

**SIDA**  
**900 212222**  
Information confidentielle et gratuite



**Sanitat Respon 24 hores**  
**902 111 444**

 [www.gencat.net/salut](http://www.gencat.net/salut)

© Generalitat de Catalunya DLB-28914-2005



**Le sida**  
*et les autres infections  
transmissibles sexuellement  
peuvent être évités*



Generalitat de Catalunya  
**Departament  
de Salut**

- 1 **Qui doit utiliser un préservatif ?**
- 2 **Comment le préservatif fait-il pour nous protéger du sida et des ITS ?**
- 3 **Comment choisir ses préservatifs ?**
- 4 **Comment la qualité des préservatifs est-elle garantie ?**
- 5 **Comment s'assurer la protection maximale ?**
- 6 **Faut-il utiliser un lubrifiant avec les préservatifs ?**
- 7 **Faut-il utiliser des spermicides avec les préservatifs ?**
- 8 **Où trouve-t-on des préservatifs ?**
- 9 **Comment garder les préservatifs ?**
- 10 **Comment bien utiliser un préservatif ?**

## **Le sida et les autres infections transmissibles sexuellement peuvent être évités**

Les informations suivantes ont pour but de souligner l'importance des préservatifs contre la propagation des infections par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) et des autres infections transmissibles sexuellement (ITS), comme la gonorrhée, la chlamydie génitale, l'hépatite B, l'herpès génital et la syphilis.

Ces infections s'attrapent par le biais de rapports sexuels avec pénétration vaginale, anale ou orale. Le virus qui donne le sida (le virus de l'immunodéficience humaine ou VIH) peut aussi être contracté en partageant une aiguille lors d'injection de drogues. Par ailleurs, une femme enceinte déjà infectée peut transmettre le virus à son enfant pendant sa grossesse, au moment de l'accouchement ou en l'allaitant.

Les conséquences possible du VIH et des autres ITS sont :

- Les grossesses ectopiques, parfois mortelles pour la mère et toujours mortelles pour l'enfant
- L'infertilité et la stérilité
- Les cancers génital, anal ou autres
- La mort

## Qui doit utiliser un préservatif ?

L'abstinence sexuelle et les rapports sexuels fondés sur la confiance mutuelle, avec un seul partenaire non infecté, sont les moyens les plus sûrs d'éviter ces maladies. Par ailleurs, il y a plusieurs formes de rapports sexuels qui ne présentent pas de risque de contagion : les baisers, les étreintes, les caresses... Dans toutes les autres situations, le préservatif – correctement utilisé – est le moyen le plus sûr de réduire le risque de transmission de ces infections, sida y compris. Prévenir le sida est de la plus haute importance : en effet, c'est encore actuellement une maladie incurable.

Les spécialistes affirment que la plupart des personnes qui ont contracté le sida par le biais d'un rapport sexuel auraient pu éviter la maladie si elles avaient utilisé un préservatif correctement mis en place.

Cette brochure répond à dix questions importantes sur les préservatifs.

Toute personne ayant des rapports sexuels avec pénétration (anale, vaginale ou buccale) et ignorant si elle-même ou son partenaire est ou non infecté par le VIH ou une autre ITS. Il est également très dangereux d'avoir un rapport sexuel non protégé avec quelqu'un qui a partagé des aiguilles pour s'injecter de la drogue. Voilà pourquoi il faut toujours utiliser un préservatif, et toujours le mettre correctement en place.

Les femmes ont aussi la possibilité de se protéger grâce au préservatif féminin en polyuréthane (un matériau plus résistant que le latex et qui offre l'avantage de présenter un taux plus bas de réactions allergiques). Il est au moins aussi efficace que le préservatif masculin. Il peut être utilisé si le partenaire masculin rechigne à utiliser un préservatif masculin.

Si la situation est l'une de celles que nous décrivons ci-dessus et que votre partenaire refuse d'employer un préservatif, vous devez sans nul doute renoncer à tout rapport sexuel avec pénétration avec cette personne.



## 2 Comment le préservatif fait-il pour nous protéger du sida et des ITS ?

Il opère comme une barrière de séparation. Cette barrière empêche le virus du sida et les autres microbes responsables des infections transmissibles sexuellement de passer au partenaire sexuel par le biais du sang, du sperme et des flux vaginaux.

