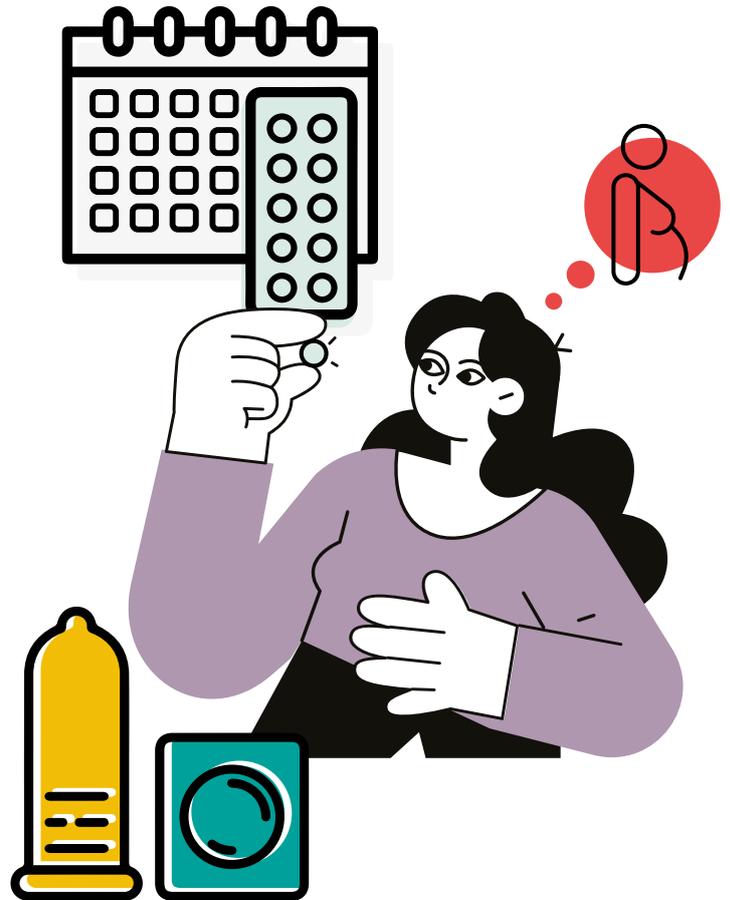


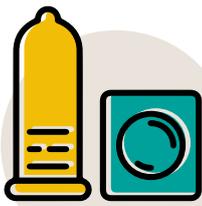
## Contrôle des naissances et VIH

La planification familiale est essentielle pour les femmes avec le VIH, car un contrôle des naissances adéquat permet d'éviter les grossesses non planifiées. Les femmes avec le VIH peuvent utiliser la plupart des méthodes de contraception.



### Méthodes de barrière

Elles empêchent les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule



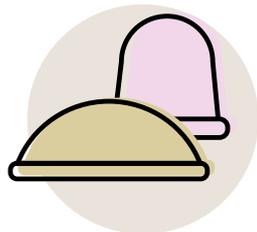
#### Préservatif externe :

Efficacité prouvée contre la grossesse et les infections sexuellement transmissibles (IST), lorsqu'il est utilisé correctement et de façon régulière.



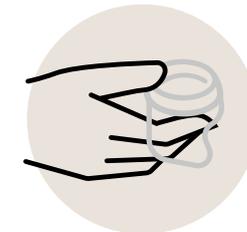
#### Préservatif interne :

Cette méthode est tout aussi efficace et sûre que le préservatif externe, mais son usage n'est pas aussi généralisé.



#### Diaphragme et cape cervicale :

En soi, ils sont peu efficaces et doivent être utilisés conjointement avec un spermicide. Les spermicides sont des substances chimiques qui tuent les spermatozoïdes. Ils ne protègent pas contre les IST.

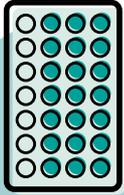


#### Éponge contraceptive :

Elle agit en créant une barrière physique entre le sperme et le vagin, empêchant les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus. Elle ne protège pas contre les IST.

## Méthodes hormonales d'action à court terme

Elles empêchent l'ovulation, la fécondation et l'implantation d'un ovule fécondé. Elles ne protègent pas contre les IST et il est recommandé de les utiliser avec une méthode barrière.



### Pilules contraceptives :

Elles contiennent des hormones similaires à celles produites par les ovaires (œstrogènes et gestagènes). Elles agissent en empêchant l'ovulation et la grossesse. Elles sont prises quotidiennement par voie orale.



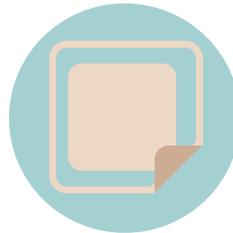
### Anneau vaginal :

Il s'introduit dans le vagin une fois par mois. Il libère quotidiennement des petites doses d'hormones. Son efficacité n'est pas altérée par les vomissements ou les diarrhées.



### Injections :

Elles contiennent des œstrogènes ou des progestatifs. Elles sont injectées tous les 30 ou 90 jours.

