

Les femmes et les modes de vie sains au

Feuillet d'information no 6 Automne 2012

DE NOUVELLES PISTES SUR LES MODES DE VIE SAINS DES FEMMES AU CANADA

Le document *Rethinking Women and Health Living in Canada* [De nouvelles pistes sur les modes de vie sains des femmes au Canada] examine l'influence du sexe, du genre, de la diversité et de l'équité sur les saines habitudes de vie chez les Canadiennes. L'étude se penche notamment sur les discours, les questions clés et certaines stratégies choisies portant sur les modes de vie sains, à travers le prisme de l'analyse des influences du genre et du sexe.

Ces feuillets d'information sur les femmes et les modes de vie sains traitent des sujets suivants : activité physique, sédentarité, automutilation, insécurité alimentaire, sodium, tabagisme, alcool, comportements sexuels et utilisation du condom. Pour en savoir davantage: www.womenshealthdata.ca



PRAIRIE WOMEN'S HEALTH
CENTRE OF EXCELLENCE
RESEARCH • POLICY • COMMUNITY



LE COMPORTEMENT SEXUEL

La plupart des Canadiennes sont sexuellement actives et de différentes façons. Les normes sexuelles ainsi qu'un discours deux poids deux mesure persistent mais les programmes d'éducation ne sont pas nécessairement à jour.

Une sexualité saine et la santé sexuelle sont des éléments d'une vie saine, ainsi que l'accès à la contraception (p. ex. les condoms), la prévention des infections transmises sexuellement (ITS) et du VIH/sida, et la capacité de décider du moment et de la façon de vivre une relation sexuelle.

Les données sur les comportements sexuels au Canada sont relativement limitées, puisque les enquêtes nationales sur la santé portent sur les comportements à risque en lien avec les ITS et le VIH/sida. De plus, les études se penchent uniquement sur les femmes de moins de 50 ans. Bien que les femmes aient plusieurs définitions de la notion d'activité sexuelle, la plupart des Canadiennes disent être sexuellement actives et 80 % des femmes de vingt ans et plus disent avoir eu des rapports sexuels au moins une fois. L'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) développe actuellement une nouvelle étude sur la santé sexuelle et la sexualité saine, qui fournira de l'information supplémentaire sur le comportement sexuel des Canadiennes et des Canadiens.

L'analyse des influences du genre et du sexe

L'analyse des influences du genre et du sexe (AIGS) s'appuie sur quatre concepts de base : le sexe, le genre, la diversité et l'équité.

1. Le terme **sexe ou sexe biologique** fait référence aux caractéristiques biologiques qui distinguent les femmes des hommes. Les configurations chromosomiques, les organes reproducteurs, le système hormonal et le rapport graisse/muscle figurent parmi ces différences.

2. Le **genre ou sexe social** renvoie aux constructions sociales qui définissent les rôles, les relations, les attitudes, les comportements, le pouvoir relatif, etc., des femmes et des hommes, et qui façonnent et établissent l'identité féminine et masculine dans la société.



3. La **diversité** renvoie aux variations sur les plans de la culture, de l'ethnicité, du sexe, du genre, de l'âge et des capacités, qui influent sur nos valeurs, nos croyances, nos comportements et tous les aspects de notre vie.

4. L'**équité** est atteinte lorsqu'il y a absence d'inégalités qui entraînent des différences sur le plan de la santé entre et au sein de populations. Les systèmes sociaux et les politiques doivent assurer à toute personne un accès aux ressources, aux possibilités, au pouvoir et aux responsabilités dont elle a besoin pour se développer pleinement et en santé.

Questions d'importance liées au sexe

La plupart des femmes disent être sexuellement actives, mais un certain nombre de problèmes de santé (p. ex. anxiété, dépression, diabète, hypertension) peuvent influencer sur leur désir sexuel et, par le fait même, sur leur niveau d'activité sexuelle. Les femmes plus jeunes atteintes de maladies du cœur chroniques affichent des taux plus faibles d'activité sexuelle, comparativement à leurs pairs en bonne santé. Les femmes qui ont récemment accouché peuvent hésiter à reprendre des rapports sexuels; elles peuvent être préoccupées par leur guérison, l'inconfort, l'interruption de sommeil et une fatigue générale. Des changements de taux d'œstrogène pendant la ménopause peuvent influencer sur la capacité d'une femme d'éprouver sexuellement du plaisir.

Questions d'importance liées au genre

Les jeunes femmes signalent qu'elles sont jugées de façon plus sévère que les hommes si elles transgressent les normes sexuelles de leur cercle social. Une étude récente, menée auprès de jeunes femmes,

constate que la conformité sexuelle (accepter de participer à une relation sexuelle non désirée) constitue un comportement fréquent chez les jeunes gens engagés dans une relation engagée.

