

LES PRÉSERVATIFS

Le préservatif, ou capote, reste le moyen le plus efficace pour se protéger contre la transmission du VIH ou d'une IST lors de rapports sexuels. Normal, il est conçu pour cela. Ensuite, à chacun de trouver le modèle qui convient...

L'élasticité d'un préservatif lui permet de s'adapter à toutes les morphologies. Mais les tailles et les formes des pénis varient beaucoup d'un homme à un autre, les préservatifs sont fabriqués dans des matières, des tailles, et des formes différentes.

Plusieurs matières :

- En latex : très élastique et résistant, même avec une épaisseur très fine. Il se détériore quand il est exposé au froid, à la chaleur, et à la lumière du soleil. Il se détériore également dans le temps.
- En polyuréthane : c'est l'alternative pour les personnes allergiques au latex, mais il est moins résistant. Il faut donc en changer plus souvent pendant un rapport sexuel, et utiliser plus de lubrifiant. Avantage : il est compatible avec les gels gras.
- Hypoallergénique : fait d'un latex spécialement traité pour éliminer les composants responsables des allergies.
- Texturés : nervures, stries et autres modénatures sont censées améliorer les sensations.

Plusieurs tailles :

- La longueur : depuis 150 mm, jusqu'à plus de 200 mm. La taille standard est de 170 mm.
- La largeur : de 40 mm jusqu'à plus de 60 mm. La taille standard est de 52 mm. Comme pour la longueur, les indications de largeurs varient d'une marque à l'autre.
- L'épaisseur : le plus fin a une épaisseur de 2 microns (0,02 mm), le plus épais 8 microns !

L'épaisseur standard est autour de 5 microns.

• Attention! D'une marque à l'autre, les valeurs des tailles (L, XL, S, XS) ne sont pas toujours les mêmes. Vérifiez sur la boîte les dimensions exactes des préservatifs.

Avec ou sans réservoir ? L'avantage du réservoir est moins de recueillir le sperme, qui de toute façon n'ira pas bien loin, que de faciliter la pose et de donner un peu de jeu évitant trop de tensions sur le latex. Les modèles sans réservoir ne sont pas moins sûrs.

Lubrifié ou non ?

La plupart des préservatifs sont légèrement lubrifiés, pour des raisons de conditionnement et pour faciliter le déroulement. Mais il faut **toujours** ajouter du **gel** pour les utiliser, autrement ils risquent de se déchirer.

Les préservatifs non lubrifiés... doivent être lubrifiés avant l'usage ! Sauf pour la fellation. C'est leur avantage : ils n'ont d'autre goût que le leur. Pour ceux qui n'aiment pas le goût du latex, il y a les modèles parfumés.

Le fémidom

C'est une alternative au préservatif masculin, mais moins sûre. Conçue pour la pénétration vaginale, c'est une gaine de polyuréthane plus grande et moins élastique que le préservatif. Il est pourvu de deux anneaux souples, l'un en bordure, l'autre à l'intérieur au fond. Il ne serre pas le pénis, et est compatible avec tous les gels.

Mais pour la pénétration anale, il est moins sûr que le préservatif masculin, car il faut retirer l'anneau intérieur, ce qui fragilise la gaine, ce qui peut provoquer une rupture du préservatif durant le rapport sexuel.

LES LUBRIFIANTS

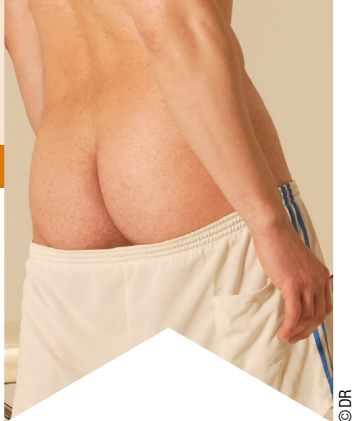
Quel que soit le degré d'excitation, la muqueuse anale n'assure pas une lubrification naturelle suffisante pour des rapports sexuels confortables et sûrs. La pénétration anale peut entraîner des lésions, qui ne sont pas sensibles ou visibles. Elles favorisent la transmission du VIH et des IST. Il est donc normal et nécessaire d'utiliser un lubrifiant pour mieux se protéger, limitant ainsi le risque de rupture de préservatif et de lésions.

Les préservatifs pré lubrifiés ne suffisent pas. Il est indispensable d'utiliser en abondance un lubrifiant avec les préservatifs. Mais attention ! Tous les lubrifiants ne conviennent pas à tous les types de préservatifs.

Les lubrifiants à base d'eau sont compatibles avec tous les préservatifs. À l'origine utilisés en médecine ou en chirurgie, ils ne contiennent aucune matière grasse et sont hypoallergéniques. Ils sont vendus dans les pharmacies, en sex-shop ou sur Internet sous l'appellation de « gel intime ». Les gels en poudre, du type J-lube, se diluent dans l'eau : ils sont compatibles avec le latex.

Les lubrifiants au silicone sont compatibles avec tous les préservatifs conçus pour l'entretien du latex, ils sont transparents et sans odeur. Mais ils sèchent vite : il faut donc en utiliser beaucoup, et en remettre plus régulièrement que les gels à base d'eau.

Les lubrifiants gras ne sont pas compatibles avec les préservatifs en latex. Ils abîment le latex et favorisent la rupture. Ils augmentent ainsi les risques de transmission du VIH et des IST, même en cas de rapports sexuels protégés.



Les lubrifiants gras permettent une lubrification très efficace et longue. Ils sont appréciés pour les pénétrations anales avec des accessoires, ou pour le fist fucking. Ce sont :

- Les graisses alimentaires, animales ou végétales, « détournés » de leur usage...
- La vaseline
- Les lubrifiants en gel ou en crème conçus pour les pénétrations anales avec accessoires (godemichés, plugs, boules...), ou pour le fist fucking. Ces produits portent maintenant l'inscription « incompatible avec les préservatifs ». Remarque : les lubrifiants gras sont compatibles avec les préservatifs en polyuréthane et les fémidoms.

Les lubrifiants « chauffants » ou « hot » sont mélangés avec des produits qui provoquent une sensation de chaleur sur la muqueuse anale. Ces produits ne changent rien quant à la compatibilité avec le latex : certains sont compatibles, d'autres pas. Il faut donc bien lire les indications sur les emballages.

Les crèmes ou lotions de beautés ou soignantes ont des capacités lubrifiantes limitées. Mais elles ne sont pas compatibles avec le latex, sèchent vite et pénètrent rapidement dans l'épiderme et les muqueuses et doivent donc être déconseillées.