

## Quelle place pour la sexualité en EHPAD ?

*Avis rendu le 26/11/2024*

### Sommaire

Avant-propos.....	2
1. La sexualité : un droit à tout âge.....	2
2. L'EHPAD, lieu de vie... sexuelle.....	3
3. La sexualité en EHPAD , un atout .....	3
4. Protéger les résidents, protéger leur sexualité .....	4
Conclusion .....	4

## Avant-propos

La question de la sexualité en EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) soulève de nombreux enjeux éthiques, tant sur le plan individuel que collectif. L'évolution des mentalités, le respect des droits des personnes âgées et la prise en compte de leur dignité amènent à réexaminer la place de la sexualité dans ces institutions. En effet, bien que la sexualité des personnes âgées ait longtemps été ignorée voire taboue, elle demeure un aspect fondamental du bien-être, de l'identité et de l'autonomie de chacun. Cet avis vise à interroger la place que prend et qui est faite à la sexualité des résidents d'EHPAD.

### 1. La sexualité : un droit à tout âge

La sexualité humaine, au-delà de sa fonction reproductive, constitue une dimension essentielle de la vie affective et psychologique. Elle permet l'expression de soi, de ses désirs, de son corps et de ses relations avec autrui. Parler de sexualité ne se limite donc pas à l'acte sexuel, mais englobe d'autres éléments : la tendresse, la recherche d'intimité, de plaisir ou de contact physique, les lectures ou films érotiques, la drague, les fantasmes, allant même jusqu'aux souvenirs ou la coquetterie. Cette diversité dans les manifestations de la sexualité permet à chacun de vivre selon ses aspirations, ses besoins et ses désirs, quel que soit son âge.

Il est important de souligner que la sexualité d'un individu ne s'éteint pas avec l'âge ou la dépendance, même si les changements physiques, les maladies ou les troubles cognitifs peuvent la modifier. La sexualité reste un besoin fondamental tout au long de la vie, y compris dans le grand âge. Autrefois considérées comme asexuées ou déssexualisées, le regard porté sur les personnes âgées change à mesure que la société évolue et le tabou sur la sexualité des aînés se lève. La législation française reconnaît maintenant que la sexualité des personnes âgées fait partie de leurs droits fondamentaux ; les établissements doivent respecter ces droits.

La question de la sexualité dans les EHPAD se pose donc avec acuité, car elle implique des questionnements sur l'autonomie, la dignité et le respect des choix des résidents. Il est important de se poser la question de la manière dont elle est vécue et accompagnée, en tenant compte du droit de chacun à mener une vie sexuelle épanouie dans le respect de la vie en collectivité. Les pratiques institutionnelles restent à ce jour insuffisantes pour garantir cette liberté et doivent être repensées.

## **2. L'EHPAD, lieu de vie... sexuelle**

Pour assurer le droit à la sexualité en EHPAD, il est nécessaire de la dépathologiser. Trop souvent elle est encore interprétée comme un signe pathologique (perturbations cognitives, émotionnelles ou physiologiques) ou de danger (comportements déviants). Par exemple, face à la masturbation, les réflexes soignants sont de rechercher une infection urinaire et d'interroger une éventuelle désinhibition. Cette vigilance est bien sur nécessaire et permet d'apporter un soin de qualité, mais elle ne doit pas occulter la composante naturelle et légitime de la vie sexuelle.

L'établissement doit avant tout œuvrer à changer les mentalités. Cela passe, d'une part, par la sensibilisation et les espaces de réflexion éthique offerts aux professionnels, et d'autre part, par l'information et l'éducation auprès des familles. L'objectif est d'éviter que l'entourage, qu'il soit familial ou professionnel, ne projette ses propres normes, valeurs ou peurs sur le résident. Déconstruire les tabous est essentiel pour prévenir les jugements, les malentendus, et même les comportements pouvant mener à de la maltraitance (ex : non-respect des droits).

