



Le condom questions et réponses

Elysa­beth Lacombe

Vous entamez une nouvelle relation. Comme vous n’avez pas eu le temps de passer un test de dépistage, vous allez acheter des condoms à la pharmacie, au cas où. En face du présentoir, vous hésitez devant la multitude de modèles à votre disposition : lubrifiés ou non, en latex ou en polyuréthane, aromatisés, rouges, verts, bleus, texturés ou pas ! Pourtant, cet achat vous paraissait tellement simple au départ !

LE CONDOM EST UNE PARTIE intégrante des stratégies de prévention des infections transmissibles sexuellement (ITS). Son efficacité varie selon les différentes ITS. Toutefois, les principales raisons de son inefficacité demeurent notamment l’irrégularité d’emploi, la manipulation et les méthodes de conservation inadéquates ainsi que l’inexpérience de l’utilisateur. Pour certaines personnes, il s’agit d’une méthode qui n’est que peu ou pas intégrée à leurs pratiques sexuelles. En effet, les

obstacles à l’utilisation du condom sont nombreux et de diverses natures que ce soit physique (diminution des sensations, perte d’érection, etc.), psychologique (barrière à l’intimité et à la confiance, « distance » entre les partenaires, etc.) ou cognitive (pensée magique face au risque de grossesse ou d’ITS, croyance d’être capable de « bien » choisir ses partenaires, etc.). Parfois, la non-utilisation du condom relève du « sexe extrême » ou de la roulette russe.

M^{me} Elysa­beth Lacombe a une maîtrise en sexologie. Elle est chargée de cours au Département de sexologie de l’UQAM et membre du Regroupement professionnel des sexologues du Québec (RPSQ).

Pour mieux faire la promotion des condoms, il convient de bien les connaître¹. Lubrifiés, galbés, en latex ou à saveur de fraise, les condoms n’auront plus de secrets pour vous. Le questionnaire suivant vous permettra de mettre vos connaissances à l’épreuve.

	Vrai	Faux
1. Les condoms en polyuréthane contribuent davantage à une diminution des sensations que ceux en latex.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Les condoms en polyuréthane sont recommandés pour les personnes allergiques au latex.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Les condoms en membrane animale sont aussi efficaces que les autres types de condom pour se protéger des ITS.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Les condoms plus minces ne sont pas recommandés lors d’une première relation sexuelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. En matière de protection, deux condoms valent mieux qu’un !	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Il est préférable d’utiliser des condoms avec spermicide.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. L’ajout de lubrifiant à un condom déjà lubrifié augmente le plaisir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. La majorité des hommes ont besoin de condoms très grands.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Les condoms galbés sont recommandés pour les hommes circoncis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Les condoms nervurés procurent plus de plaisir que ceux qui ont des points en relief.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Il est préférable de ne pas utiliser de condoms aromatisés pour les relations avec pénétration vaginale ou anale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Les condoms lubrifiés ont une durée de vie de cinq ans.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Encadré

Sites Internet intéressants

Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec
www.jcapote.com

Réseau canadien de la santé
www.canadian-health-network.ca

Société des obstétriciens et gynécologues du Canada
www.masexualite.ca

Réponses

1. Faux. Les condoms en membrane synthétique (polyuréthane, par exemple) transmettent davantage la chaleur corporelle que les condoms en latex. Ils sont en vente dans la plupart des pharmacies. Par contre, leur prix est plus élevé que ceux des condoms en latex, soit environ 14 \$ pour cinq alors que les condoms en latex coûtent de 7 \$ à 10 \$ pour une boîte de douze.

2. Vrai. Les condoms en latex naturel peuvent entraîner des réactions allergiques chez certaines personnes. Ces dernières peuvent alors utiliser un condom en polyuréthane. Attention de ne pas confondre irritation causée par le latex et irritation due à la friction, aux arômes des condoms, au spermicide, etc. Pour les irritations attribuables à la friction, il est conseillé d'ajouter du lubrifiant à base d'eau (K-Y®, Astroglide®, ID Glide, LifeStyles®) ou de silicone (Wet Platinum®, ID Velvet) sur le condom.

3. Faux. Les condoms en membrane animale protègent des grossesses non désirées, mais pas de certaines ITS. Les pores de la membrane peuvent notamment laisser passer certains virus²⁻⁴. Les condoms en latex ou en polyuréthane réduisent le risque de transmission d'une ITS ou de grossesse non désirée.

