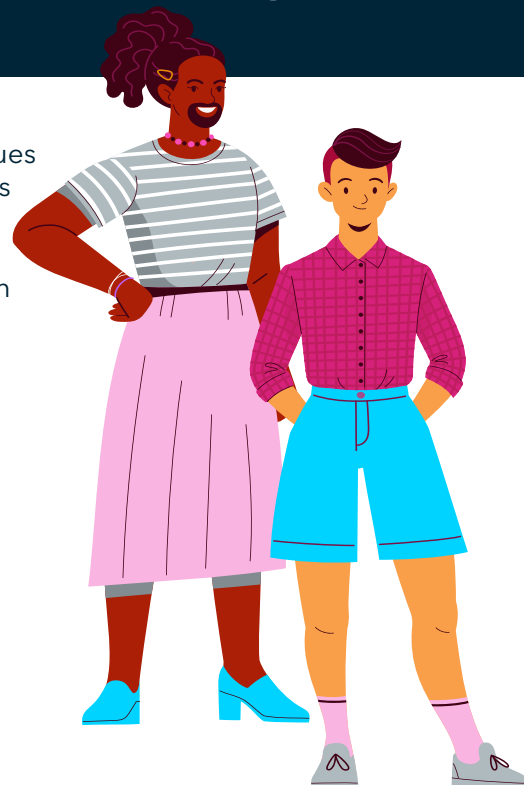




Mythes et faits sur la contraception durant l'hormonothérapie d'affirmation de genre

L'hormonothérapie d'affirmation de genre est une démarche médicale que certaines personnes entreprennent afin de mieux aligner leurs caractéristiques physiques avec leur identité de genre. Elle consiste à prendre des hormones comme de la testostérone, des œstrogènes et/ou des antiandrogènes afin de développer des caractéristiques généralement considérées comme plus masculines ou plus féminines. Bien que l'hormonothérapie d'affirmation de genre puisse modifier de nombreux aspects du corps, **elle ne constitue pas un moyen de contraception**. Plusieurs mythes circulent au sujet de l'hormonothérapie d'affirmation de genre et la grossesse.



Démystifions-les.

MYTHE

Les méthodes contraceptives d'urgence (p. ex., la pilule du lendemain ou le DIU en cuivre) ne fonctionnent pas si vous prenez une hormonothérapie d'affirmation de genre.



FAIT

Les méthodes contraceptives d'urgence demeurent efficaces pour les personnes suivant une hormonothérapie d'affirmation de genre. La clé est d'agir rapidement : il faut y avoir recours le plus tôt possible après une relation sexuelle non protégée ou après tout autre incident pouvant compromettre la protection (p. ex., si le préservatif se brise). Votre pharmacien-ne peut vous aider à déterminer si une contraception d'urgence est nécessaire et peut vous la prescrire.

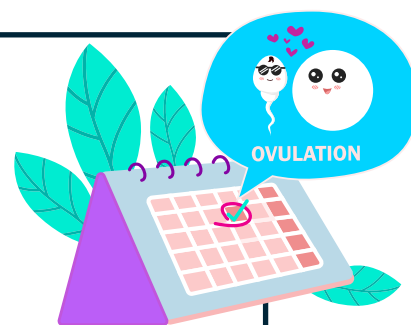
MYTHE

Si vous n'avez plus vos règles, vous ne pouvez pas tomber enceint-e.

FAIT

La prise de testostérone entraîne souvent l'arrêt ou une modification des règles, mais cela ne signifie pas nécessairement que l'ovulation (libération d'un ovule) a cessé. Une grossesse est donc toujours possible si vous avez des relations sexuelles pouvant mener à une grossesse.

Si vous souhaitez devenir enceint-e ou mener à terme une grossesse en cours, il est important de savoir que la testostérone peut nuire au développement du fœtus, voire entraîner une fausse couche ou une mortinaissance.

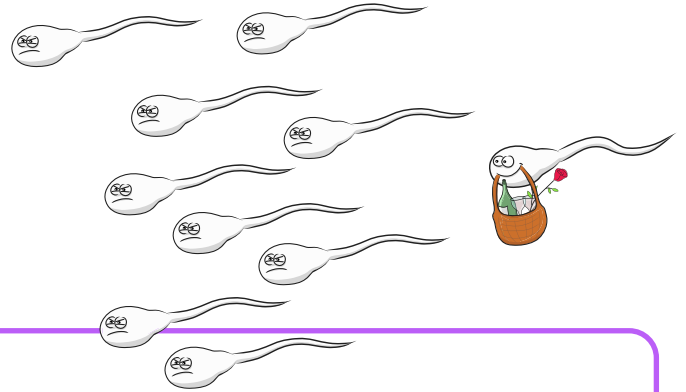




Mythes et faits sur la contraception durant l'hormonothérapie d'affirmation de genre

MYTHE

L'hormonothérapie d'affirmation de genre rend les personnes qui produisent du sperme complètement et assurément infertiles.