Un environnement adapté est indispensable pour favoriser une vie intime épanouie au sein de l'établissement. Cela implique la création d'espaces privés, comme des zones communes aménagées dans une ambiance chaleureuse et intime. Les pratiques professionnelles doivent s'aligner sur cette démarche, en veillant par exemple à frapper aux portes avant d'entrer et à éviter toute attitude de surveillance intrusive envers les résidents.

## **3. La sexualité en EHPAD , un atout**

La sexualité en EHPAD souffre injustement de stigmates, alors qu'elle peut s'avérer bénéfique pour le moral et le bien-être des résidents. Sur le plan psychocorporel, elle réduit l'anxiété, améliore la qualité du sommeil et stimule les fonctions cognitives et motrices. Elle peut aussi contribuer à maintenir un lien social et affectif solide, renforcer l'estime de soi et permettre de se réconcilier avec son corps.

L'OMS parle de « santé sexuelle » définie comme « un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité » non réductible à l'absence de dysfonctionnement ou maladie, sans coercition, discrimination ni violence. La santé sexuelle requiert de la positivité, de la sécurité et le respect des droits humains. Un exemple d'accompagnement de la sexualité dans une démarche positive mais non-intrusive, à la portée des professionnels, pourrait être d'en évoquer la facette identitaire et de la valoriser : « être un coq », « être une tombeuse », « être pudique », « être naturiste », etc. La sexualité peut aussi permettre d'évoquer le handicap (incontinence, amputation, essoufflement, troubles visuels), et aider à

l'acceptation du corps, du handicap, ou de sa dépendance tout en motivant à adopter des comportements de santé positifs.

Ce regard positif porté sur la sexualité invite aussi à aborder les gestes à caractère sexuel d'un résident ou sa recherche de proximité physique sous un autre angle : la sexualité est-elle le véritable objectif ou le résident est-il simplement en recherche d'une chaleur humaine et d'une affection qu'il ne trouve nulle part ailleurs ? Cela pose la question des limites professionnelles : si un bébé orphelin est porté, choyé et stimulé par des professionnels bienveillants afin de prévenir le syndrome d'hospitalisme, quelles actions sont mises en place pour les aînés que plus personne ne touche ou ne regarde en dehors des soins ?

#### **4. Protéger les résidents, protéger leur sexualité**

La sexualité en institution peut être source de vulnérabilité pour les résidents. Les troubles neurocognitifs majeurs peuvent altérer la capacité à consentir et à comprendre les implications de certains actes, malgré un besoin de tendresse, de relations affectives ou de sexualité toujours présent. La maladie ne doit pas les priver de sexualité, qui reste un droit en toutes circonstances. Lorsque les troubles cognitifs sont très avancés, une approche éthique de la sexualité est requise : elle vise à respecter les choix et les droits des résidents tout en tenant compte de leurs capacités physiques et mentales et se base sur une vigilance soutenue et un accompagnement qui tient compte des spécificités de chaque situation. Le consentement doit être réinterrogé au quotidien afin de s'adapter aux fluctuations d'humeur et de volontés inhérentes à la maladie, d'où l'importance d'une parole autour de la sexualité qui soit libérée et sans tabou.

Le Projet d'Accompagnement Personnalisé sert à évaluer les désirs et attentes des résidents, tout en prenant en compte leurs capacités physiques, cognitives et émotionnelles. La sexualité peut y être intégrée lorsque cela est opportun, avec respect et discrétion. Adapter le projet d'accompagnement à la réalité des besoins affectifs, relationnels et intimes permet de renforcer le lien de confiance entre le résident, les soignants et sa famille, tout en valorisant son individualité.

#### **Conclusion**

En conclusion, la sexualité des résidents d'EHPAD mérite une attention particulière, respectueuse et éthique. Elle doit être abordée comme un droit fondamental, à protéger et à accompagner dans le respect des individus, de leur autonomie et de leur dignité. La sexualité, bien que complexe et influencée par de nombreux facteurs, est un aspect indissociable du bien-être des personnes âgées, qui doivent pouvoir exprimer leurs désirs et leurs besoins dans un cadre sécuritaire et respectueux.