

Preservativos y lubricantes

Los preservativos o condones son barreras físicas que se utilizan durante las relaciones sexuales (por vía anal, vaginal u oral) para prevenir el riesgo de que se transmitan diversas infecciones de transmisión sexual (ITS) y evitar el embarazo.

Usado de forma correcta, el preservativo proporciona protección principalmente frente a las ITS que se transmiten a través de los fluidos genitales, tales como la gonorrea, la clamidia, el VIH y las hepatitis virales. Sin embargo, su eficacia es menor para aquellas infecciones que se transmiten por contacto directo de piel con piel, como el herpes genital y la sífilis.

Los condones deben recibir la homologación del Ministerio de Sanidad y Consumo y llevar la indicación CE, es decir Comunidad Europea, y mostrar la fecha de caducidad. Estas indicaciones prueban que la marca del condón es de buena calidad.

Tipos de preservativos

Los condones se presentan en una amplia gama de formas, tamaños, grosores, sabores, texturas y colores. Aunque el tamaño estándar es adecuado para la mayoría de hombres, existe la posibilidad de obtener condones más pequeños y más grandes. Algunos condones están pensados únicamente para potenciar el placer sexual y, por consiguiente, no funcionarán como una barrera protectora eficaz.

Según el material con el que estén fabricados, podemos encontrar:

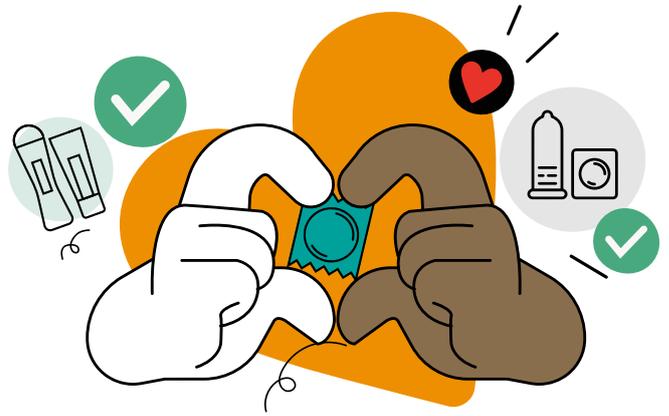
Condones de látex: los más comunes, efectivos y económicos.

Condones de poliuretano: alternativa para personas alérgicas al látex.

Condones de poliisopreno: otra opción sin látex, más elástica y suave.

www.gtt-vih.org

SI TE HA PARECIDO ÚTIL E INTERESANTE
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.



Según su uso, tenemos los siguientes tipos:

Externos: se colocan en el pene antes de la práctica sexual, ya sea penetración o sexo oral.

Internos: se insertan en la vagina o el ano antes de la relación sexual.

Barrera bucal: se usa entre la boca y la vagina o el ano durante el sexo oral.

Condones extra fuertes: recomendados para las relaciones sexuales anales.

Consejos para el uso correcto de los preservativos

- Revisar la fecha de caducidad y la integridad del empaque.
- No reutilizar el preservativo.
- Abrir con cuidado el paquete para no rasgar el condón.
- Sigue las instrucciones de colocación que aparecen en el envoltorio para que el preservativo no se deslice o rompa durante la penetración.
- Para el preservativo externo, asegúrate de dejar espacio en la punta, para el semen, y de colocarlo en el pene mientras está erecto.
- Para el preservativo interno, el anillo externo más fino debe permanecer en la parte exterior de la vagina o ano.
- Una vez finalizada la eyacuación, conviene retirar el pene enseguida antes de que desaparezca la erección
- Guarda los preservativos en un lugar fresco y seco.
- Una vez usado, recuerda tirarlo al contenedor gris o verde, donde se almacena la basura doméstica no dirigida a compost.

Puedes comprar condones en farmacias, tiendas, supermercados e internet. También se pueden obtener gratuitamente en ONG dedicadas a la prevención sexual y en algunos locales de ocio y/o sexo, pero es recomendable llevar los propios para mayor seguridad.

Lubricantes

Los lubricantes sexuales son productos diseñados para reducir la fricción durante las relaciones sexuales o el uso de juguetes sexuales, mejorando la comodidad, seguridad y el placer. Pueden ser útiles para prevenir la sequedad y facilitar la penetración vaginal o anal.

Tipos de lubricantes

- Lubricante a base de agua: son los más comunes y seguros para la mayoría de las personas. Además, son compatibles con todos los condones y juguetes sexuales, fáciles de limpiar y no manchan. No obstante, pueden secarse más rápido y requerir volver a aplicarlos.
- Lubricante a base de silicona: proporcionan una lubricación más duradera, son más resbaladizos que los de agua y no se secan rápidamente. Sin embargo, no son compatibles con juguetes de silicona, ya que pueden dañarlos.
- Lubricantes a base de aceite: ofrecen una lubricación duradera y pueden ser más naturales, pero no son seguros para usar con condones de látex, ya que pueden degradar el material y aumentar el riesgo de rotura.

Consejos para el uso correcto de los lubricantes

- Prueba diferentes tipos para encontrar el que mejor se adapte a ti.
- Aplica una cantidad suficiente de lubricante para asegurar una experiencia cómoda y placentera.
- Si tienes alergias o sensibilidad a ciertos productos, verifica la lista de ingredientes antes de usar.
- El lubricante se aplica en la parte exterior del condón (una vez colocado) y en el área del ano o la vagina, pero no en el interior del condón, dado que provocaría su deslizamiento durante la penetración.
- Guarda los lubricantes en un lugar fresco y seco, y presta atención a la fecha de caducidad.
- Evita productos caseros u otros productos no diseñados para uso sexual.
- Si experimentas irritación o incomodidad persistente, habla con un médico o un especialista en salud sexual.

Si tienes problemas con el uso de condones y/o lubricantes, como roturas, irritación o dificultades para negociar su uso con tu pareja sexual, consulta a tu médico, la unidad de salud sexual de tu hospital u ONG especializadas en salud sexual. Los profesionales para la salud sexual están formados para ofrecerte consejo y apoyo.



gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS
SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS
Tel. 93 458 26 41

Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios. La información médica puede quedar desactualizada con rapidez.

Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

SUBVENCIONA



POB SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



SECRETARÍA DE ESTADO
DE SALUD
DIRECCIÓN GENERAL
DE SALUD PÚBLICA
Y EQUIDAD EN SALUD
DIVISIÓN DE CONTROL
DE FARMACÉUTICOS
Y TUBERCULOSIS



Generalitat
de Catalunya

Salut/ Agència de Salut
Pública de Catalunya



Diputació
de Barcelona

Àrea d'Iguatallat
i Sostenibilitat Social



Ajuntament de Barcelona

COLABORA



ETIS
EQUIP DE TREBALL SOBRE
IMMIGRACIÓ I SALUT



eSPiC
Equip de salut
pública i comunitària