

COLEGIO DE BACHILLERES DEL ESTADO DE VERACRUZ
DIRECCIÓN ACADÉMICA
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA
DESARROLLO INTEGRAL DEL ESTUDIANTE



SUBPROYECTO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS SOCIALES

SEPTIEMBRE 2018

INTRODUCCIÓN



El ejercicio de la sexualidad como uno de los aspectos más importantes en el desarrollo y la realización del individuo puede llegar a ser en ocasiones un motivo de problemas y conflictos del orden de lo diverso. En México, como en muchas partes del mundo, en donde prevalecen los prejuicios, tabúes y la cultura de la desinformación **La mayor parte de los mexicanos, como herederos de la cultura de la represión y del silencio sexual, viven y actúan sin un conocimiento real de su sexualidad y la de los demás,** lo que acarrea afectaciones a niveles individuales y sociales.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha postulado como básicos tres elementos que permiten que el individuo alcance un nivel de salud sexual adecuado, a saber,

- a. la posibilidad de disfrutar de una actividad sexual reproductiva, equilibrando ética personal y social.

- b. **El ejercicio de la sexualidad placentera, ausente de temores, vergüenzas, culpas, mitos y falacias**, sin factores psicológicos y sociales que interfieran con las relaciones sexuales.
- c. El desempeño de una actividad sexual libre de trastornos orgánicos, enfermedades o alteraciones que la entorpezcan.

Es en este último sentido que se promueve la cultura del condón como medida efectiva para aquellos hombres y mujeres sexualmente activos que buscan evitar embarazos no deseados además de prevenir infecciones de transmisión sexual.

El uso del condón y la conducta responsable en las actividades sexuales han llegado a constituir en nuestro tiempo un binomio inseparable que puede garantizar una vida sexualmente plena y segura.

Concientes de la necesidad de difundir información fidedigna y confiable sobre los condones se ha elaborado el presente documento con la finalidad de que pueda ser analizado, reflexionado y utilizado como parte de la información que los tutores escolares en los planteles deben poseer como acervo que les permita llevar a cabo su trabajo con el alumnado en una manera más efectiva.

EL CONDÓN MASCULINO.



1.- EL CONCEPTO.

¿Qué es un condón?

El condón o preservativo es una bolsa de plástico (poliuretano, nitrilo o polisopreno), o de látex (goma, o piel de cordero) que se coloca al pene en erección con el propósito de evitar el paso de espermatozoides y el contacto piel a piel o con las mucosas de dos personas que sostienen relaciones sexuales vaginales anales o las prácticas de sexo oral, que pueden incrementar el contagio de este tipo de infecciones.

La funda anatómica está hecha de un material que resulta impermeable, es elástico y se adapta a todos los penes, es natural y orgánico. Una vez colocado en el miembro viril masculino impide el intercambio de fluidos entre dos personas, evitando así contagios y embarazos. Está considerado como un método anticonceptivo de barrera, ya que impide el paso de los espermatozoides masculinos del semen al interior de la vagina.

Es un tipo de control natal –anticonceptivo- que se utiliza durante la relación sexual para evitar el embarazo y la propagación de algunas infecciones de transmisión sexual (ITS) como el VIH, la gonorrea y la clamidia.

Además de la vasectomía, el condón es el único método de control natal disponible para los hombre, contribuye a la prevención de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH.

Al condón también se le llama “preservativo”, aunque éste término solo alude a su función como anticonceptivo; la denominación de profiláctico se refiere al hecho de que prevé infecciones; en lenguaje coloquial se le identifica como funda, gorro, cachucha, forro, etc.

Los condones de piel de cordero no protegen contra las ITS, sólo los de látex y plástico, sólo evitan el embarazo.





2.- CARACTERÍSTICAS

- Es desechable, se utiliza cada vez que se tienen relaciones sexuales.
- El condón es el método anticonceptivo más simple y más económico,
- Es el que menos efectos secundarios provoca.
- Es el único que protege al mismo tiempo del embarazo y de las infecciones de transmisión sexual incluido el VIH.
- Como método anticonceptivo no es infalible, se trata solo de una medida de seguridad, pero es indiscutible que sí protege.

Usar condón cada vez que tienes sexo oral, anal o vaginal es la mejor manera de reducir las probabilidades de contagio o de adquirir infecciones de transmisión sexual (ITS). Los condones te protegen a ti y a tus distintas parejas contra las ITS al evitar el contacto con los fluidos corporales (como el semen y los fluidos vaginales) que pueden transmitir infecciones. Debido a que cubren el pene, ayudan a proteger contra algunas ITS como el herpes y las verrugas genitales que se contagian mediante el contacto de piel a piel, pero es un poco menos eficaz con estas, ya que no cubre toda tu piel.



3.- CONDÓN E INFORMACIÓN.

La información clara, completa y veraz sobre condones no debe estar reservada a la gente con vida sexual activa sino debe ser parte de la educación sexual básica.

No basta con dar información de los condones ni ofrecerlos a bajo costo si no se hace una campaña que tome en cuenta todas las resistencias sociales que hay al respecto.

El hombre de nuestra cultura es heredero del machismo y no está acostumbrado a responsabilizarse de los cuidados de la sexualidad ni a tener que protagonizar en su cuerpo o en su mente ninguna variación que no sea el placer y el instinto, es decir, la autosatisfacción.

Por otro lado, la mujer carece de voz y de poder para negociar las condiciones del encuentro sexual. El condón debe ser siempre asunto de dos: incluirlo en la relación

sexual significa llevarlo, ponerlo, pedirlo y exigirlo como condición indispensable para vivir una sexualidad inteligente y segura.

La información acerca del condón no promueve la promiscuidad. Informar no incrementa el número de parejas sexuales, ni el número de encuentros o actividad entre los sujetos. Tampoco empuja a iniciar las relaciones sexuales, más bien las posterga. (OMS)

Si los utilizas correctamente cada vez que tienes relaciones sexuales, los condones tienen una efectividad del **98%** en la protección contra embarazos. Usar condón y otro método anticonceptivo (como la píldora, el DIU, o la inyección) es una excelente forma de obtener una mayor protección contra embarazos y ETS. Retirar el pene antes de eyacular (“eyacular fuera de la vagina”) mientras también se usa un condón puede evitar que el esperma entre a la vagina y reducir el riesgo de embarazo.

No debes usar un condón en el pene junto con un condón femenino. El condón está diseñado para usarse solo, y duplicarlo no te proporciona necesariamente una mayor protección. Un condón usado de manera correcta es toda la protección que necesitas.



4.- SU USO.

¿Cómo utilizar el condón masculino?

Lo primero que debe hacerse es revisar la fecha contenida en el empaque. Los condones tienen una vida promedio de cinco años en buenas condiciones, algunos incluyen la fecha de elaboración, y en otros se señala además la fecha de caducidad.

Cada condón viene empacado individualmente, el empaque debe estar seco, si exteriormente la envoltura aparece dañada, vieja o maltratada no debe adquirirse o emplearse.

Para abrirlo deben utilizarse los dedos, rasgando con cuidado el envoltorio y evitar el contacto con las uñas. **Evitar el utilizar los dientes, navajas o tijeras.**

El condón tiene forma de cilindro, con un extremo cerrado y otro abierto que termina en un ribete redondeado, pero viene enrollado. Tiene la apariencia de un aro y en su centro hay una zona que sobresale, es el depósito para el semen que deberá quedar en la punta del

pene, si no lo tuviera hay que dejar libre un centímetro y medio en la punta del condón al ponérselo.

Después de abrirlo, hay que desenrollarlo un poco para ver de qué lado se tiene que colocar.

Para colocarlo hay que sujetarlo por la punta con un apretón asegurándose de sacarle el aire para evitar que se rompa con la fricción. Ponerlo sobre la cabeza del pene erecto y desenrollarlo desde la punta hasta la base del miembro presionando con la palma de la mano, sin burbujas de aire, hasta que el ribete quede lo más cerca posible del cuerpo.

El condón se coloca a dos manos, con una se detiene la punta y con la otra se desenrolla.

Si el pene no está circuncidado, se debe bajar el prepucio antes de colocarlo para que no moleste.

Colocarlo antes de cualquier penetración en vagina, ano o boca. No sirve ponérselo antes de eyacular después de penetrar, porque el líquido pre-eyaculatorio puede contener espermatozoides o transmitir infecciones de transmisión sexual.

Se debe utilizar un condón nuevo cada vez que se penetre vaginal, oral u analmente, aunque sea dentro del mismo acto sexual y con la misma pareja.

Saber quitarse el condón es tan importante como saber ponérselo, después de la eyaculación y con el pene todavía erecto, sostener el condón por la base del pene y retirarse evitando derramar el semen. Sujetar el condón por el anillo para evitar escurrimientos y empujar todo el líquido que contiene hacia la punta al mismo tiempo que se le retira.

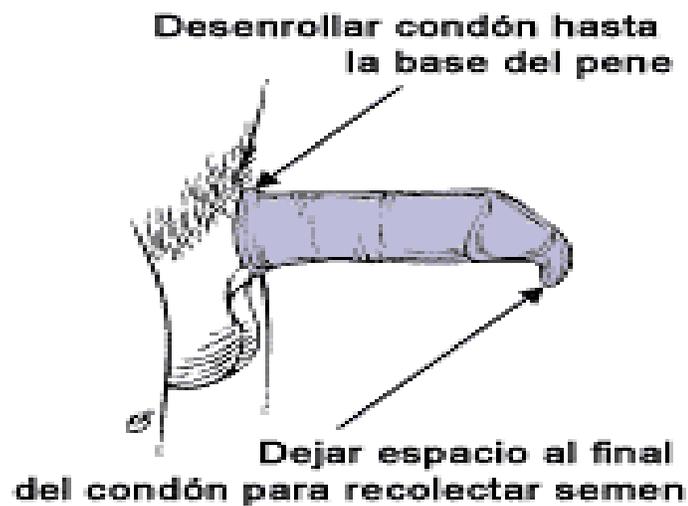
Al retirar el pene verificar que el condón este intacto y desecharlo.

Muchos condones ya vienen lubricados, pero siempre es recomendable utilizar un lubricante adicional, se recomienda el soluble al agua y no al aceite. Aplicar al condón

lubricante adicional reduce la posibilidad de que se rompa, además aumenta el placer. Aplicado por dentro –unas gotas en la punta- da la misma sensación de humedad. El lubricante aplicado por fuera facilita la penetración.

Llevar varios condones, mínimo tres por la posibilidad de que se rompa, se dañe, se pierda, etc.

Condomes Masculinos



CLAVES

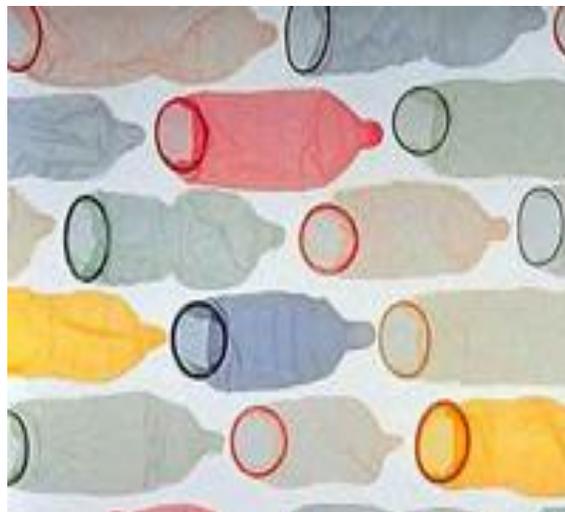
La clave es cuidar bien los condones y usarlos correctamente cada vez que tengas sexo.

