

Autodétermination et contraception

Que représente le choix contraceptif pour les femmes ?

Une étude qualitative auprès de femmes de 18 à 50 ans

S. Gakunzi, L. Nutte, K. Bonello, C. Koeberle - DMG Sorbonne Université

Introduction

"La meilleure contraception, c'est celle que l'on choisit", est un adage maintenant bien connu. Cependant, des études récentes montrent que si la majorité des femmes ont recours à un moyen de contraception, près d'un quart d'entre elles déclarent ne pas l'avoir choisie.

Objectif

Explorer la notion d'autodétermination des femmes en matière de choix contraceptif

Méthode

Etude qualitative, inspirée de la théorisation ancrée
11 entretiens semi dirigés

Population d'étude
Femmes de 18 à 55 ans, Ile-de-France, lieux de soins
tous types de contraception
En couple ou célibataires
Ayant ou non des enfants



Résultats

Les prérequis pour aller vers l'autodétermination

- l'accès à l'information sur tous les moyens
- la posture non paternaliste des professionnels de santé
- déconstruire la norme sociétale de la contraception médicale féminine

Le choix contraceptif, reflet du sentiment de liberté et du respect des droits fondamentaux

- le choix, parfois un luxe
- une liberté et un droit fondamental à disposer de son corps
- l'influence de la période de vie et de l'entourage

Exercer son autonomie, construire et exprimer son individualité

- Lier choix contraceptif et valeurs personnelles
- Peser pour soi-même le pour et le contre, assumer les conséquences
- Un choix limité par l'état de santé



"Si on m'avait proposé plus de choix, je pense que j'aurais pu avoir le choix, en fait. Mais non, quand je sortais de la maternité, tout de suite, ils m'ont mis la pilule"

"Il me posait la question, sous quelle contraception êtes-vous ? Je répondais tout de suite la pilule, [...] et il me redonnait une ordonnance "



" C'est le choix de pouvoir gérer sa vie comme on veut"



«"Tous les mois c'est quand même quelque chose qui a beaucoup d'incidence sur sa santé mentale, physique et la charge mentale d'une femme. [...] Dans la société ça reste dans le champ des décisions laissées aux femmes."

Discussion

Présenter l'ensemble des méthodes contraceptives, médicales ou non semble primordial en consultation.

Le sentiment d'autodétermination dans le choix contraceptif permet aux femmes d'exercer leurs droits fondamentaux et peut être soutenu par les professionnels de santé.



Conclusion

L'accès à la contraception a permis une liberté des femmes pour maîtriser leur fertilité. Il existe encore des obstacles à une réelle autodétermination contraceptive. Des perspectives émergent pour les lever : **mieux diffuser l'information, avoir des temps de consultation dédiés à la contraception pour les femmes ET pour les hommes, promouvoir l'implication des hommes et démocratiser la contraception masculine.**

