



Canada's source for  
HIV and hepatitis C  
information

La source canadienne  
de renseignements sur  
le VIH et l'hépatite C

# La charge virale indétectable et la transmission sexuelle du VIH

Des études ont montré que les personnes séropositives qui reçoivent des soins réguliers, qui suivent un traitement et qui maintiennent une charge virale indétectable ne transmettent pas le VIH à leurs partenaires sexuels.

Voilà une excellente nouvelle!

## Comment profiter de cette situation si j'ai le VIH?

Parlez à votre médecin ou autre professionnel de la santé de la charge virale indétectable comme stratégie de prévention. Avant de se fier à cette stratégie, votre charge virale doit être indétectable depuis au moins six mois.

Il est également important que vous preniez votre traitement du VIH en suivant les prescriptions à la lettre et que vous fassiez l'objet d'un suivi régulier qui inclue des tests de la charge virale pour vous assurer qu'elle demeure indétectable.

Si votre charge virale ne devient pas indétectable ou si elle redevient détectable après avoir été indétectable, discutez de vos options avec votre médecin. En attendant que votre charge virale soit indétectable, vous aurez peut-être besoin d'utiliser des stratégies additionnelles pour prévenir la transmission du VIH, tels les condoms.

Le maintien d'une charge virale indétectable peut prévenir la transmission sexuelle du VIH mais n'offre aucune protection contre les autres infections transmissibles sexuellement (ITS). L'usage de condoms réduit le risque de transmission des ITS. Le dépistage et le traitement réguliers des ITS sont bons pour votre santé sexuelle. Parlez à votre médecin du genre de relations sexuelles que vous avez afin que vous puissiez déterminer la fréquence et le genre de tests de dépistage d'ITS qui vous conviennent.

*Continuez à lire pour obtenir plus d'information sur la charge virale indétectable.*

## Que veut dire charge virale indétectable?

On dit que la charge virale est « indétectable » lorsque la quantité de virus dans le sang d'une personne vivant avec le VIH est tellement faible qu'il est impossible de la mesurer.

La charge virale en VIH est la quantité de VIH dans le sang d'une personne vivant avec ce virus. Le traitement du VIH affaiblit la capacité du VIH à faire des copies de lui-même (on appelle cela la réplication). Dans la majorité des cas, lorsqu'une personne ayant le VIH prend son traitement tous les jours en suivant toutes les prescriptions de son médecin, alors la quantité de VIH dans le sang de la plupart des personnes diminue tellement qu'elle ne peut pas être détectée par les tests de la charge virale.

Lorsqu'une personne a une charge virale indétectable, cela ne veut pas dire qu'elle soit guérie du VIH. Le virus est encore présent dans son corps. Si cette personne arrête de prendre son traitement contre le VIH ou si son observance thérapeutique n'est pas bonne (elle ne prend pas ses comprimés tous les jours en suivant les prescriptions de son médecin), le VIH commencera à se répliquer de nouveau et sa charge virale redeviendra détectable.

## Pourquoi est-il important d'avoir une charge virale indétectable?

Nous savons maintenant que l'atteinte et le maintien d'une charge virale indétectable sont bons pour la santé des personnes vivant avec le VIH. Les personnes qui commencent le traitement le plus tôt possible après avoir contracté le VIH peuvent vivre longtemps et en bonne santé.

Le fait d'avoir une charge virale indétectable prévient la transmission sexuelle du VIH. Les études révèlent que les personnes vivant avec le VIH qui reçoivent des soins réguliers, qui suivent un traitement et qui ont une charge virale indétectable ne transmettent pas le VIH à leurs partenaires sexuels séronégatifs.

## **Comment savoir si ma charge virale est encore indétectable?**

La seule façon de savoir si votre charge virale demeure indétectable à long terme consiste à passer régulièrement des tests de la charge virale. Votre charge virale devrait être indétectable depuis au moins six mois avant que vous puissiez vous fier à la charge virale indétectable comme stratégie de prévention du VIH.

Lorsqu'une personne commence à suivre un traitement contre le VIH, sa charge virale met habituellement de trois à six mois à devenir indétectable. La plupart des personnes finiront par avoir une charge virale indétectable si elles prennent leur traitement du VIH en suivant les prescriptions de leur médecin à la lettre et si leur combinaison de médicaments est efficace contre leur souche du VIH.

Lorsque votre charge virale est devenue indétectable, il est important de la faire vérifier régulièrement afin de vous assurer qu'elle demeure indétectable. Si votre charge virale redevient détectable, vous pourriez courir le risque de transmettre le VIH. Une charge virale qui reste détectable pourrait également indiquer que votre traitement contre le VIH n'agit plus efficacement. Si votre charge redevient détectable, vous devriez discuter de vos options avec votre médecin.

Il est important de prendre votre traitement contre le VIH tous les jours en suivant les prescriptions à la lettre afin d'atteindre et de maintenir une charge virale indétectable. Si vous avez de la difficulté à suivre fidèlement votre traitement, peu importe la raison, votre traitement pourrait cesser d'agir et votre charge virale pourrait devenir détectable. Cela peut augmenter le risque de transmission du VIH. Parlez à votre médecin si vous avez de la difficulté à suivre fidèlement votre traitement. Un counseling et un soutien pourraient vous être utiles.