Le préservatif féminin a, de plus, l'avantage de couvrir une partie plus grande des organes génitaux féminins, ce qui diminue encore plus le risque d'infections.

## 3 Comment choisir ses préservatifs ?

Les indications portées sur la boîte de préservatifs doivent

- Garantir qu'ils sont en latex (pour les préservatifs masculins. Ceci dit, il y en a en polyuréthane pour les personnes allergiques au latex) ou en polyuréthane pour les préservatifs féminins. Les laboratoires ont démontré que ces deux matériaux empêchent le passage du virus du sida, de l'hépatite B, de l'herpès simple, du cytomégalovirus et de deux bactéries : la chlamydia et le gonocoque.
- Garantir qu'ils sont aux normes CE (législation de la Communauté européenne).
- Donner la date de péremption ou de fabrication.

Un préservatif a une durée de vie de 5 ans après sa fabrication. S'il est lubrifié au spermicide, il ne dure que deux ans. N'achetez et n'utilisez pas d'articles périmés.

- Garantir que les préservatifs sont dotés d'un réservoir pour le sperme, de façon à ce que l'éjaculation n'entraîne pas un débordement de sperme hors du préservatif.

Pour une bonne protection, le préservatif doit recouvrir tout le pénis. Les préservatifs que l'on trouve sur notre marché sont d'une taille semblable à ceux de la plupart des pays de la Communauté européenne. Il y en a de différentes épaisseurs (pour la pénétration anale) et il y en a des parfumés (pour la pénétration bucco-génitale)

N'utilisez jamais un préservatif abîmé (qui colle aux doigts, par exemple) ou périmé.



## 4 Comment la qualité des préservatifs est-elle garantie ?

En Catalogne, les préservatifs doivent satisfaire aux normes de la CE. Ces normes, adoptées par le ministère de la santé et de la consommation, sont obligatoires pour les produits sanitaires depuis juin 1998.

Elles établissent des procédures de test et des spécifications – ou valeurs minimum de qualité – assurant que les préservatifs satisfont aux exigences.

## 5 Comment s'assurer la protection maximale ?

La qualité du préservatif n'est pas son seul garant de protection : la façon de le garder, de le manipuler et de l'utiliser compte aussi et pour beaucoup.

Il faut utiliser un préservatif neuf pour chaque pénétration.

Les préservatifs doivent être gardés dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière solaire directe.

Il faut faire attention à ne pas déchirer le préservatif en ouvrant l'emballage, et ne pas le déchirer non plus avec les ongles ou des bagues en le manipulant.

Si le préservatif est collant aux doigts, c'est qu'il est en mauvais état. Dans le cas du préservatif masculin, il faut vérifier que, une fois mis en place, sa pointe ne présente aucun défaut visible (déchirures ou trous). Il ne faut pas le dérouler avant pour vérifier que ces défauts n'existent pas car cela risquerait de l'abîmer. N'utilisez jamais un préservatif détérioré ou périmé.

N'utilisez jamais non plus en même temps un préservatif féminin et un masculin : le frottement risquerait de les abîmer.

La consommation de drogue ou d'alcool risque de nuire à la précision des gestes et, donc, à l'utilisation correcte du préservatif.



## 6 Faut-il utiliser un lubrifiant avec les préservatifs ?

Les lubrifiants sont des produits qui rendent le préservatif plus glissant. Ils aident à prévenir toute rupture due au frottement qui se produit lors de la pénétration.

Quelques préservatifs en latex sont déjà lubrifiés à l'aide d'une petite quantité d'huile de silicone qui ne nuit en rien à la qualité du latex.

Si vous achetez un préservatif non lubrifié, utilisez de préférence un lubrifiant soluble dans l'eau, comme la glycérine. Ces produits sont vendus en pharmacie.

N'utilisez jamais de lubrifiant gras contenant de l'huile de parafine, de lanoline ou de vaseline (huiles pour bébés, lotions, crèmes hydratantes). En effet, diverses études effectuées en laboratoire révèlent que ces produits rendent le latex plus fragile, ce qui augmente les risques de rupture.

Une bonne lubrification est particulièrement importante dans les pénétrations anales car le risque de rupture du préservatif est plus élevé dans ce type de rapport. Utilisez des crèmes solubles dans l'eau (comme la glycérine).

