

SÉQUENCE

6

La contraception

Objectif de la séquence : Je dois être capable de choisir le moyen de contraception adapté.

Situation

Bastien et Ophélie, 18 ans, élèves de CAP, sont en couple depuis deux mois.

Ophélie prend la pilule, mais le lendemain d'un rapport sexuel elle se rend compte qu'elle l'a oubliée deux jours de suite. Elle en parle à Bastien.

Inquiets, car ils ne veulent pas d'enfant pour l'instant, ils ne savent pas vers qui se tourner.



J'analyse la situation

Identifiez le problème posé dans la **situation** en choisissant la proposition correcte.


- Comment ne plus oublier sa pilule ?
- Comment choisir le moyen de contraception le plus adapté pour éviter toute prise de risque ?
- Comment réaliser un test de grossesse ?

Identifiez les éléments de la **situation**.

 **Quoi ?** Quelle est l'origine du problème ?

 **Qui ?** Qui est concerné ?

 **Quand ?** À quel moment se manifeste le problème ?

 **Comment ?** Comment apparaît le problème ?

 **Pourquoi ?** Pourquoi faut-il résoudre le problème ?

Je mobilise mes connaissances

Activité 1 Les moyens de contraception préventifs

La contraception désigne l'emploi de moyens visant à empêcher qu'un rapport sexuel entraîne une grossesse non désirée.





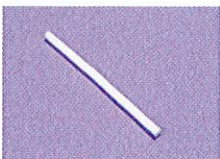
1 À l'aide du doc. A, entourez les réponses correctes.

- A. La pilule protège des IST. D. On peut mettre le patch soi-même.
 B. L'implant est efficace à 99,7 %. E. Le stérilet est prescrit par un pharmacien.
 C. Le préservatif est disponible en grandes surfaces. F. L'implant est à replacer tous les 10 ans.

Doc. A Les différentes méthodes contraceptives

Attention :

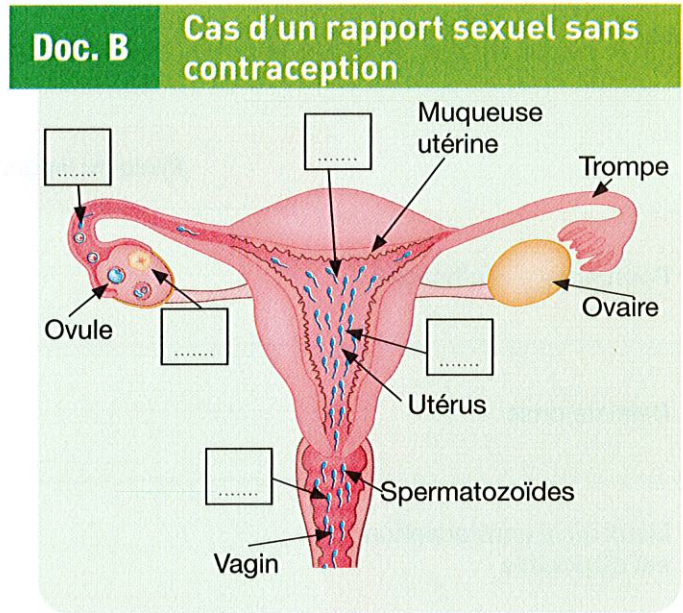
- ▶ Même lors d'un premier rapport sexuel, une grossesse non désirée peut survenir.
- ▶ La « méthode du retrait » (retrait du pénis avant l'éjaculation) n'est pas un moyen de contraception fiable et ne protège pas des IST.

Moyens de contraception	Caractéristiques	Efficacité (en cas d'utilisation correcte)
Pilule 	<p>→ Comprimé à prendre 21 à 28 jours suivant le type de pilule.</p> <p>Comment l'obtenir ? Prescrite par un médecin ou un gynécologue, délivrée sur prescription en pharmacie.</p>	<p>99,7 % En cas d'oubli, plus de protection. Info + : elle ne protège pas des IST.</p>
Préservatifs (masculin et féminin) 	<p>→ Membrane en latex à utiliser à chaque rapport.</p> <p>Comment l'obtenir ? Disponible en pharmacie ou grandes surfaces sans ordonnance.</p>	<p>Préservatif masculin : 98 % Préservatif féminin : 95 % Info + : ils protègent des IST.</p>
Stérilet (ou dispositif intra-utérin) 	<p>→ Dispositif en forme de T à insérer dans l'utérus par un professionnel de santé. À renouveler tous les 4 à 10 ans selon les modèles.</p> <p>Comment l'obtenir ? Prescrit, posé et retiré par un médecin et délivré sur ordonnance.</p>	<p>99 % Info + : il ne protège pas des IST.</p>
Patch 	<p>→ Timbre à coller sur la peau soi-même chaque semaine.</p> <p>Comment l'obtenir ? Prescrit par un médecin. Délivré en pharmacie sur ordonnance.</p>	<p>Patch : 99,7 % Implant : 99,9 % Info + : ils ne protègent pas des IST.</p>
Implant 	<p>→ Petit bâtonnet à poser sous la peau par un professionnel (en général dans le bras). À replacer tous les 3 ans.</p> <p>Comment l'obtenir ? Prescrit, posé et retiré par un médecin et délivré en pharmacie sur ordonnance.</p>	