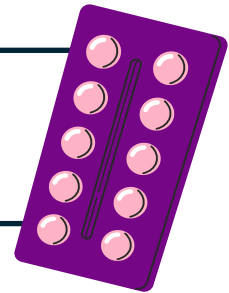


FAIT

Bien que l'hormonothérapie d'affirmation de genre basée sur l'administration d'œstrogène et/ou d'antiandrogène réduise la fertilité, elle ne garantit pas l'infertilité. Une grossesse demeure possible si vous avez des relations sexuelles pouvant mener à une grossesse. Pour éviter une grossesse non désirée, assurez-vous de discuter des méthodes contraceptives fiables avec votre partenaire sexuel·le avant d'avoir des relations sexuelles.

MYTHE

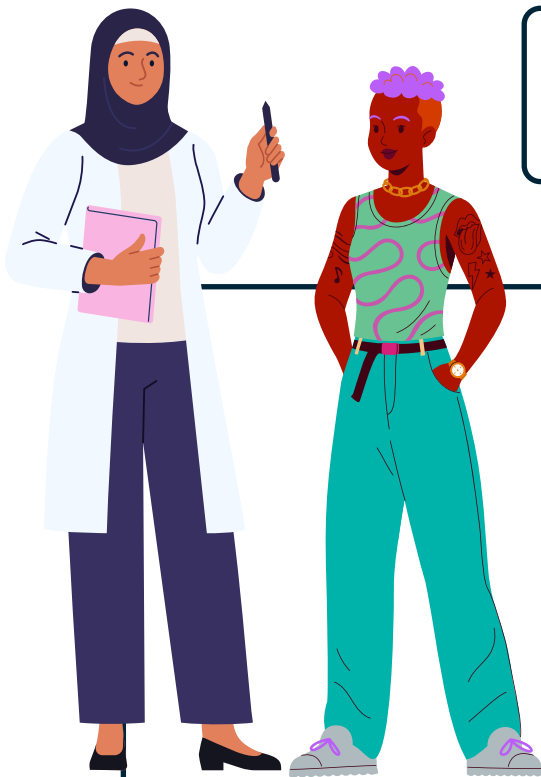
Il n'est pas possible d'utiliser une contraception hormonale (comme la pilule) pendant un traitement avec la testostérone.



FAIT

C'est possible. La testostérone ne réduit pas l'efficacité de la contraception. Bien que les contraceptifs oraux combinés contiennent des œstrogènes, leur teneur est généralement suffisamment faible pour ne pas entraîner d'effets féminisants significatifs et ne pas neutraliser les effets masculinisants de la testostérone. Cela dit, certaines personnes transmasculines peuvent tout de même préférer éviter ce type de contraception. Les professionnels de la santé peuvent alors recommander une méthode contraceptive non hormonale (p. ex., un DIU en cuivre ou des préservatifs) ou une méthode contraceptive contenant un progestatif uniquement (p. ex., la pilule à progestatif seul, un DIU, des contraceptifs injectables ou des implants).

Consultez votre professionnel·le de la santé pour déterminer quelle méthode vous conviendrait le mieux.





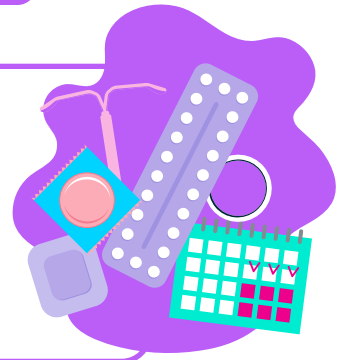
Mythes et faits sur la contraception durant l'hormonothérapie d'affirmation de genre

MYTHE

L'hormonothérapie d'affirmation de genre est une méthode contraceptive fiable.

FAIT

Ce n'est pas le cas. La prise d'œstrogène ou de testostérone ne prévient pas de façon fiable une grossesse, peu importe depuis combien de temps vous en prenez. Pour éviter une grossesse non désirée, vous devez utiliser une méthode de contraception. Consultez votre professionnel·le de la santé pour déterminer quelle méthode vous conviendrait le mieux. Parmi les options possibles, il y a les préservatifs, les DIU, les contraceptifs oraux, les contraceptifs injectables et les implants.



MYTHE

Si vous prenez une hormonothérapie d'affirmation de genre, vous n'avez pas besoin de protection contre les infections transmissibles sexuellement (ITS).

FAIT

Les hormones ne protègent pas contre les ITS. Les préservatifs, les vaccins (p. ex., contre le VPH et l'hépatite), une bonne communication avec les partenaires et un dépistage régulier des ITS demeurent importants pour la santé sexuelle.

À retenir : L'hormonothérapie d'affirmation de genre ne prévient pas la grossesse ni les ITS.

Consultez votre professionnel·le de la santé pour connaître les options de contraception qui vous conviendraient le mieux, ainsi que les mesures à prendre pour préserver votre santé sexuelle.

Références :

1. Rainbow Health Ontario. (Novembre 2023.) *Guidelines for gender-affirming primary care with trans and non-binary patients* [Document PDF.] [En ligne.] www.rainbow-healthontario.ca/wp-content/uploads/2021/09/Guidelines-FINAL-4TH-EDITION-With-2023-Updates.pdf.
2. Bonnington A, Dianat S, Kerns J et al. Society of Family Planning clinical recommendations: contraceptive counseling for transgender and gender diverse people who were female sex assigned at birth. *Contraception* 2020;102(2):70-82.
3. Das K, Lobo VG. Reproductive health in trans and gender diverse patients: Contraception considerations in transmasculine and gender diverse adolescents and young adults. *Reproduction* 2025;169(1):e240080.