

GUIDE PEDAGOGIQUE



Infinix
smart

TABLE DE MATIERE

ABREVIATION	Erreur ! Signet non défini.
INTRODUCTION	Erreur ! Signet non défini.
Pourquoi ce jeu et ce guide ?	Erreur ! Signet non défini.
INFORMATIONS SUR LE VIH	Erreur ! Signet non défini.
Le VIH et le Sida, c'est quoi ?	Erreur ! Signet non défini.
COMMENT LE VIH SE TRANSMET-IL ?	Erreur ! Signet non défini.
Par contre, le virus ne se transmet pas :	Erreur ! Signet non défini.
Les IST	Erreur ! Signet non défini.
Se protéger des IST,	Erreur ! Signet non défini.
COMMENT SE PROTEGER ?	Erreur ! Signet non défini.
La prévention combinée :	Erreur ! Signet non défini.
Le préservatif, le socle de la prévention :	Erreur ! Signet non défini.
POURQUOI ET COMMENT SE FAIRE DEPISTER ?	Erreur ! Signet non défini.
Pourquoi se faire dépister	Erreur ! Signet non défini.
C'EST QUOI LE TEST DE DEPISTAGE ?	Erreur ! Signet non défini.
SEROPOSITIVITE ET DISCRIMINATIONS	Erreur ! Signet non défini.
La séropositivité au VIH	Erreur ! Signet non défini.
Les discriminations liées au VIH :	Erreur ! Signet non défini.
COMMENT ORIENTE LA DISCUSSION DES CLUBS SANTE EN MILIEU SCOLAIRE.....	Erreur ! Signet non défini.
En quoi consistent les traitements ?	Erreur ! Signet non défini.
Qu'est-ce qu'être solidaire ?	Erreur ! Signet non défini.
Où s'informer ? Où et avec qui en parler ?	Erreur ! Signet non défini.

ABREVIATIONS

CeGIDD : Centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic

CPEF : Centres de planification et d'éducation familiale

VIH : virus de l'immunodéficience humaine.

FIS: For Impacts in Social Health

Sida : Syndrome de l'immunodéficience acquise

PTME : Prévention de la transmission mère enfants

IST : Infections sexuellement transmissibles

TROD : tests rapides d'orientation de diagnostics

INTRODUCTION

30 ans après l'apparition de la maladie, le VIH/sida est en effet toujours une réalité importante de prendre en compte. Au Cameroun La prévalence moyenne du VIH est de 4,3% dans la population des 15-49 ans et avec un pic de 8,1% dans la tranche de 35 à 39 ans. De près ou de loin, la maladie peut à tout moment toucher l'un d'entre nous, quelque soit notre âge, notre sexe, notre orientation sexuelle... Les jeunes eux aussi sont concernés, notamment par les IST. Pour autant, parler du VIH/sida n'est pas chose aisée, cela reste encore un sujet difficile d'aborder. La question de l'intimité, la honte, le regard des autres, la peur d'être rejeté... sont autant de raisons qui peuvent nous pousser à rester dans le silence. Or il est important de sensibiliser la jeune génération aux risques qu'elle peut encourir lors de relations sexuelles non protégées et ne pas tomber dans les travers du « ça n'arrive qu'aux autres ». Chacun est concerné et peut agir à sa manière afin que le VIH/sida cesse de briser des rêves et qu'un dialogue ouvert puisse s'opérer sans tabou. De plus, s'il est vrai que le VIH continue d'infecter des milliers de personnes, cela s'accompagne malheureusement de préjugés à l'encontre des séropositifs qui sont souvent la proie de discriminations et de violences, nourris par une méconnaissance des modes de transmission du virus

2/ Pourquoi ce jeu et ce guide ?

