pour les contraceptifs purement progestatifs (dont certaines pilules et l'implant contraceptif).

[Liste des contraceptifs](#)

Les critères de choix d'une contraception hormonale

Les contraceptifs hormonaux sont parmi les plus efficaces et leur utilisation ne peut en aucun cas être remise en cause. Le choix de leur utilisation, puis d'une catégorie particulière, ne peut se faire que dans un dialogue entre une femme et son médecin.

Les élèves (et tout adulte en général), doivent connaître les points suivants :

- l'utilisation du même contraceptif hormonal peut-être une source d'épanouissement pour une femme et la cause d'une dégradation marquée des conditions de vie pour une autre (effets secondaires inconfortables), il convient impérativement que l'adoption d'un contraceptif soit envisagé avec un médecin et que plusieurs moyens différents soient testés jusqu'à trouver le bon ;

- c'est précisément la raison pour laquelle les contraceptifs de 3e et 4e génération sont utiles en cas de mauvaise expérience avec ceux de 2e génération ;

- les abandons précipités de pilule ont augmenté ces derniers mois, avec pour effet d'augmenter les cas d'IVG, de façon peu rationnelle : un changement de contraception doit être planifié et discuté avec son médecin, rien ne peut justifier cette urgence (surtout au regard des risques liés aux grossesses non désirées) ;

- d'une façon générale les contraceptifs hormonaux peuvent aussi avoir des effets protecteurs contre d'autres pathologies (cancers de l'ovaire, utérus, rectum et colon : <http://www.bmj.com/content/340/bmj.c927.full>) ;

- parmi les effets secondaires, il peut aussi apparaître une baisse de la libido, ce qui amène un paradoxe à l'utilisation de la pilule... (Changement de pilule clairement indiqué !);

- l'association pilule-tabac potentialise les risques cardiovasculaires de chacun des produits ;

- et, bien sûr, se rappeler aussi de l'existence d'autres types de contraceptifs (à ce propos, la Haute Autorité de Santé indique clairement que la pose de dispositif intra-utérin, ou stérilet, est tout à fait possible chez les adolescentes et/ou nullipares et qu'il constitue même une option alternative de première intention à la prise de pilule). Un site récent, ouvert par l'INPES (<http://www.choisirsacontraception.fr/>), comporte des informations claires et complètes sur tous les types de contraception. Il semble particulièrement pertinent de le consulter et d'y diriger les élèves, de plus il constitue une base de ressources potentielles pour les actions en classe.

En conclusion, il peut être intéressant de considérer (et d'y faire réfléchir les élèves) les effets statistiques des pathologies, des soins et de leurs effets secondaires ou de l'importance du rapport bénéfice/risque. La contraception hormonale féminine (en attendant son équivalent masculin) apporte un bénéfice considérable et expose à un risque, chacune doit pouvoir choisir de façon éclairée. Et tout de même garder en tête que, en poussant à l'absurde le raisonnement consistant à vouloir faire disparaître tout risque, que vivre, c'est de toute façon prendre un risque...

2. Les chiffres de la contraception

Quelques données sur la contraception chez les collégiens. [Ces chiffres sont issus de l'enquête](#) HBSC (Health Behaviour in School-age Children) 2010 disponibles sur le site de l'INPES

	4e		3e	
	Filles	Garçons	Filles	garçons
Ni préservatif, ni pilule	16,20%	27,00%	10,00%	11,20%
Pilule	2,40%	0	9,40%	3,80%
Préservatif	55,80%	55,00%	52,70%	52,60%
Préservatif et pilule	25,70%	18,00%	27,90%	32,50%

Proportion d'élèves de 4e et 3e ayant utilisé le préservatif et/ou la pilule lors du dernier rapport sexuel