4. Vrai. Certaines personnes vont préférer les condoms plus minces afin d'avoir plus de sensations. Bien que ces condoms soient fiables (norme ISO 4074), ils exigent une manipulation plus soignée. Ainsi, il serait préférable de les éviter lors d'une première relation sexuelle ou d'une relation sexuelle avec un nouveau partenaire, car la nervosité et l'inexpérience sont deux éléments pouvant contribuer à augmenter le risque de bris du condom.

5. Faux. Au lieu de protéger davantage les partenaires, l'utilisation de deux condoms augmente le risque de bris⁵.

6. Faux. L'utilisation fréquente de spermicide (nonoxynol-9, par exemple) peut entraîner des micro-lésions aux muqueuses génitales et créer ainsi des portes d'entrée pour les ITS. Toutefois, il est préférable d'utiliser un condom avec spermicide que pas de condom du tout !

7. Vrai. On peut aussi ajouter du lubrifiant, même si le condom est déjà lubrifié. Il suffit d'en ajouter une goutte à l'intérieur du condom, ce qui permettra d'accroître les sensations, et quelques gouttes à l'extérieur de manière à diminuer la friction sur les parois, encore plus quand la lubrification naturelle est réduite (premières expériences, nervosité, etc.). On choisira un lubrifiant à base d'eau ou de silicone. Attention aux rouges à lèvres, à la gelée de pétrole (Vaseline), aux huiles (de massage, de cuisson, hydratante, etc.) et aux crèmes qui détériorent le latex.

8. Faux. La majorité des hommes sont très à l'aise avec des condoms de taille ordinaire. Le latex est une matière souple et résistante. Il suffit de gonfler un condom pour en faire la démonstration. Toutefois, certains hommes peuvent avoir l'impression d'être serrés et vont préférer les condoms plus grands qui peuvent toutefois entraîner des risques de glissement, surtout après l'éjaculation. Pour d'autres

Les obstacles à l'utilisation du condom sont nombreux et de diverses natures que ce soit physique, psychologique ou cognitive.

Repère



Photo 1. Condom galbé



Photo 2. Condom avec embout élargi



Photo 3. Condom avec embout très élargi

hommes, un condom plus petit sera plus confortable. Quoi qu'il en soit, l'anneau du condom doit être ajusté à la base du pénis pour bien tenir le condom en place.

9. Vrai. La forme originale du condom est droite. Depuis, les fabricants ont créé des condoms de différentes formes qui conviennent à un plus grand nombre d'hommes. Les condoms galbés (*photo 1*) sont resserrés à la base du gland pour procurer plus de pression à cet endroit : ils conviennent davantage aux hommes circoncis. Les embouts élargis (*photo 2*) offrent plus d'espace au niveau du gland du pénis, ajoutant ainsi au confort, particulièrement pour les hommes non circoncis. Les embouts très élargis (*photo 3*) sont encore plus grands pour ne pas serrer le gland et pour maximiser la friction sur le gland, augmentant ainsi le plaisir. De plus, l'excédent de latex crée également plus de sensations pour le partenaire. En outre, si l'embout a été mal pincé, le risque de bris par pression d'air est quelque peu diminué en raison de l'espace supplémentaire. Les hommes non circoncis doivent dégager le prépuce avant de mettre le condom.

10. Faux. Quelle que soit leur texture, qu'ils soient nervurés ou qu'ils comportent des points en relief, les deux types de condoms peuvent procurer autant de sensations. Les textures diffèrent d'une marque à l'autre et se font plus ou moins sentir. Les condoms texturés sont moins recommandés pour les premières expériences en raison de la friction supplémentaire qu'ils entraînent. Cependant, lorsque les partenaires sont plus à l'aise, ces condoms peu-

vent ajouter du « piquant » à la relation ! Aussi, il est important d'ajouter du lubrifiant à base d'eau ou de silicone lorsqu'on utilise ces condoms.

11. Vrai. Les condoms aromatisés ont été conçus pour les relations orales afin de masquer le goût du latex. Les saveurs sont variées : fraise, banane, vanille, etc. Il est préférable de ne pas les utiliser lors de relations avec pénétration, car le sucre qu'ils contiennent peut parfois causer des irritations.

12. Vrai. Lorsqu'ils sont conservés dans des conditions idéales (sans chaleur excessive, dans un contenant rigide, etc.), les condoms lubrifiés ont une durée de vie de cinq ans (trois ans pour les condoms avec spermicide ou sans lubrifiant). Il est important de toujours vérifier la date de péremption avant l'utilisation.

