

PRÉVENIR LA TRANSMISSION DU VIH

Indétectable = Intransmissible (I = I)

Conseils de communication
pour les professionnels
de la santé

Qu'est-ce que I = I ?

I = I signifie « **Indétectable = Intransmissible** ». Il s'agit d'une campagne de promotion visant à faire connaître le consensus scientifique selon lequel le VIH ne peut pas être transmis sexuellement lorsqu'une personne vivant avec le VIH suit un traitement et maintient une charge virale (quantité de virus dans le sang) inférieure à 200 copies/ml (mesurée tous les 4 à 6 mois).^{1,2,3,4,5,6}

Les professionnels de la santé peuvent augmenter le recours au traitement, prévenir les nouvelles infections et réduire la stigmatisation liée au VIH en comprenant parfaitement les avantages indéniables du traitement du VIH et en les communiquant aux personnes vivant avec le VIH et à leurs partenaires sexuels.



Ce qu'il faut dire à vos patients



- Le traitement contre le VIH peut vous aider à vivre longtemps et en bonne santé.
- Lorsque vous prenez régulièrement des médicaments contre le VIH, la quantité de VIH dans votre sang diminue, ce qui contribue à renforcer le système immunitaire et à prévenir les maladies. Lorsque la quantité de VIH dans votre sang est très faible, c'est-à-dire inférieure à 200 copies/ml, vous avez atteint ce que l'on appelle la suppression virologique, ou encore une charge virale « indétectable ».
- Lorsque le niveau de virus dans votre sang demeure très bas (suppression virale), vous ne pouvez pas transmettre le VIH à d'autres personnes par voie sexuelle.
- Pour maintenir la quantité de virus dans votre sang à un niveau très bas, il est important de prendre vos médicaments tels qu'ils sont prescrits.
- Une charge virale indétectable signifie que le niveau de VIH dans le sang d'une personne est si faible qu'il n'apparaît pas dans les tests standards. En raison des progrès constants des tests, le seuil exact à partir duquel la charge virale est « indétectable » peut continuer à changer, mais il est important de se rappeler que tout résultat de test montrant une concentration inférieure à 200 copies/ml signifie que le VIH ne peut pas être transmis.



Quelques astuces pour parler de I = I avec vos patients



1 Parlez de I = I à TOUT LE MONDE

Le message I = I concerne toutes les personnes, qu'elles vivent avec le VIH ou non, lorsqu'il s'inscrit dans un cadre général de soins personnels et de bien-être. En discutant ouvertement de I = I dans un contexte de santé sexuelle, les professionnels de la santé peuvent défaire les préjugés et la discrimination et contribuer à normaliser et à promouvoir la santé sexuelle. Plus vous partagez le message I = I, plus grandes seront ses retombées positives.

2 Soyez clair et constant

Utilisez un langage clair, direct et facile à comprendre, et évitez les phrases qui rendent les niveaux de risque difficiles à interpréter ou qui sèment le doute. L'acceptation de I = I peut nécessiter du temps et de la répétition, car il est difficile de déconstruire des décennies de peur et de désinformation sur le VIH. Même lorsque le langage sur le risque est juste, des phrases et des attitudes qui se veulent prudentes peuvent affaiblir le message I = I et semer le doute.

Dites :



- Impossible à transmettre
- Aucun risque de transmission
- I = I est basé sur des faits scientifiques

Ne dites pas :



- Presque impossible à transmettre
- Risque quasi nul
- Je crois en I = I, mais utilisez un condom juste au cas

3 Faites preuve d'empathie et évitez le langage stigmatisant

Le diagnostic du VIH peut changer une vie, c'est pourquoi les professionnels de la santé doivent faire preuve d'empathie à l'égard de leurs patients et communiquer sans utiliser un langage stigmatisant. Établir une relation de confiance avec les patients est essentiel pour une relation positive avec le système de santé, et l'utilisation d'un langage empathique peut favoriser cette confiance. Par exemple, au lieu de dire « I = I signifie que les partenaires sexuels ne peuvent pas attraper le VIH », dites « ne peuvent pas transmettre le VIH » ou « ne peuvent pas contracter le VIH ». Une personne ne se résume pas à son état de santé; il est donc important de veiller à ce que les personnes vivant avec le VIH ne se sentent pas comme un vecteur de maladie, car cela peut nuire à leur estime de soi et à leur confiance en elles.