Si vous n'êtes pas sûr du préservatif ou du lubrifiant qui vous convient le mieux, n'hésitez pas à vous renseigner auprès d'un pharmacien.

## 7 Faut-il utiliser des spermicides avec les préservatifs ?

Les spermicides, qui se présentent sous forme d'ovules vaginaux, de crèmes et de gelées, ou qui sont incorporés au préservatif, sont des produits chimiques apportant encore plus de protection face à la grossesse non désirée. Ils servent en même temps de lubrifiant.

Cependant, l'efficacité des spermicides n'a été démontrée qu'en laboratoire. Leur efficacité par rapport au VIH n'a pas encore été prouvée. Ils ne devront donc jamais remplacer les préservatifs.

Attention ! Chez certaines personnes, ils peuvent entraîner des irritations et des lésions vaginales, génitales et rectales et, par conséquent, augmenter le risque de transmission ou d'acquisition d'une ITS.

Les préservatifs contenant du spermicide ont une durée de vie plus courte. N'achetez pas et n'utilisez pas de produits périmés.



## 8 Où trouve-t-on des préservatifs ?

Dans notre pays, les préservatifs sont en vente dans les pharmacies, dans certains supermarchés et stations services, dans les sex shops et dans des distributeurs automatiques placés dans des bars, des cinémas, des boîtes de nuit et autres endroits de rendez-vous des jeunes.

En Catalogne, on peut obtenir gratuitement des préservatifs dans les services spécialisés dans la santé sexuelle et reproductive, dans certains dispensaires, dans les centres de soin et de suivi des toxicomanies, dans les points info jeunes et dans les associations d'assistance dans le domaine du sida.

Ils sont aussi en vente, à prix réduit, dans des distributeurs automatiques – installés dans des espaces municipaux, dans les établissements universitaires et dans les transports publics (gares, stations de métro) – qui reprennent le slogan « *I tu, ja el portes?* » (Et toi, tu en portes ? »).

La vente ambulante de préservatifs est interdite. Quoi qu'il en soit, où que vous les achetez, vérifiez toujours qu'ils ne soient pas périmés et qu'ils soient marqués au label CE.

## 9 Comment garder les préservatifs ?

Ils sont à garder impérativement dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière solaire directe.

Il ne faut jamais les garder plusieurs heures dans la poche d'un pantalon ou dans le vide-poche d'une voiture. La chaleur risque très vite de les détériorer et ils se déchireront facilement au moment de leur utilisation.





# 10 Comment bien utiliser un préservatif ?

Le préservatif doit être mis en place avant toute relation vaginale, anale ou orale. Les instructions suivantes doivent être suivies :

Préservatif masculin :

- Il doit être mis sur le pénis en érection et bien le recouvrir, tout en laissant libre un « réservoir » au bout, de façon à éviter tout débordement de sperme au moment de l'éjaculation.
- Il doit être retiré avant la fin de l'érection. Il faut pour cela le tenir à sa base. Il sera jeté à la poubelle, jamais dans les waters.

Préservatif féminin :

- Insérer l'anneau intérieur dans le vagin en le poussant le plus loin possible.
- Pour cela, mettre un doigt dans le préservatif jusqu'à toucher l'anneau intérieur et le faire reculer vers le fond du vagin.
- Pour le retirer, il faut d'abord tourner l'anneau extérieur pour empêcher le sperme de couler. Puis tirer doucement pour l'enlever. Le préservatif sera jeté à la poubelle.

## Le sida et les infections transmissibles sexuellement peuvent être évités

Informez vous afin de vous protéger et de protéger les autres. En utilisant correctement les préservatifs, vous réduisez considérablement les risques de transmission du VIH et d'autres infections transmissibles sexuellement.

Pour plus d'information ou en cas de doute à propos d'une situation que vous avez traversée, consultez votre médecin généraliste ou tout médecin des centres spécialisés dans les infections transmissibles sexuellement. Vous pouvez également appeler le numéro gratuit du Programme pour la Prévention et l'Assistance Sida, du département catalan de la Santé, où des professionnels qualifiés vous informeront en toute confidentialité.

**Composez ce numéro :**  
900 21 22 22

