

Profa et l'approche sympto-thermique

En tant que Centre de référence en Santé sexuelle et reproductive (SSR), pour le canton de Vaud, la Fondation Profa base son activité sur l'implication tant des hommes que des femmes pour tout choix relatif à la vie affective et sexuelle, en toute connaissance de cause. Dans ce sens, l'approche sympto-thermique représente un moyen parmi d'autres de contrôler sa fertilité. Nous nous référons, pour nos prestations d'éducation sexuelle et de planning familial, à la « Déclaration de l'IMAP sur l'abstinence périodique en tant que méthode de planification familiale », publiée dans le Bulletin médical de l'IPPF (International Planned Parenthood Federation) (réf. : Volume 30. Numéro 1. Février 1996, doc.annexé).

L'approche sympto-thermique comporte deux axes que nous mettons, ci-après, en perspective avec le contenu de nos prestations :

1. connaissance approfondie du cycle féminin
2. méthode de régulation des naissances

1. Connaissance approfondie du cycle féminin

Approche en groupe

Les cours d'éducation sexuelle permettent tant aux jeunes filles qu'aux jeunes gens de comprendre les bases du fonctionnement du cycle féminin. Les cours d'éducation sexuelle sont mixtes afin d'apprendre aux futurs adultes à communiquer entre personnes de sexes différents sur des questions d'intimité.

Les termes utilisés dans les cours sont des termes scientifiques et précis afin de nommer de manière correcte les manifestations du corps et de la sexualité.

Les éducatrices / formatrices en SSR encouragent les jeunes filles à utiliser un miroir afin de se familiariser avec leur anatomie intime dans le but d'une meilleure attention à cette partie du corps.

Approche individuelle

Dans une visée d'éducation à la santé, toute personne qui s'adresse à l'une de nos consultations de planning familial (homme ou femme) se voit proposer un entretien avec un/e conseiller/ère en planning familial. Dans cet entretien sera repris, à titre individuel, le fonctionnement du cycle féminin et de la sexualité féminine et masculine. Cet entretien permet aussi à la personne de faire part de ses questionnements et éventuelles difficultés liées à sa vie affective, relationnelle et sexuelle.

Lors de la consultation médicale, le médecin offre la possibilité à la jeune femme de découvrir à l'aide d'un miroir son anatomie génitale et de localiser et éventuellement de ressentir lors du toucher bi-manuel son utérus. Nous favorisons également l'auto-examen des seins.

2. Méthode de régulation des naissances

Approche en groupe

Dans les cours d'éducation sexuelle, nous mettons un accent particulier sur la protection contre les infections sexuellement transmissibles avec comme objectif de favoriser des comportements responsables et sûrs. Nous rendons également les jeunes attentifs aux divers niveaux de fiabilité des différentes méthodes de contraception et les informons du recours possible à la contraception d'urgence.

Approche individuelle

Les objectifs de l'éducation sexuelle restent présents dans les consultations individuelles. Le/la conseiller/ère en planning familial expose l'éventail des différents moyens contraceptifs. C'est dans ce cadre-là que la méthode sympto-thermique est présentée aux couples intéressés que nous invitons alors à lire le livre de J. Rötzer : L'art de vivre sa fertilité. Lorsqu'un couple est motivé par l'apprentissage de la méthode, il se verra proposer des consultations spécifiques par un médecin du service, diplômé en PFN, qui lui enseignera la méthode et le suivra au cours de la première année, en collaboration avec un/e conseiller/ère en planning familial.

Par ailleurs, lorsqu'un couple fait part d'une difficulté à procréer, nous lui proposons dans un premier temps de mieux connaître les périodes fertiles de la femme grâce à l'approche sympto-thermique afin de repérer par l'observation les phases favorables à une conception.

Lausanne, le 10 septembre 2008