

Démonstration : Comment utiliser un condom correctement?

Objectif : Les participants devront décrire comment on utilise un condom

Structure : Activité de groupe

Durée : 20 minutes

Matériel : Condoms, un pénis en plastique pour servir de modèle, document de travail intitulé « Comment utiliser un condom? », acétate intitulée « Comment se protéger avec un condom lors de relations bucco-génitales? », rétro-projecteur

Marche à suivre

Distribuez le document de travail aux participants et demandez-leur de lire les instructions. Le document peut être rempli pendant la démonstration ou tout de suite après. Suivez les directives énoncées ci-dessous pour la démonstration. Les phrases en caractères gras indiquent ce que les participants devraient dessiner ou écrire sur leur document de travail.

1. Commencez par rappeler aux participants que les condoms au latex sont indispensables à la prévention contre les MTS et le VIH. Faites-leur savoir que des condoms lubrifiés devraient être utilisés lors des rapports anaux et vaginaux et doivent être mis avant tout contact entre les parties génitales. Les condoms non lubrifiés sont utilisés en général dans le cas de relations bucco-génitales puisque ceux qui sont lubrifiés ont un goût de médicament. **Dites-leur qu'il est important de vérifier la date de péremption.** Les condoms devraient être gardés dans un endroit où ils ne seront pas endommagés par la chaleur (p. ex. : dans un tiroir, dans la poche d'un manteau, dans un portefeuille).

2. **L'emballage doit être ouvert avec précaution de façon à ne pas endommager le condom.** Les ongles ainsi que les bijoux peuvent également endommager les condoms.

3. **Déroulez légèrement le condom (environ 1,5 centimètre) et pincez le réservoir avec les doigts d'une main.** Cela permet de tenir un condom glissant plus facilement et par la même occasion de faire sortir l'air qui se trouve dans le réservoir. (L'air logé de la sorte à l'extrémité du condom peut créer une pression qui peut faire déchirer le condom.)

4. **Posez le condom sur le bout du pénis en érection (toujours en pinçant le réservoir avec l'autre main) et déroulez-le tout le long du pénis jusqu'à la base.** L'un ou l'autre des partenaires peut faire cela.

5. **Retirez le pénis du vagin immédiatement après éjaculation en prenant soin de bien tenir la base du condom.** En effet, si le pénis commence à retrouver son aspect flasque (souple), le condom peut alors glisser et le sperme peut couler.

6. Veillez à **jeter** le condom usé (de préférence dans une poubelle munie d'un sac en

plastique). Les condoms ne devraient jamais être utilisés plus d'une fois.

Informez les participants que si les condoms lubrifiés sont en général suffisants, on peut néanmoins rajouter un produit lubrifiant pour éviter les frictions éventuelles et pour augmenter la sensation de plaisir. Le produit lubrifiant peut se mettre à l'intérieur ainsi qu'à l'extérieur du condom. Les seuls produits lubrifiants qui puissent être utilisés avec un condom en toute sécurité sont les lubrifiants à base d'eau, puisque les produits à base d'huile ou de pétrole (p. ex. : Vaseline, lotion pour les mains, etc.) peuvent endommager le latex. Les lubrifiants hydrosolubles sont en général distribués en pharmacie et se situent près des médicaments pour traiter les infections aux levures.

Une fois la démonstration terminée, présentez l'acétate intitulée « Comment se protéger avec un condom lors de relations bucco-génitales ». Expliquez que la protection se place sur les organes génitaux ou sur l'anus pour prévenir la transmission de MTS pendant les relations bucco-génitales. Notez qu'il est important d'utiliser un condom non lubrifié. (Les condoms lubrifiés ont un goût de médicament et les condoms avec spermicide rendent la bouche toute engourdie.)

Note : Un condom sera efficace pour prévenir les risques de grossesse et protéger contre les MTS et le VIH seulement s'il est mis correctement. Il est donc important lors des discussions avec les jeunes sur l'usage du condom de leur montrer comment ce dernier doit être mis.

Il peut être utile d'apporter des condoms lubrifiés pour que les participants les examinent – assurez-vous simplement que tous les échantillons vous sont remis avant la fin du cours de manière à ce que les élèves ne les utilisent pas pour les remplir d'eau, etc. Vous pouvez utiliser un pénis en plastique pour modèle ou encore l'index et le majeur d'une main, bien que dans ce dernier cas le condom ne sera pas bien tendu.

(Adaptation autorisée du *Au-delà de l'essentiel : guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive*. Fédération pour le planning des naissances du Canada (2001). Ottawa. Auteur.)

Document de travail

Comment utiliser un condom?

Énoncé : À l'aide de dessins ou de descriptions écrites, expliquez dans les encadrés suivants les six étapes dont il faut tenir compte pour bien utiliser un condom.

1	2
3	4
5	6

Acétate

Comment se protéger avec un condom lors de relations bucco-génitales?

Pour les femmes

Une protection au latex est recommandée dans tout rapport oro-anal et oro-génital d'homme à femme et entre femmes.

Comment se protéger avec un condom lors de relations bucco-génitales :

Vous pouvez facilement confectionner votre propre moyen de protection à partir d'un condom. Puisque la bouche sera en contact avec le condom, utilisez-en un qui n'est pas lubrifié.

Avant de commencer, dérouler entièrement le condom, puis :

1. Coupez l'extrémité.
2. Coupez la base.
3. Coupez-le ensuite dans toute sa longueur de façon à l'ouvrir.

Vous disposez maintenant d'un carré de protection au latex.

Pour les hommes

Dans le cas de relations sexuelles oro-génitales entre hommes ou de femme à homme, il suffit simplement de couvrir le pénis en érection d'un condom non-lubrifié.

En cas de contact oro-anal, protégez-vous de la manière indiquée ci-dessus.