Activité 2 Les modes d'action des méthodes contraceptives

2 Remplacez correctement les légendes A à E sur le doc. B.

- A.** Chaque mois, l'ovaire de la femme va libérer un ovule : c'est l'**ovulation**. L'ovule ainsi libéré pourra éventuellement s'unir à un spermatozoïde.
- B.** Lors d'un rapport sexuel, le pénis pénètre dans le vagin. Le sperme est expulsé dans le vagin.
- C.** Les millions de spermatozoïdes libérés commencent un trajet semé d'embûches vers l'ovule.
- D.** Un seul spermatozoïde rencontrera l'ovule, c'est la **fécondation** (début de la grossesse).
- E.** L'ovule ainsi fécondé, qu'on appelle l'œuf, doit se nicher dans la muqueuse de l'utérus de la femme : c'est la **nidation** (= début de la grossesse).



3 Reliez chaque moyen de contraception à ses caractéristiques.

Féminin ou masculin, j'empêche le passage des spermatozoïdes dans le vagin.

Sous forme de comprimés remplis d'hormones, je bloque l'ovulation et/ou la nidation.

Implanté dans le bras, je bloque l'ovulation en libérant des hormones.

Collé sur la peau, je bloque l'ovulation en libérant des hormones.

Placé par un médecin dans l'utérus, j'empêche la nidation.

Pilule

Implant

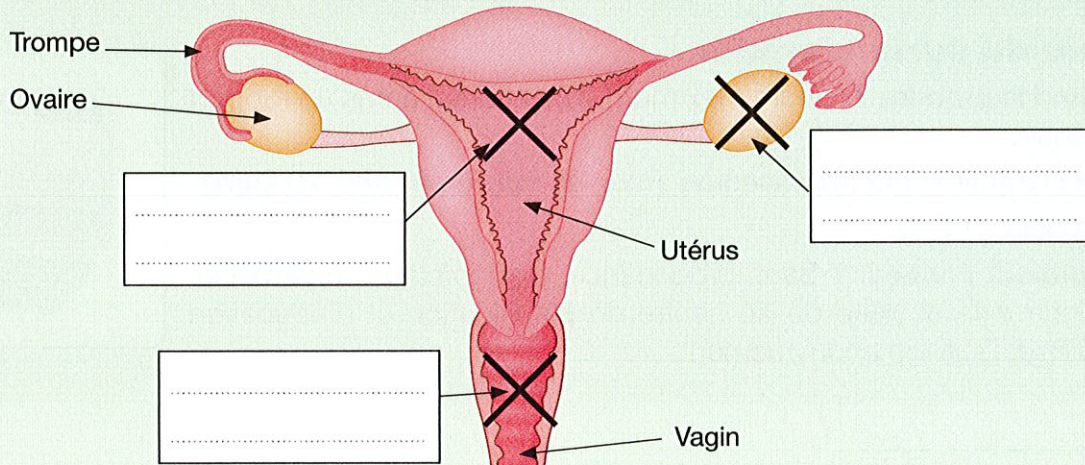
Préservatif

Stérilet

Patch

4 Remplacez sur le doc. C les moyens de contraception suivants : stérilet (ou DIU), pilule, implant, patch, préservatifs (masculin et féminin) selon la zone où ils agissent.

Doc. C Cas d'un rapport sexuel avec contraception



Activité 3 La contraception d'urgence



Vidéo

La contraception d'urgence

lienmini.fr/3871-06



En cas de rapport sexuel non ou mal protégé (préservatif déchiré, oubli de pilule, etc.), il existe des méthodes contraceptives d'urgence.

5 À partir du doc. D et de la vidéo, remplissez le tableau ci-dessous.

