

Cómo usar un condón correctamente y cada vez que tenga relaciones sexuales Condón Externo (Masculino)

Protéjase y proteja a su(s) pareja(s) así:

Usar un condón correctamente cada vez que tenga relaciones sexuales:

- Reduce el riesgo de contraer la mayoría de las ETS (enfermedades de transmisión sexual), incluso el VIH.
- Reduce el riesgo del embarazo.



Cómo ponerse un condón correctamente:

1. Cómo ponerse un condón correctamente:
2. Verifique la fecha de vencimiento.
3. Asegúrese de que el paquete esté inflado (que tenga una bolsa de aire) y luego abra con cuidado el paquete. No use sus dientes ni tijeras.
4. Asegúrese de que el anillo del condón esté afuera. Debe rodar hacia abajo fácilmente.
5. Póngase el condón tan pronto como el pene esté erecto.
6. Pellizque la punta del condón para mantener el aire afuera y deje espacio para que se deposite el semen. Si no está circuncidado, tire hacia atrás el prepucio.
7. Sigue sosteniendo la punta y rueda hacia la base del pene.
8. Después del sexo, sostenga la base del condón mientras saca el pene para que el condón no se deslice.
9. Retire el condón y tírelo en el basurero.



Qué hacer y no hacer con el uso del condón

HACER:

- ✓ Use un condón de látex, poliuretano o poliestireno. Vienen en diferentes tamaños, formas, grosores y texturas.
- ✓ Use lubricantes con base de agua o de silicona o un condón prelubricado para ayudar a prevenir la rotura.
- ✓ Guarde los condones en un lugar fresco y seco, lejos de la luz solar.

NO HACER:

- ✗ No use un condón después de la fecha de vencimiento indicada en el paquete.
- ✗ No use dos condones a la vez.
- ✗ No re-utilice los condones.
- ✗ Nunca use lubricante a base de aceite (como loción, vaselina, aceite mineral, etc.). El aceite puede hacer que el condón sea más propenso a romperse.

Datos Breves

- Hable con su(s) pareja(s) sobre la importancia de usar condones.
- Use un condón de látex, poliuretano o poliestireno cada vez que tenga relaciones sexuales (vaginal, oral y anal).
- Cualquier persona de cualquier edad puede comprar condones sin receta.
- Los condones reducen el riesgo de las ETS, el VIH y el embarazo.

Para más información:

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles

<http://publichealth.lacounty.gov/dhsp/Condoms.htm>

BEDSIDER

https://www.bedsider.org/methods/condom#how_to

Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)

<https://www.cdc.gov/condomeffectiveness/spanish/male-condom-use.html>