Lutter contre la stigmatisation et les discriminations liées au VIH/sida est l'un des piliers des stratégies de prévention du VIH/sida. La stigmatisation et la discrimination sont reconnues comme deux facteurs clés qu'il est nécessaire de prendre en compte pour élaborer une réponse efficace et durable en terme de prévention, de soins, de traitement et de réduction des impacts du VIH.

L'attitude vis-à-vis des personnes séropositives est intimement liée à la connaissance de la maladie. Les sentiments de peur et d'incertitude qui peuvent mener à une discrimination ou à une stigmatisation sont nourris par la méconnaissance des modes de transmission du virus et d'une protection adéquate. Les jeunes sont un sous-groupe qui doit faire l'objet d'un effort soutenu de sensibilisation.

En effet, les jeunes ont pour certains indicateurs des taux plus faibles de connaissances que ceux des personnes âgées (moyen de protections efficaces, perception correcte et incurabilité du VIH/sida). Face à ce constat alarmant, le FIS, grâce au projet conversation communautaire pour améliorer les résultats de la PTME dans l'aire de santé de Lolodorf, a impliqué les clubs santé dans la sensibilisation en faveur de la prévention du VIH en milieu scolaire. Ce guide a donc pour objectifs de :

- améliorer et actualiser le niveau de connaissances sur le VIH/sida auprès du public cible.
- favoriser les attitudes et les comportements de protection et réduction des risques.
- lutter contre les discriminations multiples et les violences liées à la séropositivité ainsi qu'aux questions de genre et d'orientation sexuelle.

INFORMATIONS SUR LE VIH



Le VIH et le Sida, c'est quoi ?

Le Sida ou syndrome de l'immunodéficience acquise est une maladie qui s'attaque au système immunitaire de la personne. Elle est provoquée par le virus VIH ou virus de l'immunodéficience humaine.

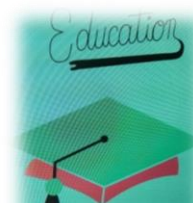
Une personne est dite séropositive lorsqu'elle a été en contact avec le VIH et qu'il s'est introduit dans son organisme. Une fois le virus contracté, celui-ci va se développer et fragiliser le système immunitaire.

Puisque les défenses naturelles sont très faibles, des maladies dites « opportunistes » (telles que la pneumocystose, la toxoplasmose, la tuberculose,...) peuvent profiter de cette faiblesse et attaquer l'organisme. On dira alors que la personne est « malade du sida ».

Il n'y a toutefois pas de symptômes particuliers visibles au stade de séropositivité. Des traitements médicaux sont possibles pour empêcher le virus de se multiplier et pour renforcer le système de défense du corps contre les maladies : on parle de traitements antirétroviraux (plus d'infos sur www.preventionsida.org).

Les traitements actuels permettent aux personnes séropositives d'avoir une bonne qualité de vie et une meilleure espérance de vie. Le sida est d'ailleurs considéré aujourd'hui comme une maladie chronique même si malheureusement, en 2018, aucun médicament ne permet de guérir du sida et aucun vaccin n'existe encore.

COMMENT LE VIH SE TRANSMET-IL ?



On peut être contaminé par le VIH de plusieurs façons :

- ✓ Par contact sexuel : par pénétration vaginale et/ou anale ;
- ✓ la fellation comporte également un risque même s'il est vrai que cette pratique sexuelle constitue un risque moins grand que d'autres actes sexuels ; le danger vient des microlésions possibles dans la bouche qui sont des « portes d'entrée » pour le virus. Celui-ci peut donc passer d'une personne à l'autre lors des relations sexuelles.
- ✓ L'anulingus et le cunnilingus, eux, comportent également un risque même s'il est faible (sauf en cas de présence de sang).
- ✓ Le sperme, le liquide séminal et les sécrétions vaginales sont également contaminants. Il peut suffire d'une fois pour être contaminé !
- ✓ Par contact avec du sang contaminé : Le sang d'une personne séropositive est également contaminant. Il faut toutefois que celui-ci puisse entrer dans l'organisme par

une plaie, une seringue usagée (injection de drogue), matériel de snif ou une blessure par exemple. Le virus ne passe pas à travers la peau.

