

# 5

## Comment peut-on contracter le VIH (ou l'éviter)?



**Le Centre canadien d'information sur le VIH/sida, un service de l'Association canadienne de santé publique (ACSP), fournit des ressources d'information sur la prévention du VIH/sida, les soins et le soutien connexes, ainsi que toute une gamme de renseignements sur le VIH/sida.**

Ces ressources sont fournies aux personnes et aux organismes qui travaillent dans les domaines de l'éducation, de la sensibilisation et de la prévention du VIH/sida, ainsi qu'à ceux qui sont infectés et affectés par le VIH/sida. Nous ne cautionnons pas, ne recommandons pas ni ne préconisons aucune méthode spécifique de traitement du VIH. Ces ressources ne peuvent se substituer aux conseils d'un professionnel de la santé. Toute décision relative à un traitement médical particulier devrait toujours être prise en consultation avec un praticien qualifié, renseigné sur les maladies en rapport avec le VIH ainsi que sur le traitement en question. Bien que nous nous efforcions de mettre régulièrement à jour nos ressources, les usagers du Centre ne doivent pas oublier que l'information évolue rapidement.

Ainsi, les ressources fournies par le Centre d'information peuvent ne pas correspondre à l'information la plus à jour qui soit disponible. Ces ressources peuvent comporter des inexactitudes techniques ou des fautes d'orthographe. De façon périodique, nous apportons des changements à l'information, lesquels seront donc intégrés par la suite sous forme d'ajouts à la publication. En conséquence, nous recommandons de consulter un professionnel de la santé pour se faire conseiller sur toute question ayant trait à la santé. Nous prions également les usagers de consulter une vaste gamme d'informations et (ou) de se mettre en rapport avec nous au 1-877-999-7740 pour en savoir plus. Les usagers qui se fient à cette information le font entièrement à leur propre risque. Le Centre d'information et l'ACSP ne peuvent assumer aucune responsabilité pour tout préjudice résultant de l'utilisation ou de la mauvaise utilisation de cette information.

Les opinions exprimées dans le bulletin d'information n'appartiennent qu'aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement les politiques et les positions officielles du Centre d'information sur le VIH/sida, de l'Association canadienne de santé publique ou de Santé Canada.



*La production du présent document a été rendue possible grâce à une contribution financière de la Stratégie canadienne sur le VIH/sida, Santé Canada.*

L'infection à VIH ne peut être transmise que par le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel. Les principaux facteurs de risque incluent les relations sexuelles non protégées (voir la question 11 « Comment réduire le risque pendant les relations sexuelles? ») et le partage d'aiguilles et d'autres accessoires utilisés pour s'injecter des drogues (voir la question 6 « Est-ce qu'on risque de contracter le VIH lorsqu'on consomme de l'alcool ou des drogues? »).

### **Vous pouvez être infecté si vous faites les choses suivantes**

(avec une personne séropositive pour le VIH ou dont vous ignorez l'état sérologique) :

- avoir des relations sexuelles avec pénétration vaginale ou anale sans condom en latex ou en polyuréthane (il s'agit d'un comportement à risque très élevé);
- avoir des relations sexuelles orales sans protection au cours desquelles le sperme, les sécrétions vaginales ou les pertes menstruelles entrent en contact avec des lésions ou des plaies (même minuscules) dans la bouche (il s'agit d'un comportement présentant des risques moins élevés).

### **Vous pouvez également être infecté si vous partagez**

(avec une personne séropositive pour le VIH ou dont vous ignorez l'état sérologique) :

- des aiguilles ou d'autres accessoires pour vous injecter des drogues comme de la cocaïne, de l'héroïne ou des stéroïdes (vous pouvez transmettre des quantités indétectables de sang par les aiguilles, les seringues, l'eau de dissolution, les filtres de coton, les pailles ou les pipes) (il s'agit d'un comportement à risque très élevé);
- les aiguilles non stérilisées qui sont utilisées pour percer la peau ou tatouer (voir la question 7 « Comment savoir si je cours un risque en me faisant tatouer ou percer la peau? ») ou pour faire des traitements d'acupuncture, ou si vous réutilisez l'encre de tatouage (il s'agit d'un comportement présentant des risques moins élevés);
- des jouets érotiques, des rasoirs ou des brosses à dents (il s'agit d'un comportement présentant des risques moins élevés).

### **Par quels autres moyens peut-on contracter une infection?**

- Les femmes séropositives pour le VIH peuvent transmettre le virus à leur bébé durant la grossesse ou l'accouchement ou par l'allaitement (voir la question 8 « Le VIH peut-il être transmis au bébé pendant la grossesse? »).
- En ayant reçu une transfusion de sang ou de produits sanguins au Canada avant 1986 (depuis, les tests effectués sur le sang et les produits sanguins rendent les risques d'infection très faibles).

Il ne faut pas oublier que les comportements et les activités qui comportent un risque d'infection par le VIH vous rendent également vulnérable à d'autres infections virales. De plus, les activités considérées comme ne présentant qu'un faible risque d'infection par le VIH peuvent comporter un risque très élevé de contracter d'autres infections transmises sexuellement, comme l'hépatite ou l'herpès.

### **Vous ne POUVEZ PAS être infecté par :**

- les simples contacts de tous les jours;
- les poignées de main, les étreintes ou les baisers;
- la toux, les éternuements;
- le don de sang;
- les piscines, les sièges de toilettes;
- les ustensiles de cuisine et les fontaines;
- les moustiques, les autres insectes ou les animaux.

Vous ne pouvez pas non plus être infecté si vous et votre partenaire n'avez pas le VIH et que vous avez seulement des relations sexuelles *entre vous deux*. N'oubliez pas que la seule façon de savoir avec certitude si vous avez ou non le VIH est de subir un test de dépistage (voir les questions 22 « Devrais-je passer un test de dépistage du VIH? » et 23 « Comment fait-on pour passer un test de dépistage du VIH? »).

*Pour plus de détails, communiquez avec votre organisme local VIH/sida ou avec un professionnel de la santé.*

---

**Pour obtenir d'autres exemplaires de ce feuillet d'information ou pour toute autre information sur le VIH/sida, contactez le Centre canadien d'information sur le VIH/sida**

1565, avenue Carling, bureau 400, Ottawa (Ontario) K1Z 8R1

☎ 877-999-7740 ☎ 613-725-1205 ✉ [aidssida@cpha.ca](mailto:aidssida@cpha.ca) [www.aidssida.cpha.ca](http://www.aidssida.cpha.ca)

Publié par le Centre canadien d'information sur le VIH/sida, un programme de l'Association canadienne de santé publique. À partir de ressources créées à l'origine par le Centre d'information pour le Réseau canadien de la santé. Révisé et mis à jour en mars 2002. La reproduction non commerciale à des fins éducatives est autorisée.

---

**Pour avoir plus de renseignements dans votre région, contactez :**