



Nafarroako Gobernua  
Gobierno de Navarra

# Cómo utilizar el preservativo femenino o de uso externo

Guarda los condones en un lugar seco, a temperatura ambiente (temperaturas muy bajas o muy altas pueden dañarlos), sin luz solar directa. No los guardes en el bolsillo,

el coche, moto o la cartera durante mucho tiempo (más de 1 mes), ya que la humedad y el calor excesivo pueden dañarlos.

## 1 Caducidad



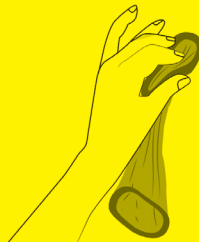
Es muy importante que antes de usar el preservativo confirmes que este se encuentra en buen estado y no está caducado.

## 2 Al abrirlo



Ábrelo con cuidado (no utilices los dientes, ni tijeras).

## 3 Sujeción



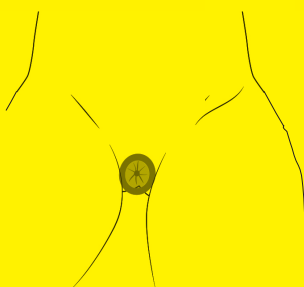
Aprieta los lados del aro interno en el extremo cerrado del condón y desfízalo dentro de la vagina.

## 4 Colocación



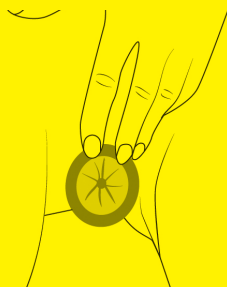
Empuja el aro interno dentro de la vagina lo más que puedas, hasta el cuello del útero. Asegúrate de que no esté retorcido.

## 5 Seguimos



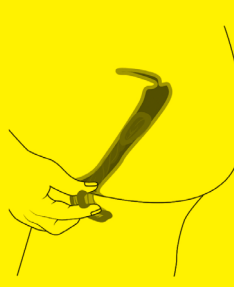
Retira el dedo y deja que el aro externo sobresalga de la vagina.

## 6 Antes de



Asegúrate de que el condón esté colocado correctamente en la vagina evitando que haya contacto genital de piel a piel.

## 7 Extracción



No es necesario retirarlo inmediatamente después de la eyaculación. Para retirarlo, gira el anillo que queda afuera y retíralo suavemente con cuidado de que no se derrame el semen.

## 8 Eliminación



Una vez retirado el preservativo se tira a la papelera. Nunca al baño.

## Ten en cuenta que

**1. Pueden colocarse hasta 8 horas antes** de la relación sexual de penetración.

**2. Los preservativos femeninos o de uso interno vienen ya lubricados**, aunque se puede añadir lubricante extra en el interior del preservativo. Estos preservativos son de nitrilo por lo que pueden usarse lubricantes de base acuosa o aceitosa. Al ser de nitrilo, son aún más resistentes que los preservativos masculinos de látex.

**3. No se puede usar junto con el condón masculino**, porque la fricción entre el poliuretano y el látex pueden provocar que alguno de los dos se rompa.

**4. Utiliza uno nuevo** cada vez que tengas prácticas sexuales coitales.

**5. Con la práctica, tu confianza en el uso de preservativos mejorará.**