✓ Lors de la grossesse, l'accouchement, l'allaitement où le virus peut également se transmettre de la mère à l'enfant en l'absence de suivi.

NB :Tous ces risques de contamination sont grandement diminués si la personne porteuse du VIH est suivie médicalement et a des traitements antirétroviraux. Et si sa charge virale est indétectable, les risques sont proches de zéro (informations développées un peu plus loin). Il est tout de même fortement déconseillé à une jeune maman d'allaiter son enfant.

Par contre, le virus ne se transmet pas :

Par la salive, en serrant la main ou en embrassant quelqu'un, en mangeant dans le même plat ou en buvant dans le même verre, en allant aux toilettes, en allant à la piscine, en caressant un animal, en allant chez le médecin... La masturbation, les éternuements, la toux, les piqûres de moustiques ne sont également pas vecteurs de risque. Le fait de se faire un piercing ou un tatouage est également sans danger du moment que les règles d'hygiène sont respectées et que le matériel est stérile ou à usage unique. Et surtout, le virus ne se transmet pas en côtoyant des personnes vivant avec le VIH ou malades du sida

Les IST

Les IST sont des infections sexuellement transmissibles ; elles se transmettent par pénétration vaginale et anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresse/masturbation, sexe contre sexe...

Se protéger des IST,

C'est faire en sorte que le sang, le sperme et le liquide séminal, les sécrétions vaginales n'entrent pas en contact avec les muqueuses génitales, anales ou buccales de son/sa partenaire et vice-versa. Leurs symptômes sont principalement de la fièvre, des douleurs dans le bas du ventre, des écoulements anormaux au niveau des organes génitaux, des rougeurs sur les organes génitaux... Pour autant, certaines d'entre elles n'ont pas de symptômes visibles, on peut donc être infecté par une IST sans le savoir.

Parmi les plus connues, on retrouve les hépatites B et C, les mycoses vaginales, le VIH/sida, l'herpès génital, la chlamydia, le papillomavirus, la syphilis... La plupart des IST peuvent être guéries sans laisser de séquelles si elles sont soignées à temps.

NB :Un dépistage régulier est donc recommandé en cas de doute ou d'une prise de risque.

COMMENT SE PROTÉGER ?



❖ La prévention combinée :

On parle de plus en plus de prévention combinée pour se protéger efficacement de l'infection par le VIH et des autres IST. Mais de quoi s'agit-il ? Tout simplement de la possibilité de combiner le port du préservatif avec d'autres stratégies de prévention telles que le dépistage et les traitements.

En effet, si le préservatif reste un moyen incontournable pour se protéger, le dépistage et les traitements jouent aussi un rôle capital dans la prévention du VIH/sida et des IST et présentent de nombreux avantages.

La sexualité est une affaire très personnelle, avec des pratiques et des désirs qui varient d'une personne à l'autre. D'où l'intérêt de la prévention combinée qui élargit le choix des stratégies de prévention.

L'utilisation du préservatif pour se protéger et protéger les autres, du dépistage pour savoir si on est infecté(e) et du traitement pour éviter d'être contaminant(e) peuvent être des choix simultanés ou consécutifs.

Chacun peut donc choisir la formule de prévention la plus adaptée (abstinence, fidélité) à sa situation, en fonction de ses préférences et de celles de son/sa/ses partenaire(s) pour éviter, selon les cas, d'être infecté par le VIH ou de le transmettre.

NB : La prévention combinée renvoi à : mettre un préservatif, aller se faire dépister aussi souvent que nécessaire, prendre un traitement si cela est souhaitable. Pour les IST aussi, l'utilisation combinée du préservatif, du dépistage et du traitement permet de prévenir l'infection de son/sa/ses partenaires.

❖ Le préservatif, le socle de la prévention :

Le préservatif est l'outil le plus répandu et le plus utilisé. Largement accessible et peu coûteux, voire gratuit, le préservatif reste le moyen de base pour se protéger et protéger les autres des IST et du VIH lors de relations sexuelles.



Bien utilisé, le préservatif est une protection fiable. Toutefois, des ruptures ou des glissements peuvent se produire, souvent dus à une mauvaise utilisation ou une mauvaise conservation. Il est donc important de suivre le mode d'emploi et de choisir la bonne taille. Un gel lubrifiant à base d'eau ou de silicone peut être utilisé afin de faciliter le rapport et d'éviter une éventuelle rupture du préservatif en cas de sécheresse vaginale ou de pénétration anale.

Il existe également un préservatif féminin qui présente des avantages non négligeables, pour la femme et l'homme ! Il peut être mis en place longtemps avant le rapport (plusieurs heures). Il peut aussi prolonger l'intimité puisqu'il n'est pas nécessaire de le retirer juste après l'éjaculation. Il permet aux femmes de maîtriser leur moyen de prévention et constitue une alternative pour les personnes allergiques au latex.

POURQUOI ET COMMENT SE FAIRE DEPISTER ?

❖ Pourquoi se faire dépister :

Aujourd'hui encore, un grand nombre de personnes infectées par le VIH l'ignorent ! Au Cameroun, De plus, l'épidémie s'est féminisée: dans les tranches d'âge 15-19 ans et 20-24 ans, il y a entre 5 et 6 fois plus de filles que de garçons atteints. En outre, la distribution épidémiologique montre également une disparité entre les zones urbaines (4,8%) et les zones rurales (3,8%). Les déterminants les plus importants qui entretiennent l'épidémie au Cameroun sont : la multiplicité des partenaires sexuels au cours de la vie, le nombre de partenaires sexuels au cours des 12 derniers mois, l'activité sexuelle précoce des jeunes filles avec des partenaires plus âgés, la prostitution importante et très mobile, la réticence à l'utilisation des préservatifs, la stigmatisation et la discrimination des personnes vivant avec le VIH .

Le dépistage est le seul moyen efficace pour savoir si on est infecté/e par le VIH/sida (et donc de connaître son statut sérologique).

En effet, il n'y a pas toujours de symptômes ou de signes extérieurs visibles. Connaître son statut sérologique, c'est savoir si on est séropositif (ve) (infecté par le VIH) ou séronégatif (Ve) (non infecté par le VIH).

NB : La connaissance de son statut sérologique est essentielle en termes de prévention et permet d'adapter ses pratiques pour limiter la transmission.

Au niveau individuel, cela permet d'être pris(e) en charge médicalement le plus tôt possible si l'on est porteur (euse) du VIH et de conserver une espérance et une qualité de vie équivalentes à n'importe qui. Cela permet également de favoriser, après un certain temps, l'apparition d'une charge virale indétectable et par la même occasion, d'empêcher la transmission du VIH vers d'autres partenaires, de réduire le nombre d'infections.

A retenir

Le test de dépistage constitue donc un moyen sûr de savoir si nous avons pu être en contact avec le VIH après une prise de risque, c'est-à-dire par exemple lors d'un rapport sexuel non protégé.

Le test de dépistage peut également nous permettre « de faire le point », parce qu'on est en couple de manière stable par exemple et qu'on souhaite ne plus utiliser de préservatif ou lorsqu'une grossesse est envisagée... ; dans ce cas, le médecin peut conseiller de faire un test.

C'EST QUOI LE TEST DE DEPISTAGE ?

- ✓ Un test de dépistage traditionnel se fait grâce à une prise de sang qui permet de savoir si on a été infecté par le VIH ou pas.
- ✓ Si le résultat est négatif, cela veut dire que l'on n'a pas été contaminé mais cela ne veut pas dire qu'on est « immunisé ».