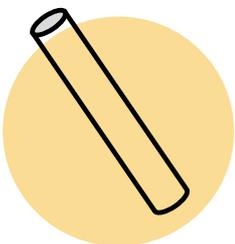


### Patches contraceptifs :

Ils se collent à la peau tous les 7 jours pendant 3 semaines et on repose la dernière semaine. Les hormones se libèrent lentement de la peau vers l'organisme.

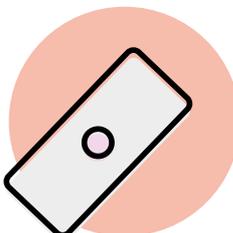
## Méthodes contraceptives réversibles d'action à long terme

Empêchent l'ovulation, la fécondation et l'implantation d'un ovule fécondé. Elles ne protègent pas contre les IST et il est recommandé de les utiliser avec une méthode barrière.



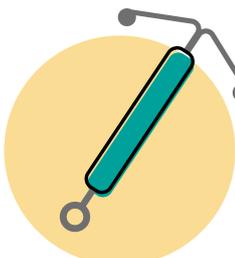
### Implant :

Il s'agit d'un bâtonnet de la taille d'une allumette qui est inséré sous la peau du bras et libère de la progestatif. Il offre une protection élevée et dure de 3 à 5 ans, mais il peut être retiré à tout moment.



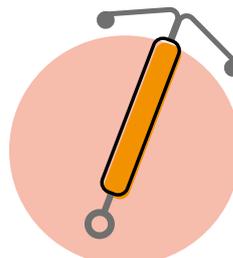
### Pilule du lendemain :

L'ingestion d'une seule pilule prise idéalement dans les 24 heures après le rapport sexuel (jusqu'à une limite de 72 heures) ou dans les 5 jours après le rapport sexuel. Elles agissent en retardant ou en empêchant l'ovulation.



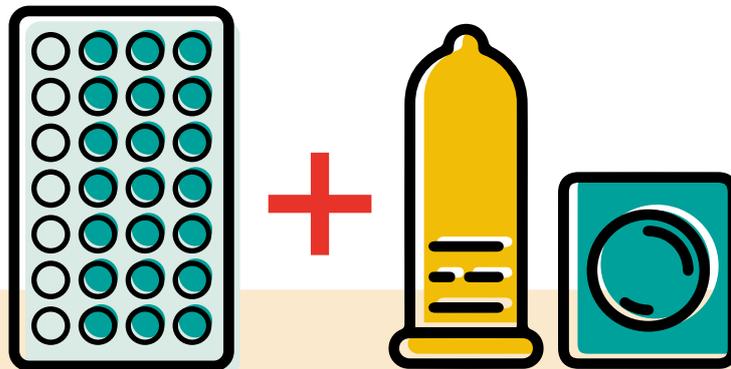
### Dispositif Intra-Utérin (DIU) :

Il s'agit d'un petit appareil très flexible qui est inséré à l'intérieur de l'utérus. Il libère soit du cuivre, soit un progestatif et, dans les deux cas, il empêche le spermatozoïde de féconder l'ovule. Un DIU peut durer de 3 à 10 ans.



### DIU au cuivre :

S'il est inséré dans les 5 jours suivant un rapport sexuel non protégé, son efficacité est de plus de 99 %. Une fois inséré, la femme peut continuer à l'utiliser comme méthode de contraception régulière ou décider de passer à une autre méthode.



Certains médicaments contre le VIH peuvent réduire l'efficacité des méthodes hormonales de contrôle de natalité. Certaines femmes peuvent avoir besoin d'utiliser une autre méthode de contraception pour éviter une grossesse.

## Rappel :

Les femmes avec le VIH peuvent utiliser, sans risque, n'importe qu'elle méthode de contrôle de la natalité pour éviter une grossesse.

Cependant, les préservatifs sont la seule méthode de contrôle de la natalité qui peuvent protéger contre les IST.

Les professionnels de la santé qui vous soignent seront en mesure de vous informer sur la méthode de contrôle de natalité la plus appropriée pour vous.

**gt** grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41

### Déclaration de non-responsabilité

Les informations contenues dans cette fiche n'ont pas l'intention de remplacer celles reçues par le médecin. Les décisions concernant la santé doivent toujours être prises après avoir consulté les professionnels de la santé. Les informations médicales peuvent expirer rapidement.

Après la lecture de cette fiche, si vous avez des questions, nous vous conseillons de parler avec votre médecin ou votre infirmier-ère, ou téléphoner à gTt-VIH, au (+34) 93 458 2641, afin de vérifier s'il existe des nouvelles pertinentes à ce sujet.

### SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat  
de Catalunya

Salut/ Agència de Salut  
Pública de Catalunya

Diputació  
Barcelona

Àrea d'Igualtat  
i Sostenibilitat Social

Ajuntament de Barcelona

### COLABORA



Vall  
d'Hebron

eSPiC  
Equip de salut  
pública i comunitària

[www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE  
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.