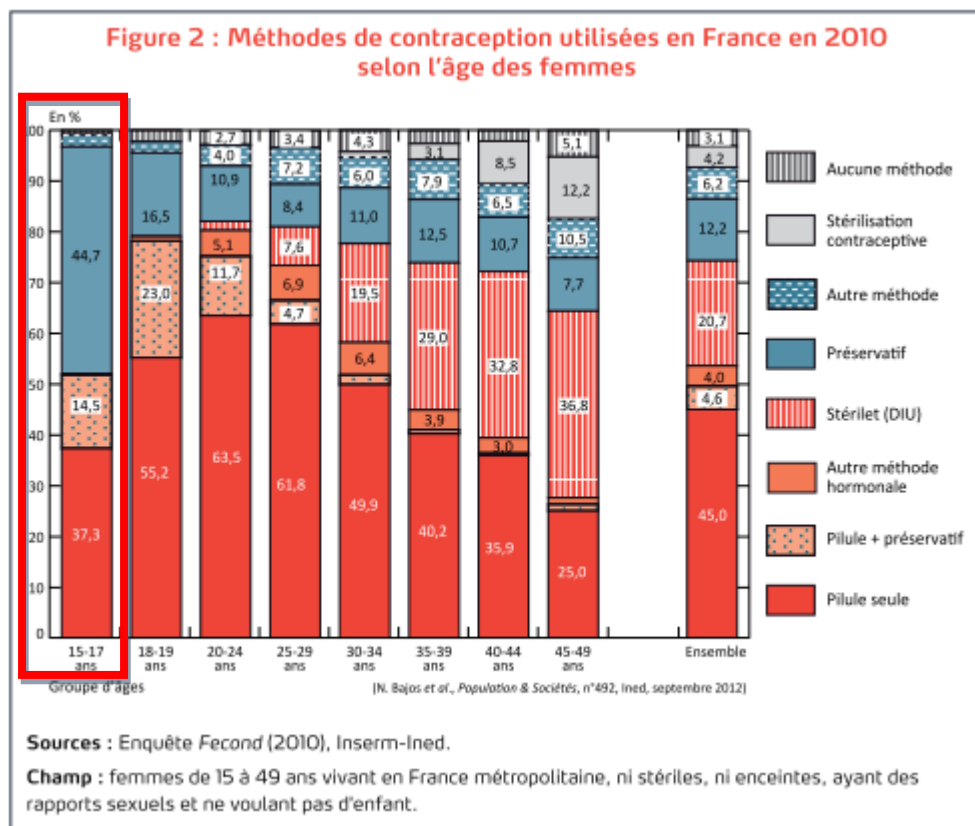
	4e		3e	
	Filles	Garçons	Filles	garçons
Aucune méthode	8,20%	6,70%	10,30%	9,80%
une	61,80%	67,60%	52,30%	65,10%
Deux	24,90%	19,90%	32,20%	22,60%
trois ou plus	5,00%	5,90%	5,20%	2,50%

Nombre de méthodes contraceptives utilisées au dernier rapport sexuel

« Les élèves de France figurent depuis 2001 parmi les plus utilisateurs de préservatif au sein des pays membres d'HBSC »

« La France est le pays dans lequel l'usage de la pilule du lendemain lors du dernier rapport est le plus élevé (14,1% vs 6,5% en moyenne dans les pays répondants) »

Une autre enquête permet de dresser la contraception des lycéennes dans le paysage contraceptif français. Enquête Inserm-Ined [FECOND 2010](#)



3. contraception et éducation

Proposition d'une tâche complexe pour développer des compétences pour la partie Féminin, Masculin du programme de Première S. Il s'agit de découvrir les différents types de contraception en produisant une ressource originale pour un concours organisé par le conseil régional.

[Accéder à la situation complexe.](#)

4. Partenaires

Le site internet onsexprime.fr est un outil utile pour tous ceux qui travaillent avec les adolescents sur l'éducation à la sexualité. C'est un site ressource à utiliser avec les adolescents afin de leur faire connaître et faciliter la mise en œuvre d'actions éducatives sans tabous.



A travers des vidéos, des textes, des BD, ce site ne sépare pas sexualité et santé. Il s'adresse directement aux ados et vise à répondre à toutes leurs questions : découvrir son corps et ses transformations, la biologie sexuelle, le sexe et ses représentations comme la pornographie, la découverte de toutes les sexualités, sans discrimination. La série PuceauX (série vidéo style télé-réalité rigolote) est un outil pour faire réagir les élèves et peut être

aisément prolongée par un travail éducatif en milieu scolaire. Des vidéos d'interviews de médecins et de scientifiques par Fil santé jeunes sont des supports pour faire travailler efficacement les élèves sur la contraception, répondre à l'actualité sur par exemple « Pourquoi la pilule ? Quelle génération ? ». Ce site a pour but de faciliter la parole à tous les niveaux, entre adolescents, avec les adultes, enseignants aussi bien que parents.

Ce site en direction des adolescents a été mis en œuvre par l'INPES (Institut national de prévention et d'éducation à la santé), sous la tutelle du ministère de la santé, en lien avec le site www.choisirsacontraception.fr . Le CRIPS, Fil santé jeunes, SIDA Infos service, le Mouvement français pour le planning familial, l'Ecole des parents et des éducateurs, Solidarité Sida... y ont contribué. Ce site prend appui sur les travaux menés par l'association des obstétriciens et gynécologues canadiens qui a lancé dès 2001 le site www.masexualite.ca qui est devenu en 10 ans une référence internationale reconnue en terme d'éducation à la sexualité.

A faire connaître à tous les élèves.