NB : Il est donc important de faire le point régulièrement par rapport aux modes de transmission et de continuer à utiliser le préservatif lors des relations sexuelles à risque.

- ✓ Si le résultat est positif, cela veut dire que le virus VIH est dans notre corps et qu'il est possible de le transmettre à quelqu'un d'autre.

NB : Il est alors important d'aller voir un médecin spécialiste et d'être suivi d'un point de vue médical afin de commencer un traitement le plus rapidement possible et de ne pas contaminer une tierce personne.

Le dépistage ne peut être fait qu'à la demande de la personne elle-même, ou avec son accord. Il s'agit d'un acte médical confidentiel, protégé par le secret professionnel. Il peut se faire gratuitement et anonymement dans divers endroits. Il est aussi possible de s'adresser à un centre de planning familial ou à un médecin généraliste.

❖ Types de tests

- ✓ **les tests de quatrième génération** : de plus en plus répandus, ils permettent de détecter la présence du virus avec certitude 6 semaines après la prise de risque.
- ✓ **les tests de troisième génération** : un délai de 3 mois est à respecter après la prise de risque pour avoir une certitude de résultats.
- ✓ **les tests rapides d'orientation de diagnostics (TROD)** : ces tests ont l'avantage de donner des résultats rapides en prélevant un peu de sang au bout du doigt ou à partir d'un peu de salive. Le résultat est donné après quelques minutes. Cependant, pour avoir un résultat fiable, un délai de 3 mois doit s'être écoulé après la dernière prise de risque.

SEROPOSITIVITE ET DISCRIMINATIONS



❖ La séropositivité au VIH

Touche tout le monde! Un ami, un membre de la famille, un collègue, un coéquipier, un camarade de classe, un enfant... De près ou de loin, la maladie peut toucher, un jour, l'un d'entre nous, quelque soit notre âge, notre sexe, notre orientation sexuelle.... Même s'il est vrai que le VIH touche surtout les homosexuels et la communauté migrante, les jeunes sont aussi concernés. Pour autant, ces personnes séropositives peuvent avoir une vie comme les autres et être acceptées avec leur différence.

Dans notre pays, des lois protègent d'ailleurs ces personnes contre la révélation d'informations à caractère personnel et contre la discrimination dont ils peuvent être victimes. Plusieurs dispositions légales du droit commun régissent en effet des situations délicates fréquemment rencontrées par les séropositifs et les malades du sida : secret médical, protection de la vie privée, relations de travail, assurances, soins de santé, etc.

❖ Les discriminations liées au VIH :

Les préjugés, la peur, la méconnaissance de la maladie sont les chemins qui mènent à la discrimination.

Discriminer, c'est traiter une personne moins favorablement qu'une autre, dans une situation comparable, sans que cela ne se justifie.

Aujourd'hui encore, les personnes séropositives souffrent de discrimination dans de nombreux domaines. Imaginons, votre camarade de classe séropositif impliqué dans les activités sportives de votre établissement. Le responsable sportif de votre établissement apprend sa séropositivité et l'exclut des activités sportives. Sous prétexte que c'est dangereux pour lui de jouer. Le fait de l'exclure sans justification objective, puisqu'il n'y a aucun risque pour les autres joueurs d'avoir un coéquipier séropositif, c'est de la discrimination.

Face à ces formes de rejet, beaucoup de personnes séropositives n'osent pas parler de leur maladie et vivent dans la solitude ou ne trouvent plus de partenaire.

Aujourd'hui encore, des adolescents séropositifs peuvent souffrir de discrimination que ce soit au sein de l'établissement scolaire, dans des lieux de sociabilité ou entre jeunes... Cette situation entraîne bien souvent une stigmatisation qui peut constituer une barrière en termes de prévention et empêcher les jeunes d'accéder à un soutien, un traitement.