La communication compatissante peut contribuer au bien-être des personnes vivant avec le VIH en établissant une relation patient-fournisseur fondée sur la confiance. En conséquence, les patients sont en mesure de prendre des décisions éclairées concernant leur santé, ce qui augmente la probabilité qu'ils adhèrent au traitement.

PRÉVENIR LA TRANSMISSION DU VIH

Indétectable = Intransmissible (I = I)

Conseils de communication
pour les professionnels
de la santé

4 Soyez positif

Avec une approche positive, les patients peuvent sentir qu'ils ont le pouvoir de contrôler leur bien-être et de faire des choix éclairés concernant leur santé sexuelle. Les professionnels de la santé doivent mettre en avant les avantages des médicaments et insister sur le fait que les personnes vivant avec le VIH peuvent vivre longtemps et en santé.

5 Concentrez-vous sur l'essentiel

I = I n'a pas besoin d'être compliqué. Pour s'assurer que les patients comprennent le message et ce qu'ils doivent faire pour parvenir à la suppression virologique, il faut revenir à la base et les encourager à faire ce qui suit :



Suivre le traitement prescrit et se rendre régulièrement aux rendez-vous médicaux.



Vérifier la charge virale par des tests réguliers tous les 4 à 6 mois.



Communiquer toute expérience susceptible de perturber l'adhésion au traitement, comme les obstacles à l'accès aux médicaments ou les effets secondaires négatifs.

6 Soyez attentif à la diversité des parcours de vie

Certaines populations font face à des difficultés systémiques et structurelles, telles qu'un accès inéquitable aux médicaments ou à des soins de qualité, qui les empêchent de parvenir à la suppression virologique et de s'y maintenir. Par exemple, certains patients peuvent donner la priorité à l'achat de nourriture ou au paiement du loyer plutôt qu'à l'achat de médicaments. Les professionnels de la santé devraient être attentifs aux diverses réalités vécues par leurs patients et les interroger sur leur situation actuelle et leurs propres priorités en matière de santé.

Au besoin, les professionnels de la santé doivent aider les patients à entrer en contact avec des services sociaux ou autres qui les aideront à surmonter les obstacles et à promouvoir d'autres moyens très efficaces de prévenir la transmission du VIH pendant les rapports sexuels. Cela comprend l'utilisation de condoms et de médicaments tels que la prophylaxie pré-exposition (PPrE) et la prophylaxie post-exposition (PPE) pour le partenaire sexuel qui n'est pas séropositif. Toute personne vivant avec le VIH a le droit de mener une vie sociale et sexuelle pleine et saine.

Pour en savoir plus, visitez Canada.ca/VIH.

1. Cohen MS, Chen YQ, McCauley M, Gamble T, Hosseinipour MC, Kumarasamy N, et al. *Prevention of HIV-1 infection with early antiretroviral therapy*. N Engl J Med. 2011;365(6):493-505.
2. Cohen MS, Chen YQ, McCauley M, Gamble T, Hosseinipour MC, Kumarasamy N, et al. *Antiretroviral therapy for the prevention of HIV-1 transmission*. N Engl J Med. 2016;375(9):830-839.
3. Rodger AJ, Cambiano V, Bruun T, Vernazza P, Collins S, van Lunzen J, et al. *Sexual activity without condoms and risk of HIV transmission in serodifferent couples when the HIV-positive partner is using suppressive antiretroviral therapy*. JAMA. 2016;316(2):171-181.
4. Rodger AJ, Cambiano V, Bruun T, Vernazza P, Collins S, Degen O, et al. *Risk of HIV transmission through condomless sex in serodifferent gay couples with the HIV-positive partner taking suppressive antiretroviral therapy (PARTNER): final results of a multicentre, prospective, observational study*. Lancet. 2019;393(10189):2428-2438.
5. Bavinton BR, Pinto AN, Phanuphak N, Grinsztejn B, Prestage GP, Zablotska-Manos IB, et al. *Viral suppression and HIV transmission in serodiscordant male couples: an international, prospective, observational, cohort study*. Lancet HIV. 2018;5(8):e438-e447.
6. LeMessurier J, Traversy G, Varsaneux O, Weekes M, Avey MT, Niragira O, Gervais R, Guyatt G et Rodin, R. *Risk of sexual transmission of human immunodeficiency virus with antiretroviral therapy, suppressed viral load and condom use: a systematic review*. CMAJ. 2018;190(46):e1350-e1360.

©Sa Majesté Le Roi du chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2023 Cat: H14-464/2-2023F-PDF | ISBN: 978-0-660-68952-4 (PDF)



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada