

## HOJA DE INFORMACIÓN DE LOS CONDONES Y ESPERMICIDAS

### CONDONES:

#### CÓMO FUNCIONAN LOS CONDONES

Los condones proveen una barrera física que impide el embarazo al obstruir el paso del semen y son más efectivos cuando se usan desde “empezar hasta terminar” durante cada acto de relaciones sexuales. Cuando se usan constantemente y correctamente, los condones pueden prevenir el embarazo y muchas enfermedades transmitidas sexualmente incluso el VIH. Hay condones para hombres y para mujeres. El condón para la mujer cabe en la vagina.

#### VENTAJAS

- Los condones no son caros y están disponibles sin receta médica.
- Con práctica, los condones son fáciles de usar.
- Los condones ayudan a proteger la fertilidad al prevenir las infecciones transmitidas sexualmente.
- Los condones involucran a los hombres en la prevención del embarazo y las enfermedades transmitidas sexualmente.
- Los condones se pueden usar como parte de los juegos sexuales, ayudan a aliviar la eyaculación prematura y le ayudan al hombre a mantenerse erecto.

#### DESVENTAJAS

- Algunas mujeres y algunos hombres sienten que el condón enturbia la sensación.
- Hay quienes creen que se pierde un poco de excitación sexual cuando se detienen para ponerse el condón.
- Algunos hombres se cohiben y se sienten presionados a mantener su erección para mantener el condón puesto o sienten presión para eyacular.
- Muchos aprenden a vencer la presión y a disfrutar los condones al usarlos en los juegos sexuales antes de tener relaciones sexuales.

#### EFFECTIVIDAD

Cuando los condones se usan constantemente y correctamente, el índice de los embarazos no previstos ocurre en 2 de cada 100 mujeres al año. Debido a los errores con el uso de los condones o por el uso inconstante, típicamente 15 de cada 100 mujeres realmente tienen un embarazo no previsto. Es posible proveer más protección contra el embarazo cuando los condones se usan conjuntamente con el espermicida. Revise la fecha de caducidad y almacénelos donde no estén expuestos al calor extremo.

#### EFFECTOS SECUNDARIOS

- Ningún efecto secundario excepto para las personas que tengan alergia al látex (goma)
- El uno o dos por ciento de los hombres o mujeres que tengan tal alergia pueden usar un condón para mujer u hombre de una materia plástica de vinilo o “piel” en su lugar.

Las barreras para protegerse de las enfermedades durante el sexo oral puede ser una presa dental (un cuadro de goma que usan los dentistas), un condón cortado a la forma de una barrera o un plástico transparente para empaquetar (envoltorio de plástico para la comida) doblado en dos. La barrera se agarra ajustadamente a su lugar para prevenir secreciones de la piel penetrante.

Para hacer una barrera de un condón, mientras el condón todavía está enrollado corte la punta. Mientras el condón todavía está enrollado corte el condón. Desenrolle el condón y ahora tiene una hoja rectangular de látex (goma). Cubra el área genital con el condón durante el sexo oral.

## **ESPERMICIDAS:**

### **CÓMO FUNCIONAN LOS ESPERMICIDAS**

Los espermicidas bloquean la entrada al útero e inmovilizan la espermia para prevenir que la espermia se apegue al óvulo. Los espermicidas no proveen alguna protección contra las infecciones transmitidas sexualmente. Si se usa condón conjuntamente con el espermicida puede reducir el riesgo de infección.

### **VENTAJAS**

- La mayoría de las mujeres pueden usar espermicidas, pero los espermicidas no se deben usar muchas veces al día. Si una mujer es sensitiva a un espermicida, deberá intentar de usar una marca distinta.

### **DESVENTAJAS**

- Si no se usa exactamente como se les indica, el espermicida puede que no forme una buena barrera sobre el cuello uterino.
- Algunas mujeres se quejan de la fuga y la suciedad.
- Los espermicidas pueden causarle irritación al pene o a la vagina – cambiar de marca le puede ayudar.

### **MODO DE EMPLEO**

Hay instrucciones detalladas para el uso de los productos de espermicida (espumas anticonceptivas, cremas, geles o supositorios) incluidas en el envasado. La mayoría requiere que espere 10 minutos después de la inserción antes de tener relaciones sexuales. La mayoría de los productos únicamente permanecen efectivos por una hora después de la inserción. La mayoría de los espermicidas requieren que se reintroduzcan antes de que se repitan las relaciones sexuales vaginales. Las mujeres no se deben duchar por seis a ocho horas después de las relaciones sexuales.

### **EFECTIVIDAD**

De 100 mujeres que usan espermicida, 29 se embarazarán en el primer año del uso típico. Con el uso perfecto, 15 se embarazarán. Usando un condón aumenta la efectividad.

### **CONTRAINDICACIONES**

- El uso del espermicida nonoxinol 9 muchas veces al día por personas a riesgo del VIH, o para el sexo anal, puede irritar los tejidos y aumentar el riesgo del VIH y otras infecciones transmitidas sexualmente.