

## PRESERVATIVO FEMININO



O preservativo feminino consiste nunha funda transparente de poliuretano ou nitrilo, con dous aneis flexibles en ambos os extremos, un no interior que permite a colocación dentro da vaxina e outro dun diámetro máis grande que permanece no exterior da vaxina cubrindo os xenitais externos da muller (vulva).

A súa textura é similar ao preservativo masculino e ofrece igual seguridade e protección fronte aos embarazos non desexados, a infección polo VIH/sida e outras Infeccións de Transmisión Sexual.

Ten una eficacia do 79-95%.

Para acadar a máxima protección é importante seguir estritamente as instrucións de uso.

### Normas de uso:

- Podes poñelo ata 8 horas antes da relación.
- A súa colocación pode realizarse independentemente da erección do pene e pode retirarse cando o pene estea flácido.
- Pódese utilizar con calquera tipo de lubrificante, xa que está feito de poliuretano ou nitrilo e non de látex, polo que é unha boa alternativa nas alerxias ao látex.
- O preservativo é dun só uso e en ningún caso debes utilizalo xunto co masculino, xa que a fricción pode provocar a rotura de calquera dos dous.
- Garda sempre os preservativos nun lugar fresco e seco, apartados da luz solar e da calor.
- Non os saques do seu envase individual ata o momento da súa utilización.

### ¿Como poñelo?

1. Comproba a data de caducidade e abre o sobre por onde indica a frecha, tirando cara a abaixo con coidado. Non empregues tesoiras ou outros elementos cortantes. Extrae o preservativo e estende ben a lubricación.
2. Suxeita o preservativo polo extremo cerrado. Aperta o aro polo centro unindo ambos os lados ou retórceolo formando un 8.
3. Busca a posición máis cómoda. Pode ser sentada, deitada, de pé ou cun pé sobre unha cadeira. Localiza a entrada da vaxina, separa os labios da vulva e introduce o aro todo o dentro que poidas.
4. introduce un dedo dentro do preservativo e empurra cara ao fondo da vaxina para asegurarte de que queda ben colocado.
5. Uns 2 cms do preservativo, incluído o aro externo, quedarán fora protexendo os xenitais externos.
6. Guía o pene cara á vaxina suxeitando o aro. Ás veces este empúrrao cara a un lado introducíndose entre o preservativo e a parede vaginal. Se isto ocorre, para, volve axustar o aro e guía de novo o pene cara á vaxina.
7. Para extraer o preservativo, cólleo polo aro externo, cando aínda esteas deitada, retórceolo para selar os fluídos no seu interior e tira amodiño. Envólveo en papel ou no seu sobre e tírao ao lixo. Non o tires ao inodoro.

Se non o utilizaches correctamente solicita anticoncepción de urxencia en calquera centro de saúde, puntos de atención continuada e centros de orientación familiar.