

## Le vélo nuit à la santé sexuelle des femmes



La bicyclette réduirait la sensibilité des femmes, en particulier lorsque la selle est plus haute que le guidon.

on savait déjà que la pratique régulière du vélo pouvait limiter les performances sexuelles des hommes. **Mais il semble que le vélo ne soit pas sans risques pour la libido féminine. Ce sport pourrait même réduire considérablement leur sensibilité.**

Une récente étude publiée par le Journal of Sexual Medicine (intitulée *TheBar sinister : Does handlebar level damage the pelvic floor in female cyclists ?*) a été menée à l'université de Yale aux USA par une douzaine de chercheurs et médecins spécialisés en obstétrique, uro-gynécologie et chirurgie réparatrice de la région pelvienne. Ils ont comparé scientifiquement **les sensations génitales de 48 pratiquantes régulières du vélo, avec celles de 22 joggeuses.**

Les cobayes ont utilisé leurs propres bicyclettes, qui ont été installées sur un banc d'essai. L'équipe a interrogé un échantillon de femmes ayant déclaré parcourir régulièrement à vélo 10 miles par semaine, qu'il pleuve ou qu'il vente.

**Les chercheurs ont constaté chez les cyclistes "une corrélation entre des pressions accrues sur le périnée et une réduction des sensations de la partie antérieure gauche du vagin", voire même un engourdissement des lèvres, lorsque le guidon du vélo était situé plus bas que la selle.** Le problème est accentué lorsque les cyclistes prennent une position aérodynamique de course, penchée vers l'avant avec le dos plat.

Heureusement, il existe une solution : opter pour des selles orthopédiques dites « sans nez » - c'est-à-dire sans pointe à l'avant - qui éliminent toute pression sur le périnée !