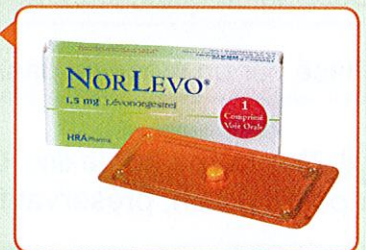
	Pilule du lendemain	Pilule du surlendemain
Pourcentage d'efficacité
Délai de prise
Lieux où la contraception est disponible	
Prix

Doc. D Les méthodes de contraception d'urgence

Ces méthodes d'urgence ne remplacent pas une contraception préventive et leur utilisation répétée au cours d'un même cycle est possible mais non recommandée. Elles sont à utiliser le plus rapidement possible car leur efficacité baisse en fonction du délai de prise.

Pilule du lendemain

- ▶ **Quand la prendre ?** 3 jours maximum (72 heures) après un rapport à risque.
- ▶ **Prix :** Gratuite pour les mineures. Pour les majeures : 5 – 7 euros.
- ▶ **Efficacité :** 60 à 95 % d'efficacité selon le délai entre la prise et le rapport.
- ▶ **Comment l'obtenir ?** Sans ordonnance, disponible en pharmacie, à l'infirmierie scolaire ou au centre de planification et d'éducation familiale. Délivrée anonymement.



Pilule du surlendemain

- ▶ **Quand la prendre ?** 5 jours maximum (120 heures) après un rapport à risque.
- ▶ **Prix :** Gratuite pour les mineures. Pour les majeures : 18 – 20 euros.
- ▶ **Efficacité :** 95 %.
- ▶ **Comment l'obtenir ?** Sans ordonnance, disponible en pharmacie, à l'infirmierie scolaire ou au centre de planification et d'éducation familiale. Délivrée anonymement.



Activité 4 Les structures d'accueil, d'aide et de soutien

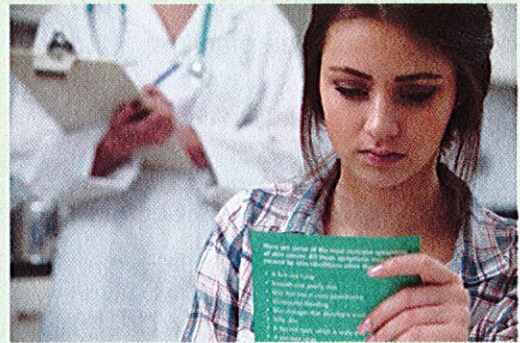
6 À l'aide du **doc. E**, **cochez** les cases correctement dans le tableau ci-dessous.

	Informations et conseils	Suivi médical	Prescription d'une contraception	Délivrance de la pilule du lendemain
Médecins, gynécologues, sages-femmes				
Médecins du CPEF				
Infirmières scolaires				
Pharmaciens				

Doc. E Les contacts utiles

→ Les **centres de planification et d'éducation familiale (CPEF)** sont des lieux gratuits, ouverts à tous, et dans lesquels chacun bénéficie d'une écoute en toute confidentialité. Ils proposent des consultations médicales. Lors de celles-ci, le médecin peut :

- prescrire une contraception adaptée à la situation, la délivrer gratuitement pour les mineurs et les non assurés sociaux ;
- réaliser un test de grossesse. En cas de grossesse, la personne est accompagnée en fonction de son choix, qu'elle décide de poursuivre ou d'interrompre la grossesse.



- Les **médecins**, les **gynécologues** ou les **sages-femmes** ont pour rôle d'informer et de conseiller la méthode de contraception la plus adaptée à la situation de chacun et de la prescrire. Ils effectuent aussi le suivi médical.
- Les **infirmières scolaires** des collèges et lycées ont pour mission d'informer et d'orienter. Elles peuvent délivrer la contraception d'urgence.
- Les **pharmaciens** délivrent la contraception, informent et orientent. Ils délivrent également la contraception d'urgence.
- Le numéro « Contraception, Sexualité, IVG » du ministère de la Santé : 0800 08 11 11 (appel gratuit et anonyme).

7 À l'aide d'Internet, **trouvez** à proximité de votre domicile le numéro de téléphone et l'adresse :

- d'un CPEF :
- d'un gynécologue :

Je propose des solutions

Indiquez à Ophélie et Bastien vers qui ils peuvent se tourner pour trouver une solution.

Citez la contraception d'urgence qui peut être conseillée à Ophélie.

