

Saviez-vous qu'une grossesse peut réveiller le traumatisme d'un abus sexuel passé ?



Même si ce n'est pas automatique, un abus sexuel peut avoir des impacts lors de la grossesse, de l'accouchement et de l'allaitement. Cela est vrai même si on n'a aucun souvenir conscient de cet événement.

Les changements qui surviennent dans le corps, les examens intimes pendant les suivis de grossesse et les sensations lors de l'accouchement ou de l'allaitement peuvent ramener à la mémoire l'agression vécue. Pour certaines personnes, les souvenirs d'abus sexuels sont présents au point de devenir envahissants. Pour d'autres, ce sont plutôt des petits signes ou des intuitions étranges.

Un inconfort ou un stress peut vous amener à vous priver d'un bon suivi de grossesse ou d'aide pour l'allaitement. Vous méritez pourtant les meilleurs soins pour vous et votre bébé. Si vous avez vécu une agression sexuelle, vous n'êtes pas seule. Il existe des ressources pour vous soutenir.

Le personnel professionnel en périnatalité (votre médecin, sage-femme, infirmière/infirmier, doula, ostéopathe, etc.) peut aussi vous accompagner pour prévenir les impacts négatifs. N'hésitez pas à leur parler de vos craintes ou malaises lors d'un examen des seins, du pelvis ou de tout autre soin.

Au Québec, environ **1 femme sur 5** rapporte avoir vécu au moins une **agression sexuelle** avant l'âge de 18 ans.

RESSOURCES

- **Info-social** : 811
- **SOS violence conjugale** : 1-800-363-9010
<https://sosviolenceconjugale.ca>
- **Trouver des ressources dans votre secteur** :
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/agression-sexuelle-aide-ressources/organismes-d-aide-aux-victimes>
- **www.qc.211.ca** ou **ligne 211** : répertoire des ressources d'aide locales
- **Info-aide violence sexuelle** : 1-888-933-9007
www.infoaideviolencesexuelle.ca
- **Regroupement québécois des centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (RQCALACS)** :
<http://rqcalacs.qc.ca>
- **Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)** : couvre certains frais médicaux et de thérapie.
<https://www.ivac.qc.ca>
- **Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)** : 1-866 LE CAVAC
www.cavac.qc.ca
- **Aide financière d'urgence** : offre un soutien financier à des victimes de violence sexuelle ou de violence conjugale afin de quitter rapidement un environnement dangereux lorsque leur vie ou leur sécurité (ou celle des personnes à leur charge) est compromise.
<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/accompagnement-victimes-crime/aide-financiere-personnes-victimes/quitter-rapidement-milieu-dangereux#c195375>

Secrétariat
à la condition
féminine

Québec



ASPQ
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ
PUBLIQUE DU QUÉBEC