Annexe

COMMENT ORIENTE LA DISCUSSION DES CLUBS SANTE EN MILIEU SCOLAIRE

I. Qu'est-ce que l'infection par le VIH ?

L'infection par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) fait partie des infections sexuellement transmissibles (IST). Ces infections se transmettent lors d'une relation sexuelle, par le sang, pendant la grossesse ou lors de l'allaitement. Elles concernent les hommes comme les femmes.

Le VIH est le virus responsable du syndrome d'immuno-déficience acquise (sida). En pénétrant dans l'organisme, le VIH attaque principalement certains globules blancs (les lymphocytes T4) responsables de l'immunité, affaiblissant ainsi les défenses immunitaires. Le sida est l'étape la plus avancée de l'infection par le VIH.

2. Comment se transmet le VIH ?

Seules les sécrétions sexuelles, le sang et le lait maternel sont des vecteurs de transmission du VIH.

C'est pourquoi ce virus peut se transmettre :

- ✓ lors d'un rapport sexuel sans préservatif avec une personne contaminée par le VIH ; le fait d'être atteint par une autre IST (syphilis, infection à chlamydia, herpès génital...) accroît le risque de transmission du VIH ;
- ✓ par échange sanguin (matériel d'injection souillé, blessure lors de la manipulation d'objets souillés par du sang) ;
- ✓ pendant la grossesse, d'une mère contaminée à son enfant, ou lors de l'allaitement.

Mais il ne se transmet pas :

- ✓ par le don du sang ; du fait de l'utilisation de matériel à usage unique et de procédés d'assurance qualité, on ne s'expose à aucun risque en donnant son sang ;
- ✓ par la salive, les larmes et la sueur ; on ne risque absolument rien en partageant un repas, en buvant dans le verre d'une personne contaminée, en l'embrassant ou en la touchant ou face à une personne qui tousse ou éternue ;
- ✓ dans les toilettes publiques ;
- ✓ par les moustiques.

✓ par le piercing et les tatouages ; si toutes les règles d'hygiène sont respectées et si seul du matériel à usage unique est utilisé, il n'y a pas de risque de transmission du virus du sida ou des hépatites.

3. Qu'est-ce que prendre un risque par rapport au VIH ?

✓ **C'est avoir un rapport sexuel sans préservatif** avec une personne contaminée par le VIH (séropositive) ou une personne dont on ne sait pas si elle est contaminée par le VIH. Il y a également un risque si le préservatif glisse ou se rompt lors du rapport sexuel.

✓ **C'est partager du matériel d'injection** (seringue, cuillère, coton) lors d'un usage de drogue par voie intraveineuse ou se blesser avec du matériel infecté.

✓ La consommation de drogues illicites (cannabis, cocaïne,...), ou licites (alcool, médicaments psychotropes) diminue la vigilance et peut entraîner des conduites à risque (non utilisation du préservatif...) voire amener à des situations non désirées (rapport sexuel forcé...).

4. Comment se protéger ?

✓ Les préservatifs masculins ou féminins sont les seuls moyens de se protéger et de protéger son partenaire du VIH et des autres IST lors des relations sexuelles. C'est aussi un moyen efficace de contraception.

❖ Ou trouvé son préservatif

Les préservatifs sont disponibles dans les pharmacies, les supermarchés, les distributeurs automatiques. Ils sont gratuits dans les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF), les infirmeries de lycées, les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic (CeGIDD) du VIH, des hépatites virales et des IST.

NB :Utiliser un préservatif (masculin ou féminin) est une preuve de respect et de protection réciproque.

Dans le cas d'une relation stable, il est possible d'abandonner l'utilisation du préservatif si le résultat du test de dépistage des deux partenaires est négatif. Il faut alors envisager un autre mode de contraception pour éviter les grossesses non prévues.

Les moyens de se protéger peuvent être différents pour chacun, ce sont des choix libres et responsables que l'on fait à un moment donné de sa vie, de sa relation amoureuse.

