

## PRESERVATIVO FEMENINO



El preservativo femenino consiste en una funda transparente de poliuretano o nitrilo, con dos anillos flexibles en ambos extremos, uno en el interior que permite la colocación dentro de la vagina y otro de un diámetro más grande que permanece en el exterior de la vagina cubriendo los genitales externos de la mujer (vulva).

Usado adecuadamente ofrece seguridad y protección frente a los embarazos no deseados, la infección por VIH/sida y otras Infecciones de Transmisión Sexual. Tiene una eficacia del 79 a 95%.

Para alcanzar la máxima protección es importante seguir estrictamente las instrucciones de uso.

### **Normas de uso:**

- Puedes ponerlo hasta 8 horas antes de la relación.
- La colocación puede realizarse independientemente de la erección del pene y puede retirarse cuando el pene esté flácido.
- Se puede utilizar con cualquier tipo de lubricante, ya que está hecho de poliuretano o nitrilo y no de látex, por lo que es una buena alternativa en las alergias al látex.
- El preservativo es de un sólo uso y en ningún caso debes utilizarlo junto con el masculino ya que la fricción puede provocar la ruptura de cualquiera de los dos.
- Guarda siempre el preservativo en un lugar fresco y seco, apartado de la luz solar y del calor.
- No lo saques de su envase individual hasta el momento de su utilización.

### **¿Cómo ponerlo?**

1. Comprueba la fecha de caducidad y abre el sobre por donde indica la flecha, tirando hacia abajo con cuidado. No utilices tijeras u otros elementos cortantes. Extrae el preservativo y extiende bien el lubricante.
2. Sujeta el preservativo por el extremo cerrado. Aprieta el aro por el centro uniendo ambos lados o retuércelo formando un 8.
3. Busca la posición más cómoda. Puede ser sentada, acostada, de pie o con un pie sobre una silla. Localiza la entrada de la vagina, separa los labios de la vulva e introduce el aro todo lo dentro que puedas.
4. Introduce un dedo dentro del preservativo y empuja hacia el fondo de la vagina para asegurarte de que queda bien colocado.
5. Unos 2 cms del preservativo, incluido el aro externo, quedarán fuera protegiendo los genitales externos.
6. Guía el pene hacia la vagina sujetando el aro. A veces, éste lo empuja hacia un lado introduciéndose entre el preservativo y la pared vaginal. Si ocurre esto, para, vuelve ajustar el aro y guía de nuevo el pene hacia la vagina.
7. Para extraer el preservativo, cógelo por el aro externo, cuando aún estés acostada, retuércelo para sellar los fluidos en su interior y tira despacito. Envuélvelo en papel o en su sobre y tíralo a la basura. No lo tires al inodoro.

Si no lo has utilizado correctamente, solicita anticoncepción de urgencia en cualquier Centro de Salud, Puntos de Atención Continuada o Centros de Orientación Familiar.