Quelques conseils pour choisir ses condoms

Les partenaires choisiront leurs condoms en fonction des critères suivants :

- expérience sexuelle des deux partenaires (premières relations ou partenaires expérimentés) ;
- marques connues et établies ;
- allergie ou non au latex ;
- habitude ou non d'utiliser des condoms ;
- pénis circoncis ou pas ;
- goûts et préférences des partenaires en matière de couleurs, de textures, de formes, etc. ;
- sensations recherchées ;
- activités sexuelles (relations orales ou pénétration vaginale ou anale).

Utiliser un condom n'est pas une activité solitaire, mais plutôt un travail d'équipe ! Cela nécessite la

Utiliser un condom n'est pas une activité solitaire, mais plutôt un travail d'équipe ! Cela nécessite la collaboration des deux partenaires.

Repère

Outil pour le patient

Comment négocier le port du condom

« Je ne veux pas utiliser de condom... »

Réponses possibles :

... car j'ai moins de sensations. »	• On peut utiliser un condom plus mince, avec des textures différentes ou avec un embout élargi ou galbé. • On peut ajouter quelques gouttes de lubrifiant à base d'eau ou de silicone à l'intérieur du condom.
... car avec la pilule, pas besoin de condom. »	• La pilule ne protège pas des ITS.
... car ça coupe la spontanéité. »	• Le condom fait partie des pratiques sexuelles à risque réduit. On peut l'intégrer aux préliminaires.
... car je suis propre ! »	• Ce n'est pas une question de propreté, mais de protection.
... Tu ne me fais pas confiance ? »	• Ce n'est pas une question de confiance, mais de respect.
... car je n'ai pas d'infections ! »	• La seule façon de le savoir est de passer des tests. En attendant, utilisons un condom.
... juste cette fois-ci. »	• Une fois, c'est suffisant pour transmettre une ITS ou pour avoir une grossesse non désirée.
... car ce n'est pas nécessaire pour les relations orales. »	• Plusieurs ITS se transmettent lors de relations buccogénitales. • On peut utiliser un condom de latex non lubrifié ou aromatisé.
... car je suis allergique au latex. »	• On peut utiliser un condom en matière synthétique.
... car c'est trop serré. »	• On peut ajouter du lubrifiant à l'intérieur pour plus de confort. • On peut utiliser un condom plus grand ou un condom féminin.

collaboration des deux partenaires. Que faire alors lorsqu'un des deux montre de la résistance face à l'utilisation du condom ? On négocie ! (*outil pour le patient*) 

Date de réception : 15 septembre 2005

Date d'acceptation : 4 novembre 2005

Mots-clés : condom, obstacles, négociation, choix, prévention ITS

Bibliographie

1. Lacombe E, Ryan J. *La trousse d'intervention LifeStyles : guide de l'intervenant*. 2003. Publié par la société LifeStyles.
2. Internationale de l'éducation, Organisation mondiale de la santé et Education Development Center, Inc. *Activités d'apprentissage participatif du Manuel de formation et de documentation de référence de l'IE et de l'OMS sur l'éducation à la santé et la prévention du VIH/SIDA à l'école*. Genève : OMS ; 2004.
3. American Social Health Association (ASHA). Site Internet : www.iwannaknow.org (Page consultée le 12 septembre 2005).
4. Santé Canada. Site Internet : www.hc-sc.gc.ca/iyh-vsv/prod/condom_f.html (Page consultée le 12 septembre 2005).

5. Planned Parenthood Federation of America (PPFA). Site Internet : www.teenwire.com/ask/2002/as-20021218p484-condom.php (Page consultée le 12 septembre 2005).

Summary

Questions and answers about condoms. Condoms are essential in the prevention of sexually transmitted infections (STI). Their effectiveness varies depending on the different types of STI. The main reasons condoms may fail to provide protection are irregular use, incorrect handling or conservation and the user's inexperience. The various obstacles to their utilisation range from physical to psychological to cognitive. Sometimes, abstaining from wearing a condom is viewed as an "extreme sex" activity. By answering a quiz, the reader can learn to differentiate the many types of condoms available and to identify their individual characteristics. This article also provides useful information on the different products available. Finally, we discuss negotiation tools to help increase the use of condoms.

Keywords: condoms, obstacles, negotiation, choice, STI prevention