En ce qui concerne la prévention du risque de transmission du VIH en cas d'usage de drogue par voie intraveineuse, il faut savoir qu'il existe du matériel d'injection à usage unique.

5. Pourquoi faire un test de dépistage VIH ?

C'est un signe de responsabilité de vouloir connaître son statut sérologique. Chaque partenaire doit faire son propre test. Il s'agit d'une démarche libre et volontaire qui permet:

- ✓ de savoir si l'on est séropositif ou séronégatif en cas de prise de risque ;
- ✓ d'abandonner l'utilisation du préservatif dans un couple stable si les deux partenaires sont séronégatifs ;
- ✓ de bénéficier le plus tôt possible d'un suivi médical en cas de test positif.

Aujourd'hui, avec les traitements efficaces disponibles, connaître son statut sérologique le plus tôt possible lorsqu'on est séropositif présente un intérêt individuel majeur car une prise en charge précoce prévient l'évolution de la maladie vers le sida et augmente l'espérance de vie, mais aussi un intérêt collectif car permet à la personne de réduire ses comportements à risque.

Un test de dépistage se fait à partir d'une simple prise de sang. Les analyses effectuées permettent aujourd'hui de dire si on est contaminé ou non à partir de 6 semaines après une prise de risque. Tant que l'on n'est pas sûr d'être séronégatif, il faut protéger ses relations sexuelles.

Dans des lieux hors du dispositif médical, le dépistage peut se faire par un test rapide d'orientation diagnostique (TROD) en prélevant une goutte de sang au bout du doigt.

6. Qu'est-ce c'est qu'être séropositif ? Séronégatif ? Avoir le sida ?

- ✓ **Etre séronégatif**, c'est ne pas être infecté par le VIH.
- ✓ **Etre séropositif**, c'est être infecté par le VIH.

La présence du virus dans le corps ne se manifeste pas forcément par des signes particuliers. On peut être séropositif, ne pas le savoir et transmettre le virus à son ou sa partenaire. Être séropositif nécessite un suivi médical mais n'empêche pas de mener une vie et une scolarité normales.

- ✓ **Avoir le sida**, c'est l'étape la plus avancée de la maladie.

7. En quoi consistent les traitements ?

Il existe aujourd'hui des médicaments efficaces qui permettent de ralentir l'évolution de l'infection et de **mener une vie pratiquement normale**.

Ces médicaments antirétroviraux pris de façon régulière et efficace, sous contrôle médical, permettent aux personnes séropositives d'avoir une charge virale indétectable et de réduire leur risque de transmettre le VIH à des partenaires séronégatifs.

Les traitements actuellement disponibles ont aussi réduit de façon extrêmement importante le risque de transmission de la mère à son enfant quand elle est séropositive

- ✓ Contrairement à l'infection par le VIH, les autres IST se guérissent très bien aujourd'hui. Leur présence peut cependant favoriser la transmission du VIH.

8. Qu'est-ce qu'être solidaire ?

La solidarité est indispensable dans la lutte contre le VIH/sida comme dans bien d'autres domaines.

Dans notre pays et dans le monde la solidarité avec les personnes atteintes par le VIH est fondamentale. Lutter contre l'indifférence, le rejet, l'exclusion, la discrimination doit faire partie de l'engagement individuel et collectif.

Cet engagement s'exprime en particulier dans les actions menées dans le cadre de la campagne annuelle de lutte contre le VIH/sida.

9. Où s'informer ? Où et avec qui en parler ?

Dans l'établissement scolaire, avec le médecin, l'infirmier, l'assistant de service social qui écoutent, informent et si nécessaire orientent en toute confidentialité.

Hors de l'établissement, il existe des structures locales d'accueil et d'information (planning familial, centre de planification...), des CeGIDD, des centres de documentation spécialisés (Centre régional d'information et de prévention du sida) accessibles aux élèves des collèges et des lycées.