La négociation de l'utilisation du condom peut s'avérer difficile chez nombre de femmes en raison de la peur qu'elles ont d'être violentées et d'être perçues par un partenaire comme séropositives ou atteintes d'une ITS. Une autre étude révèle que les femmes qui sont avec des partenaires plus âgés (>4 ans) sont plus nombreuses à signaler des comportements sexuels à risque.

Questions d'importance liées à la diversité

Une étude menée auprès de femmes aux États-Unis révèle qu'un taux significatif de jeunes qui s'identifient comme hétérosexuelles disent avoir vécu un certain type d'activité sexuelle avec une personne de même sexe. Les jeunes de minorité sexuelle (qui s'identifient comme gaies ou lesbiennes, bisexuelles ou incertaines de leur identité sexuelle) sont moins nombreuses à utiliser le condom ou une autre méthode de contraception. Les adolescentes de minorités sexuelles affichent des probabilités d'IST beaucoup plus élevées que les adolescentes qui sont attirées uniquement par des hommes.

Plus du quart des adolescentes canadiennes âgées de 15 à 17 ans disent avoir eu un rapport sexuel au cours de l'année précédente, bien que le taux d'adolescentes sexuellement actives varie selon la région. Les risques potentiels chez les adolescentes de 15 ans sont principalement liés aux caractéristiques émotionnelles à cette étape de développement. Plusieurs études américaines confirment que la consommation d'alcool précède des rapports sexuels non prévus chez les jeunes femmes. La tendance indique que la consommation d'alcool est probablement un facteur d'occurrence de nouveaux comportements sexuels, contrairement aux comportements sexuels répétés.

Dans l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) 2009-2010, la majorité des femmes disent avoir eu un(e) partenaire sexuel(le) au cours des 12

derniers mois, peu importe leur revenu, leur lieu de résidence ou leur niveau de scolarité. Les femmes qui font usage de drogues injectables peuvent avoir de multiples partenaires si elles vendent leurs services sexuels pour assurer leur survie, notamment pour avoir un toit et se procurer des drogues. L'absence d'autres possibilités en matière d'emploi et d'éducation constitue l'une des raisons évoquées par les femmes pour justifier leur implication dans l'industrie du sexe. L'activité sexuelle chez les femmes plus âgées peut être limitée en raison de l'absence de partenaires de leur âge.

Questions d'importance liées à l'équité

Les jeunes de la rue adoptent des comportements sexuels plus à risque que ceux de leurs pairs non itinérants. Des femmes vivant dans les rues de Vancouver ou impliquées dans les activités de rue ont été forcées à avoir des rapports sexuels non protégés pour plusieurs raisons, telles que travailler loin des rues achalandées pour éviter la police, emprunter des pipes de crack usagées, des clients violents et rencontrer des clients dans des lieux publics ou dans des voitures.



Les femmes possédant un niveau de scolarité plus élevé ont peut-être une plus grande confiance en elles-mêmes et peuvent davantage négocier l'utilisation du condom avec leurs partenaires. Une étude américaine démontre que les jeunes femmes ont moins tendance à utiliser le condom si elles obtiennent de mauvaises notes à l'école, si l'anglais n'est pas leur langue maternelle ou si elles font partie d'une minorité ethnique visible.

Critique

Les données sur l'activité sexuelle des femmes de 50 ans et plus sont limitées,

POUR PLUS D'INFORMATION

Centre d'excellence de la Colombie-Britannique pour la santé des femmes:

www.bccewh.bcc.ca

Centre d'excellence de l'Atlantique pour la santé des femmes:

www.acewh.dal.ca

Centre d'excellence pour la santé des femmes, région des Prairies:

www.pwhce.ca

The Source / La Source

www.womenshealthdata.ca

Apprentissage en ligne de l'AIGS:

www.sgba-resource.ca

puisque les enquêtes pancanadiennes se penchent surtout sur les comportements à risque chez les jeunes. Une exploration des points de vue plus large de la société sur divers comportements sexuels et leurs liens avec la santé sexuelle permettra d'aller au-delà de résultats fondés uniquement sur des comportements, des caractéristiques et des qualités individuelles. La nouvelle enquête de l'ASPC pourrait produire des recherches sur certaines de ces points de vue. Les politiques et les attitudes portant sur la violence sexuelle, l'expression sexuelle chez les adolescentes et les « risques » liés aux comportements sexuels chez les femmes plus âgées doivent être étudiés. La création de programmes d'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive, qui incluent de l'information sur les relations et présentent la sexualité sous un éclairage positif plutôt que comme une activité essentiellement à risque, peut s'avérer très bénéfique pour les gens de tous les âges.

Ces feuillets d'information ont été développés originalement en anglais en complément au rapport « Rethinking Women and Healthy Living in Canada ». Pour les références, veuillez consulter les versions originales en anglais.