

LE PHARE CLINIQUE

Pour un CISSMO bien éclairé sur les meilleures
pratiques et les découvertes en santé et services sociaux

29 janvier 2020

**Préparé par l'équipe Innovation et développement des outils cliniques de la
Direction des services multidisciplinaires, de la recherche et l'enseignement universitaire**

Capsule professionnelle : La sexualité s'éteint-elle en vieillissant?

L'importance de la sexualité sur l'état de santé globale et la qualité de vie est un fait aujourd'hui bien reconnu. Or la sexualité est un aspect multidimensionnel de l'être humain qui ne se limite pas aux capacités de procréation et qui demeure d'une importance généralement stable au cours de la vie. Bien qu'elle demeure un sujet tabou à plusieurs égards, elle ne s'éteint pas en vieillissant, elle se transforme, s'adapte et continue de contribuer au bien-être physique, psychologique et social et ce jusqu'aux derniers instants de vie d'une personne!

Quelques faits sur la santé sexuelle en période de vieillissement

- Le désir sexuel, le besoin d'intimité et l'expression de la tendresse continuent d'exister.¹
- Les pratiques autoérotiques (ex. la masturbation) demeurent également stables au cours de la vie, tant chez les hommes que chez les femmes.²
- Les diversités sexuelles (ex. homosexualité, transsexualités, etc.) sont autant présentes chez la population vieillissante que dans la population générale.
- On observe actuellement une hausse des taux d'infections transmissibles sexuellement et par le sang chez les 50 ans et plus.³
- La problématique des violences à caractère sexuel concerne également les personnes vieillissantes.
- Les préjugés (de la personne et de son entourage), la diminution de l'autonomie fonctionnelle, la présence ou non d'un partenaire, les changements dans l'apparence physique et les maladies chroniques sont autant d'obstacles à l'actualisation des besoins sexuels et affectifs!
- Il peut être difficile pour la personne âgée d'aborder la sexualité avec le personnel soignant par honte ou crainte d'être jugée.⁴



Soutenir l'autonomie de la personne âgée à l'égard de sa vie sexuelle et affective, quelques pistes de solutions

- Offrir des informations ou des ressources d'aide à l'égard de la santé sexuelle.
- Démontrer une ouverture en prenant l'initiative d'aborder la sphère sexuelle et affective avec l'usager et ses proches.
- Reconnaître et respecter le besoin d'intimité dans les milieux de vie (ex. attendre avant d'entrer dans la chambre d'un usager).
- Adopter un langage inclusif auprès des personnes issues de la diversité sexuelle.
- Laisser à la vue des affiches ou des dépliants qui traitent de sexualité en période de vieillissement et de la diversité sexuelle.

Sources :

1. Trudel, G., et Goldfarb, M. R. (2006). L'effet de l'âge sur le répertoire et le plaisir sexuel. *Sexologies*, 15(4), 266-272.
2. Colson, M. H. 2007. « Sexualité après 60 ans, déclin ou nouvel âge de vie? ». *Sexologies*, Vol. 16, no. 2, p. 91-101.
3. Agence de la santé publique du Canada. 2014. *Rapport sur les infections transmissibles sexuellement au Canada : 2011*.
4. Bélanger, C., Boudreau, V., Trudel, G. et Labelle, R. (2013). L'impact des attitudes des intervenants en santé par rapport à la sexualité des aînés : un bilan de la question. *Sexologie Actuelle*. 21(2), 4-13.

Ressources :

- Sensibilisation et matériel pédagogique : <https://les3sex.com/fr/caexiste>
- Sexplique, référence en éducation et santé sexuelle (<https://sexplique.org/product/la-sexualite-des-aines-demythifiee/>)
- Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (<https://www.creges.ca/toutes-les-activites/>)
- Fondation Émergence ; Pour que vieillir soit gai (<https://www.fondationemergence.org/>)
- Le sexe et le vieillissement (<https://www.sexandu.ca/fr/sexual-activity/concerns-sexual-problems/#tc6>)
- Tel-Écoute 514-493-4512
- Ligne Aide Abus Aînés 1-888-489-2287
- Ordre des sexologues du Québec (<https://opsq.org/>)

Mélanie Williams, APPR, équipe Formation et développement professionnel de la DSMREU.

Pour nous écrire : phare.clinique.cisssmo16@ssss.gouv.qc.ca