

## Come usare bene il profilattico

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 18 anni, il mio nuovo ragazzo 20. Non so se siamo più imbranati o sfortunati. Fatto sta che in due mesi il profilattico si è rotto tre volte e ho dovuto prendere tre volte la pillola del giorno dopo! Che cosa bisogna fare per usarlo bene senza che si rompa? Grazie mille!”.

Emma G. (Vicenza)

Cara Emma, ti rispondo volentieri perché il problema di un uso errato del profilattico è molto diffuso tra i giovani (e non solo!). Ecco le attenzioni da usare per minimizzare il rischio di rottura o comunque di fallimento del metodo, secondo le linee guida internazionali scritte in particolare proprio per i giovani.

Prima del rapporto: è giusto parlarne con il partner e averne a disposizione più di uno: utili in caso di rottura o di rapporti successivi o diversi (vaginali e anali, per esempio). Controllate sempre la data di scadenza e non usate condom scaduti. Se acquistati in precedenza, teneteli in luoghi freschi e asciutti.

Al momento del rapporto: quando si apre la confezione, attenzione alle unghie o oggetti affilati che possono danneggiare il profilattico. Controllate che non sia danneggiato prima di usarlo. Attenzione: va inserito prima di qualsiasi contatto tra il pene e la bocca, la vagina o l'ano: le malattie sessualmente trasmesse possono essere contratte in ognuno di questi tipo di rapporto! Se l'uomo non è circonciso, tirare indietro il prepuzio prima di inserirlo. Non srotolarlo prima di inserirlo e lasciare un piccolo spazio sulla sommità. Attenzione ai lubrificanti: scegliete solo quelli a base acquosa per i condom di lattice, perché quelli a base oleosa possono danneggiarli; per i condom in poliuretano va bene qualsiasi lubrificante. Attenzione ai piercing genitali o sulla bocca, che possono danneggiare il condom.

Dopo il rapporto o dopo l'eiaculazione: tenere con le dita la base del condom durante l'estrazione dalla vagina per essere sicuri che non scivoli via e/o perda sperma. Controllate che non si sia danneggiato. Mentre il tuo ragazzo impara a usarlo con più destrezza, cara Emma, vai dal ginecologo e chiedi una pillola, oppure un cerotto o un anello contraccettivo: la doppia protezione è la scelta vincente per far l'amore in sicurezza!

---

Prevenire e curare – Se il profilattico si rompe o si sfilava durante un rapporto

In tal caso:

- fermarsi e metterne su uno nuovo prima di continuare il rapporto;
- anche se l'eiaculazione non si è verificata, ci potrebbe essere stato il passaggio di seme o di germi patogeni; quindi:
- lavare pene, vulva, ano e area genitale con acqua e sapone per ridurre il rischio di contrarre una malattia sessualmente trasmessa;
- inserire al più presto in vagina con l'applicatore una crema spermicida e prendere una pillola per

- la contraccezione d'emergenza (da tenere a disposizione per queste situazioni);
- non fare lavande vaginali;
  - consultare il medico se si è preoccupate per possibili malattie o rischio di gravidanza.
- 
-