5. Des outils de réflexion

L'association des formateurs des professeurs de SVT a organisée un colloque l'an dernier sur le thème du genre et du sexe en SVT. Ce colloque a été un succès, avec des interventions passionnantes. Le thème a été abordé selon différents angles : biologie, épistémologie et histoire des sciences, sociologie, sciences de l'éducation. Toutes les introductions sont maintenant disponibles en ligne :



UN FILM

Les bureaux de Dieu

Film de Claire Simon, 2010

Les bureaux du planning, situés au dernière étage d'un immeuble, ne désemplissent pas. Toute la journée se succèdent des femmes, de tout âge et tout milieu, qui viennent chercher de l'écoute et des conseils auprès de gynécologues et de conseillères du planning familial . Les sujets abordés sont la contraception, l'avortement , relations amoureuses ...

Chaque entretien, d'une dizaine de minutes, peut être le support d'une discussion avec les élèves.

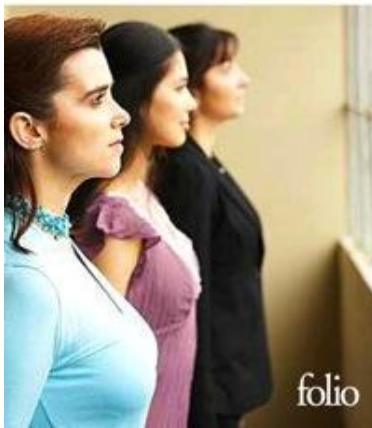


UN LIVRE

Martin Winckler
Le chœur des femmes

Le chœur des femmes

Martin Winckler , 2009 , POL et Folio



Brillant interne des hôpitaux, Jean Atwood, vise un poste de chef de clinique en chirurgie gynécologique. Mais au lieu de lui attribuer le poste convoité, on l'envoie passer son dernier semestre d'internat dans un service de médecine consacré à la médecine des femmes - avortement, contraception, violences conjugales, maternité des adolescentes, accompagnement des cancers gynécologiques en phase terminale. Son souhait est de faire de la chirurgie, et non passer son temps à écouter des femmes parler d'elles-mêmes à longueur de journée. Ni servir le chef de service de l'unité 77 le à la personnalité controversée. Pour Jean Atwood, interne à la forte personnalité et qui brûle d'exercer son métier dans un environnement prestigieux, conflit ouvert avec ce chef de service autoritaire semble inévitable.

Mais la réalité n'est jamais ce que l'on anticipe, et la rencontre entre les deux médecins ne va pas se dérouler comme l'interne l'imagine.

Ce roman de formation raconte l'histoire d'un jeune médecin déjà modelé par la faculté et par sa spécialité d'élection ,qui doit brusquement réviser ses préjugés devant une réalité qui lui avait échappé jusqu'ici : ce ne sont pas ses maîtres qui lui apprendront son métier, mais les patientes.

Ce roman documentaire décrit la médecine des femmes, ses gestes, ses particularités, ses écueils, ses interrogations éthiques .

Ce roman choral a une structure s'inspire de celle de la comédie musicale: au fil de son itinéraire dans ce microcosme qu'est l'unité 77, le Docteur Atwood croise des femmes qui racontent (et parfois chantent) leur vie.

D'après www.babelio.com

UN SITE



Marc Zaffran , connu sous le pseudonyme Martin Winckler, a exercé la médecine générale dans un cabinet de campagne entre 1983 et 1993 où il quitte son cabinet et devient traducteur et écrivain à temps plein tout en continuant à exercer la médecine à temps partiel à l'hôpital du Mans dans le service de planification (IVG, contraception, gynécologie courante). Il y travaille jusqu'en décembre 2008, avant d'émigrer au Canada.

Le site personnel du médecin et romancier permet certes, d'obtenir des informations sur ses livres, mais grâce à la rubrique « contraception et gynécologie » vous pouvez obtenir de nombreuses informations sur les différents moyens de contraceptions actuels notamment sous forme de **questions-reponses** ou de **QUIZ** par exemple :

http://martinwinckler.com/IMG/pdf/Quiz_contraceptions_reponses-3.pdf

Vous disposez également d'informations sur le cancer du col de l'utérus et la vaccination contre le HPV .

Les auteurs :

Mme BENEDICT Françoise, Infirmière conseillère technique auprès du recteur
M. BOULANGE Antoine, enseignant de SVT (Institut EPIN, VITRY SUR SEINE)
Mme DARDOUR Leila, enseignante de SVT(Lycée Paul Eluard, SAINT DENIS)
M. POTHET Alain, IA-IPR de SVT
M. PELLESCI Marc , enseignant de SVT au lycée Louise Michel (BOBIGNY)
Mme ROBIN Cécile, enseignante de SVT (Lycée Condorcet SAINT MAUR DES FOSSES)
Mme RONDET Sylviane Infirmière scolaire