



Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

Cómo utilizar el preservativo femenino o de uso interno

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,

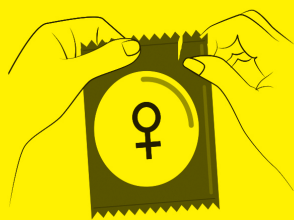
el coche, moto o la cartera durante mucho tiempo (más de 1 mes), ya que la humedad y el calor excesivo pueden dañarlos.

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



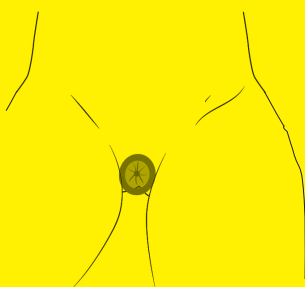
Aprieta los lados del aro interno en el extremo cerrado del condón y desfízalo dentro de la vagina.

4 Colocación



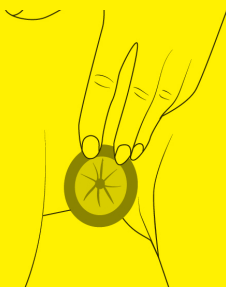
Empuja el aro interno dentro de la vagina lo más que puedas, hasta el cuello del útero. Asegúrate de que no esté retorcido.

5 Seguimos



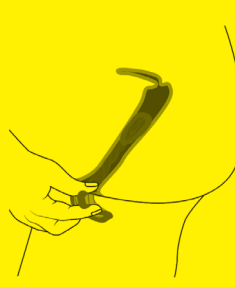
Retira el dedo y deja que el aro externo sobresalga de la vagina.

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 eyacuación. 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.



Nafarroako
Gobernua  Gobierno
de Navarra

Nola erabili behar da preserbatibo femeninoa, hau da, barruan jartzekoa

Gorde kondoiak toki lehorrean, giro-temperaturan (tenperatura oso baxuek edo oso altuek kalte egiten ahal diete), eguzkiaren argiak zuzenean jotzen ez duela. Ez gorde

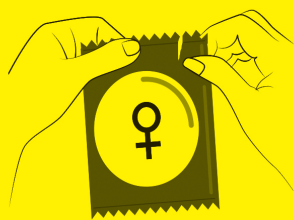
poltsikoan, kotxean, motoan edo diru-zorroan denbora luzez (hilabete baino gehiago), hezetasunak eta gehiegizko beroak kalte egiten ahal dietelako.

1 Iraungitze



Oso garrantzitsua da preserbatiboa erabili aurretik egiaztatzea egoera onean dagoela eta ez iraungita.

2 Irekitzean



Ireki ezazu kontuz (ez erabili hortzak edo guraizeak).

3 Subjektua



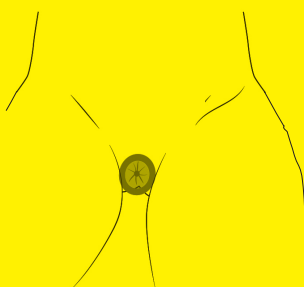
Estutu itzazu barruko uztaiairen aldeak kondoiaren mutur itxian eta sartu baginan barrena.

4 Laneratze



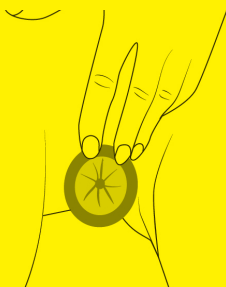
Bultza egin barruko uztaiairi, baginaren barruan ahalik eta gehien sar dadin umetokiaren lepora iritsi arte. Egiaztatu ez dagoela bihurrituta.

5 Kanpoan



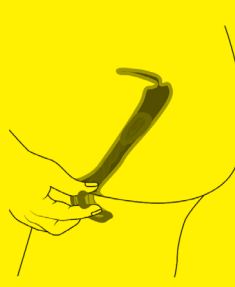
Atera behatza eta utzi kanpoko uztaia baginaz kanpo.

6 Aurretik



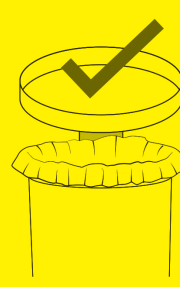
Egiaztatu kondoa behar bezala dagoela jarrita baginan, larruazalak larruazala ukitzen duen kontaktu genitala egon aurretik.

7 Erauzketa



Ez da beharrezkoa segituan kentzea eiakulazioaren ondoren. Kentzeko, biratu kanpoan geratu den uztaia eta atera arretea handiz hazia isur ez dadin.

8 Ezabatzea



Preserbatiboa kendu ondoan, paperontzira botatzen da hura. Inoiz ez komunera.

Honako hau izan kontuan

1. Koitodun harreman sexuala izan baino **8 ordu lehenago ere jartzen ahal dira.**

2. Preserbatibo femeninoak edo barruan jartzekoak lubrifikatuta daude, baina lubrifikatzaile gehiago jar daiteke preserbatiboaren barruan. Preserbatibo hauek nitrilozkoak dira eta, beraz, ur- edo olio-oinarria duten lubrifikatzaileak erabiltzen ahal dira. Nitrilozkoak izanik, latexezko preserbatibo maskulinoek baino erresistentzia handiagoa dute.

3. Ezin da erabili kondoi maskulinoarekin batera; izan ere, poliu-retanoaren eta latexaren arteko igurzketaren ondorioz, bietako bat apurtu daiteke.

4. Erabili preserbatibo berria koitoxko jardun sexualak dituzun bakoitzean.

5. Praktikarekin, konfiantza handiago izanen duzu preserbatiboak erabiltzerakoan.