## **Qu'en est-il des autres infections transmissibles sexuellement?**

Le traitement du VIH et la charge virale indétectable préviennent la transmission du VIH mais n'offrent aucune protection contre les autres infections transmissibles sexuellement (ITS), telles que la chlamydia, la gonorrhée et la syphilis.

Les condoms peuvent réduire le risque de transmission des ITS. Il existe aussi des vaccins qui préviennent la transmission de certaines ITS, telles que l'hépatite B ou le virus du papillome humain (VPH). Demandez à votre médecin si ces vaccins pourraient vous convenir.

Le dépistage et le traitement réguliers des ITS sont importants pour votre santé sexuelle. Parlez à votre médecin du genre de relations sexuelles que vous avez afin que vous puissiez déterminer la fréquence et le genre de tests de dépistage d'ITS qui vous conviennent.

## **Comment savons-nous que la charge virale indétectable prévient la transmission sexuelle du VIH?**

Les auteurs de deux études importantes sur la charge virale indétectable et la transmission sexuelle du VIH ont publié leurs résultats finaux en 2016.

L'étude HPTN 052 a suivi 1 700 couples hétérosexuels sérodifférents, ce qui veut dire que l'un des partenaires était séropositif alors que l'autre était séronégatif. Ces couples avaient principalement des rapports sexuels vaginaux. Aucune transmission du VIH ne s'est produite entre les partenaires lorsque la personne séropositive suivait un traitement et qu'elle avait une charge virale indétectable.

La deuxième étude portait le nom de PARTNER. Elle a suivi 548 couples hétérosexuels et 340 couples d'hommes gais sérodifférents qui avaient régulièrement des rapports sexuels non protégés pendant que le partenaire séropositif avait une charge virale indétectable. C'est-à-dire que les couples n'ont pas utilisé de condoms, de prophylaxie pré-exposition (PrEP) ou de prophylaxie post-exposition (PPE). Malgré plus de 58 000 actes sexuels anaux et vaginaux, aucune transmission n'a eu lieu entre les partenaires.

Dans les deux études, un faible nombre de partenaires séronégatifs ont contracté le VIH. Soit les infections en

question ont eu comme source un partenaire sexuel en dehors du couple, soit elles se sont produites lorsque le partenaire séropositif du couple avait une charge virale détectable.

Tous les participants aux études respectaient des rendez-vous médicaux réguliers pour faire vérifier leur charge virale, se faire tester pour les ITS (et se faire traiter si nécessaire) et recevoir un soutien à l'observance du traitement du VIH et un counseling en matière de prévention.

## **Ressources**

[Le test de la charge virale en VIH](#) - Feuillelet d'information de CATIE

[Trois raisons pour lesquelles CATIE appuie I=I en matière de transmission sexuelle du VIH](#)

[Prevention Access Campaign](#) (en anglais seulement)

## Produit par:



555, rue Richmond Ouest, Bureau 505, boîte 1104  
Toronto (Ontario) M5V 3B1 Canada  
téléphone : 416.203.7122  
sans frais : 1.800.263.1638  
télécopieur : 416.203.8284  
site Web : [www.catie.ca](http://www.catie.ca)  
numéro d'organisme de bienfaisance : 13225 8740 RR

## Déni de responsabilité

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) qui a une expérience des maladies liées au VIH et à l'hépatite C et des traitements en question.

CATIE fournit des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH et/ou l'hépatite C qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE ou auxquels CATIE permet l'accès ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne recommandons ni n'appuyons aucun traitement en particulier et nous encourageons nos utilisateurs à consulter autant de ressources que possible. Nous encourageons vivement nos utilisateurs à consulter un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) avant de prendre toute décision d'ordre médical ou d'utiliser un traitement, quel qu'il soit.

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse. Cependant, l'information change et nous encourageons les utilisateurs à s'assurer qu'ils ont l'information la plus récente. Toute personne mettant en application seulement ces renseignements le fait à ses propres risques. Ni CATIE ni aucun de ses partenaires ou bailleurs de fonds, ni leurs personnels, directeurs, agents ou bénévoles n'assument aucune responsabilité des dommages susceptibles de résulter de l'usage de ces renseignements. Les opinions exprimées dans le présent document ou dans tout document publié ou diffusé par CATIE ou auquel CATIE permet l'accès ne reflètent pas nécessairement les politiques ou les opinions de CATIE ni de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

L'information sur l'usage plus sécuritaire de drogues est offerte comme service de santé publique pour aider les personnes à prendre de meilleures décisions de santé et ainsi réduire la propagation du VIH, de l'hépatite virale et de toute autre infection. Cette information n'a pas pour but d'encourager ni de promouvoir l'utilisation ou la possession de drogues illégales.

## La permission de reproduire

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué dans son intégralité à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par CATIE (le Réseau canadien d'info-traitements sida). Pour plus d'information, veuillez communiquer avec CATIE par téléphone au 1.800.263.1638 ou par courriel à [info@catie.ca](mailto:info@catie.ca).*

© CATIE

La production de cette revue a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.

Disponible en ligne à  
<http://www.catie.ca/fr/vivre-sante/charge-virale-indetectable>