

## Aider une adolescente à choisir sa contraception : recommandation aux professionnels

**Publiée fin 2004 par trois agences sanitaires dont l'INPES, la recommandation de pratique clinique sur les stratégies de choix d'une méthode contraceptive prend en compte la dimension médicale mais aussi psychologique et sociale dans la démarche d'aide au choix d'un type de contraception. Un guide pour les professionnels, qui souligne plusieurs points clés – par exemple recevoir l'adolescente sans ses parents – à suivre dans la pratique quotidienne.**

La recommandation de pratique clinique intitulée « Stratégies de choix des méthodes contraceptives chez la femme »<sup>1</sup>, publiée par l'Agence nationale d'accréditation et d'évaluation en santé (Anaes), l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) et l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), en décembre 2004, avait trois objectifs :

- faire le point sur les méthodes disponibles aujourd'hui en France et leurs indications ;
- présenter les facteurs psychosociaux à prendre en compte ;
- enfin, conseiller les professionnels de santé sur la manière d'aider la femme (et le couple) à choisir une contraception qui lui convienne, gage d'un meilleur suivi de la méthode choisie.

Ce document recommande aux prescripteurs (médecins généralistes, spécialistes et sages-femmes) de dédier une consultation spécifique à la question de la contraception. La méthode « **BERCER** » – méthode de *counseling* bâtie en six étapes – peut aider à structurer cette consultation. Il s'agit d'accueillir la personne (**B**ienvenue), d'échanger avec elle sur les raisons de sa visite, ses besoins, ses souhaits et ses doutes (**E**ntretien), de l'informer sur les méthodes disponibles (**R**enseignement), de l'aider à choisir (**C**hoix), de lui permettre d'acquérir les savoirs et savoir-faire nécessaires au bon usage de la méthode choisie (**E**xplication) et, enfin, de programmer le suivi de la contraception (**R**etour).

L'adolescence est un moment particulièrement important pour aborder la

question de la contraception. Dix points revêtent alors une importance particulière dans une consultation avec une adolescente :

- recevoir l'adolescente sans ses parents (même si leur évocation dans la conversation reste importante) mais autoriser la présence de son partenaire ou d'une amie ;
- l'assurer de la confidentialité de l'entretien ;
- aborder sans *a priori* le sujet de la sexualité ;
- adapter la démarche à l'âge et aux besoins : éviter d'être intrusif, questionner graduellement l'adolescente sur ses camarades et sur ses propres habitudes de vie ; partir de ses représentations de la sexualité et de la grossesse, de ses projets et ses besoins ; le cas échéant, la rassurer sur sa normalité (transformations physiques, désirs, craintes, etc.) ; travailler avec elle la manière de répondre à une demande insistante d'avoir des rapports sexuels si elle n'en a pas envie (en prenant en compte le problème des violences sexuelles) ;

- ne pas hésiter à reporter les examens gynécologique et sanguins à une consultation ultérieure (sauf symptômes ou antécédents) ;
- aider l'adolescente à se projeter dans une utilisation future de la méthode envisagée, en abordant la question des freins à son utilisation (représentations, opinion du partenaire, coût, approvisionnement, accessibilité des services) ;
- discuter de la conduite à suivre en cas d'oubli de pilule et des méthodes de rattrapage possibles en cas de non-utilisation ou de rupture de préservatif ;
- pour la contraception d'urgence, préciser que la délivrance est anonyme, non soumise à prescription et qu'elle est gratuite pour les mineures. Indiquer aussi les lieux où elle est disponible (pharmacies, infirmeries scolaires, centres de planification et d'éducation familiale) ;
- informer sur les infections sexuellement transmissibles et l'efficacité des préservatifs pour les prévenir ;
- prévoir un suivi régulier et rapproché.

**Cécile Fournier**

Médecin, conseiller technique, direction des Affaires scientifiques à l'INPES.

1. [http://www.anaes.fr/anaes/Publications.nsf/nPDFFile/RA\\_LILF-67FL9/\\$File/contraception\\_rap.pdf?OpenElement](http://www.anaes.fr/anaes/Publications.nsf/nPDFFile/RA_LILF-67FL9/$File/contraception_rap.pdf?OpenElement)

Un document de quatre pages visant à fournir aux prescripteurs des ressources pour mettre en œuvre une démarche d'aide au choix a été publié en 2005 dans la collection « Repères pour votre pratique » : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/784.pdf>