



knowmystatus.org

Para más información, visite

Cómo usar un condón (preservativo)



Si se usa correctamente, el condón puede ayudar a prevenir el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual, incluido el VIH, el virus que causa el SIDA.

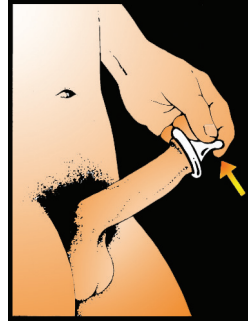
Ayude a prevenir las enfermedades: use condón durante el sexo vaginal, anal u oral.

Todos los condones de látex que se venden en los EE. UU. cumplen con las mismas normas de resistencia y calidad. Los condones hechos de materiales "naturales" como piel de cordero no protegen contra las enfermedades.

Si es alérgico al látex, puede usar condones de poliisopreno o poliuretano. Ambos le protegen contra las enfermedades de transmisión sexual. Lo puede comprar en la mayoría de los lugares donde se venden condones.

No guarde los condones en su cartera, en la guantera de su auto o cerca de fuentes de calor.

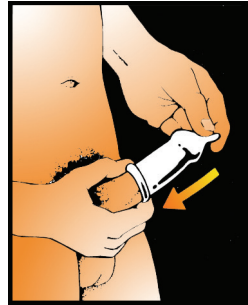
Uso del condón



Póngase el condón antes de que su pene tenga cualquier contacto con su pareja.

Una vez que el pene esté duro, apriete la punta del condón con los dedos para sacar el aire. Eso dejará espacio para el semen una vez que usted se venga (eyacule).

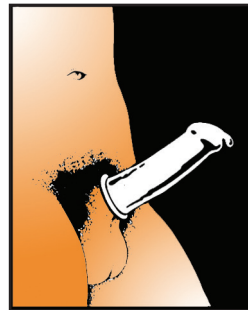
Desenrolle el condón hasta la base del pene



Ponga el condón en la punta del pene y desenróllelo hacia abajo.

Si al empezar a desenrollarlo, descubre que el condón está al revés, tire ese condón y comience otra vez con un condón nuevo.

Retire el pene mientras aún esté duro



Después de venirse (eyacular), sostenga el condón por la base del pene.

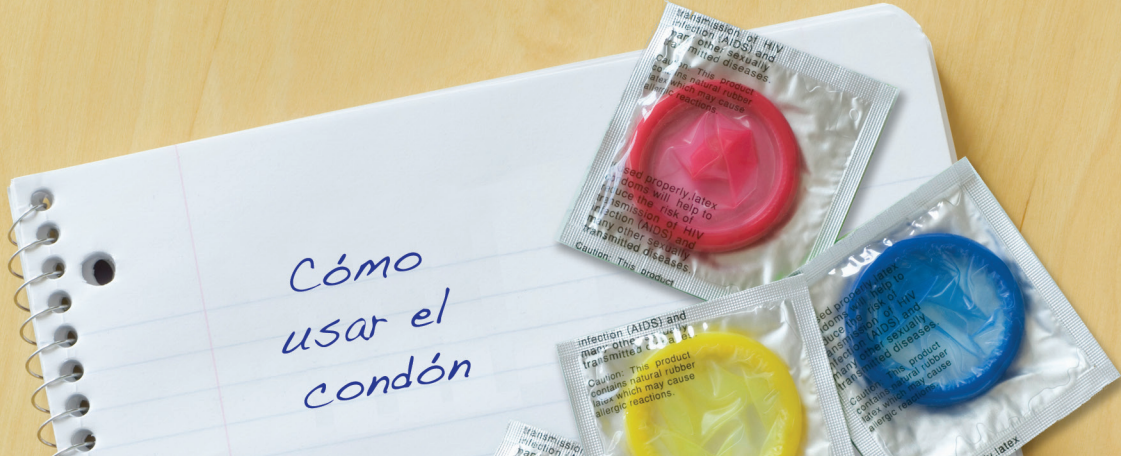
Continúe sosteniendo la punta.

Use un condón nuevo cada vez que tenga sexo



Tire los condones usados en la basura (no en el inodoro).

Nunca use un condón más de una vez.



Cómo usar y guardar los condones

- Guarde los condones en un lugar fresco y seco lejos del calor y de la luz del sol directa.
- No los use después de la fecha de vencimiento.
- No use los dientes, las uñas ni otros objetos filosos al abrir el paquete.
- Maneje el condón con cuidado una vez que esté fuera del paquete.

Consejos sobre los condones y las parejas

- Piense de antemano en lo que usted quiere decir y cómo empezará la conversación.
- Hable sobre el uso del condón con su pareja antes de quitarse la ropa. Una vez que la gente se desnuda, los sentimientos de vulnerabilidad pueden hacer que le sea más difícil hablar de los condones.
- Vaya a comprar los condones con su pareja. Pruebe distintas marcas y estilos.
- Si le parece que usar un condón interrumpe el jugueteo sexual, haga que el condón forme parte de éste.
- Haga que su pareja lo estimule manualmente mientras usted se pone el condón.
- Haga que su pareja le ponga el condón a usted.

Usar condones es como aprender a usar el cinturón de seguridad todo el tiempo: requiere práctica para convertirlo en hábito.

Use lubricante

- Agregue una o dos gotas de lubricante a base de agua como K-Y® o Astroglide® al exterior del condón. Vuelva a aplicarlo de ser necesario ya que la fricción puede hacer que el condón se seque.
- Pruebe distintos tipos de lubricante hasta que encuentre el que le guste.
- Siempre use lubricantes a base de agua con los condones de látex.
- Puede aumentar las sensaciones placenteras al aplicar una gota de lubricante dentro del condón antes de ponérselo.
- Experimente con distintos lubricantes. Asegúrese de usar solo lubricantes a base de agua con los condones de látex.
- Nunca use Vaselina®, loción de manos ni lubricante a base de aceite. El aceite puede romper los condones de látex.
- Es seguro usar los lubricantes como K-Y® o ForPlay® con los condones de látex.



Si no le gusta el primer estilo de condón que use, pruebe otra marca o estilo.

Las distintas marcas y estilos dan sensaciones distintas.