

Vérifiez vos connaissances

MODULE 1

L'activité qui suit vous permettra de répondre à plusieurs questions que vous pourriez vous poser au sujet de la sexualité pendant la grossesse.

Cliquez sur le bouton d'option correspondant à la bonne réponse et validez en cliquant sur le bouton « Vérifier ».

1. Pendant la grossesse, les rapports sexuels avec pénétration

- a) peuvent provoquer une fausse-couche pendant les premiers mois.
- b) peuvent provoquer un accouchement prématuré pendant les derniers mois.
- c) peuvent se poursuivre sans risque.
- d) peut faire mal au bébé.

2. Pendant les trois premiers mois de la grossesse, le désir sexuel de la femme

- a) ne change pas.
- b) est beaucoup plus grand.
- c) est complètement absent.
- d) est souvent moins grand.

3. Pendant la grossesse, le désir sexuel de l'homme

- a) ne change pas.
- b) est beaucoup plus grand.
- c) est complètement absent.
- d) est variable d'un homme à l'autre.

4. Si vous n'avez pas envie de faire l'amour pendant la grossesse, la meilleure chose à faire est de

- a) faire comprendre à votre partenaire qu'il doit vous laisser tranquille jusqu'à l'accouchement.
- b) trouver, avec votre partenaire, d'autres façons pour partager une intimité physique.
- c) poursuivre les relations quand même, pour ne pas déplaire à votre partenaire.
- d) en parler à votre médecin.

5. Pour la femme enceinte, la meilleure période pour apprécier les rapports sexuels est habituellement

- a) pendant les trois premiers mois (premier trimestre).
- b) entre le 4^e et le 6^e mois (deuxième trimestre).
- c) pendant les trois derniers mois (dernier trimestre).
- d) tout au long de la grossesse.

6. Vers la fin de la grossesse, quand le ventre devient trop gros, la meilleure chose à faire est de

- a) cesser les rapports sexuels avec pénétration.
- b) poursuivre les rapports sexuels, même s'ils sont inconfortables.
- c) en profiter pour être créatifs dans votre façon de faire l'amour.
- d) trouver une position confortable pour la femme.

Les réponses sont :

1. c) Peuvent se poursuivre sans risque. Il n'existe aucune preuve scientifique que les rapports sexuels au début de la grossesse pourraient provoquer une fausse-couche et que, pendant les derniers mois, ils pourraient déclencher un accouchement prématuré. Aussi, les rapports sexuels ne peuvent pas faire de mal au bébé, car il est bien protégé dans son sac de liquide amniotique à l'intérieur de l'utérus de sa mère.

2. d) Est souvent moins grand. Au cours des trois premiers mois de grossesse, les femmes qui sont aux prises avec des nausées et une plus grande fatigue pourraient voir leur désir sexuel diminuer considérablement! Les seins sont souvent très sensibles, ce qui peut provoquer des sensations désagréables ou même douloureuses pendant les rapports sexuels. Ne vous inquiétez pas, cela devrait disparaître au cours des prochains mois.

3. d) Est variable d'un homme à l'autre. Le désir sexuel chez les hommes varie beaucoup. Certains gardent un désir très vif pour leur compagne, d'autres prennent leurs distances. Certains ne supportent pas l'idée d'avoir des relations sexuelles avec une femme en train de devenir mère. Beaucoup d'hommes considèrent que les seins et le ventre rond d'une femme enceinte sont plutôt excitants et sexy. D'autres pensent le contraire. L'important, c'est d'en parler pour essayer de comprendre ses sentiments.

4. b) Trouver, avec votre partenaire, d'autres façons pour partager une intimité physique. Le sexe et la sexualité sont deux choses bien différentes. Même si vous n'avez pas envie de faire l'amour ou si vous en avez moins envie pendant la grossesse, vous pouvez avoir un plus grand besoin d'autres formes d'intimité, comme des caresses, des baisers et des étreintes. N'hésitez pas à en profiter avec votre partenaire.

5. b) Entre le 4e et le 6e mois (deuxième trimestre). Le deuxième trimestre est généralement la période la plus agréable de la grossesse. La femme sent le bébé bouger et le ventre n'est pas encore trop gros. Pour certaines femmes, il y a même une augmentation du désir sexuel et du plaisir. Même si l'orgasme provoque des contractions de l'utérus, elles sont sans conséquences si la grossesse se déroule normalement. Profitez-en!

6. c) En profiter pour être créatifs dans votre façon de faire l'amour. À mesure que votre taille et vos formes changeront, certaines des positions préférées pour faire l'amour peuvent être difficiles, sinon impossibles! Cela pourrait vous donner, à tous les deux, l'occasion d'être créatifs. Vous pouvez essayer de nouvelles positions, une stimulation manuelle, le sexe oral, mais avec la précaution suivante : il ne faut jamais insuffler de l'air dans le vagin durant la grossesse parce que cela pourrait entraîner des complications. Et si l'envie n'y est pas pour l'un ou l'autre des partenaires, essayez d'autres formes d'intimité. Les massages, les caresses et les baisers en sont quelques exemples.