1. Guarda los condones en un lugar fresco y seco, lejos de objetos filosos y de la luz solar directa. No los guardes en el bolsillo, el automóvil o el baño durante mucho tiempo (más de 1 mes), ya que la humedad y el calor excesivo pueden dañarlos.
2. Siempre revisa la fecha de vencimiento y asegúrate de que no haya agujeros en el paquete antes de abrir el condón (debes poder sentir una pequeña burbuja de aire cuando aprietas el envoltorio). Si un condón está rasgado, seco, duro o pegajoso, tíralo.
3. Como debes usar un nuevo condón cada vez que tengas relaciones sexuales o una nueva erección, es recomendable contar con suministros. Debes tener condones a mano antes de que las cosas se calienten, para poder agarrarlos fácilmente sin interrumpir la acción.
4. La mayoría de los condones vienen pre-lubricados, pero agregar lubricante de silicona o a base de agua puede hacer que los condones se sientan bien y evitar que se rompan. Coloca unas gotas en la cabeza del pene o dentro de la punta del condón antes de desenrollarlo o esparce lubricante en la parte exterior una vez que lo tengas puesto.
5. No uses nada que contenga aceite con los condones de látex, como vaselina, cremas, aceite para bebé, mantequilla o aceites de cocina. El aceite daña el condón de látex y puede hacer que se rompa.
6. Hacer que el condón sea divertido y excitante es fácil; ¡solo se necesita un poco de creatividad y una actitud positiva! Para muchas personas, el condón es una parte natural de los juegos previos al sexo. Si tu pareja te coloca el condón y te aplica lubricante, se estimulan mutuamente y se dicen cosas sensuales al colocar el

condón, las cosas se mantienen excitantes y seguras. Además, saber que se protegen mutuamente contra embarazos o ETS permite que se relajen y se concentren en sentirse bien.

7. La práctica hace al maestro, por lo que es recomendable acostumbrarse a colocarse un condón antes de usar uno para tener sexo de verdad. Puedes practicar a ponerle un condón en el pene, en una banana, un pepino o una botella delgada, ¡cualquier objeto con forma de pene servirá! Dominar el uso del condón ANTES de tener sexo facilita mucho más su uso de manera correcta cuando realmente importa.

8. Por último, es recomendable usar otro método anticonceptivo, como la píldora, el anillo, la inyección, el implante o el DIU, en combinación con el condón. Puede ayudar a evitar embarazos si cometes un error o si el condón se rompe, y ofrecer una mayor protección. Si tienes un percance con el condón y no tienes otro método anticonceptivo, la anticoncepción de emergencia (la píldora del día después) puede ayudar a evitar embarazos hasta 5 días después de tener sexo sin protección.





TIPOS DE CONDÓN MASCULINO

Existen en el mundo más de 200 marcas de condones masculinos con diferentes características. Los hay con sabores, olores, relieves, delgados para la sensibilidad, extrafuertes y de medidas especiales.

Los condones de látex **estándar** tienen talla única, son universales, tienen el mismo largo y ancho, se adaptan a todos los cuerpos, lo que varía es el grosor del condón dependiendo de sus diferentes usos.

También los hay más largos, más estrechos o más anchos. A la hora de seleccionarlo es importante determinar el uso que se le va a dar, es decir, para sexo oral, anal o vaginal. Para el sexo vaginal sirven los estándares; para la penetración anal deben ser más gruesos; para el sexo oral sirven los de fantasía.

Los condones bañados en espermicida, (nonoxinol-9), una sustancia que elimina los espermatozoides, no son recomendables porque irritan la mucosa vaginal lo que la deja sensible para adquirir mayores infecciones.

Hay condones con sabores, se usan para disfrutar el sexo oral, muchos de ellos no sirven para otro tipo de penetraciones porque no protegen contra el embarazo ni el contagio de infecciones.

Cuando el empaque de un condón indica que es **clásico**, significa que tiene el tamaño de talla única, que es de látex natural sin relieves ni fantasías.

Cuando el empaque indique que es “**sensitivo** o “**ultra sensitivo**” implica que es más delgado. Proporciona mayor sensibilidad al pene, pero también es más frágil y puede romperse con mayor facilidad.

Cuando el empaque indica **extrafuerte** significa que es más grueso de lo normal y resiste adecuadamente el coito anal.

Cuando el empaque indica que es **texturizado** significa que tiene relieves para dar mayor placer con mayores zonas de roce entre ambos cuerpos. Los relieves pueden tomar la forma de anillos, botones o ambos.

Cuando el empaque indica que es **campana o cometa**, significa que es más amplio en la punta para penes con glande ancho.

Si el empaque indica que es **anatómico**, significa que imita el contorno natural del pene adaptándose perfectamente a su forma. De hecho todos los condones se adaptan, pero éstos además tienen una forma especial.

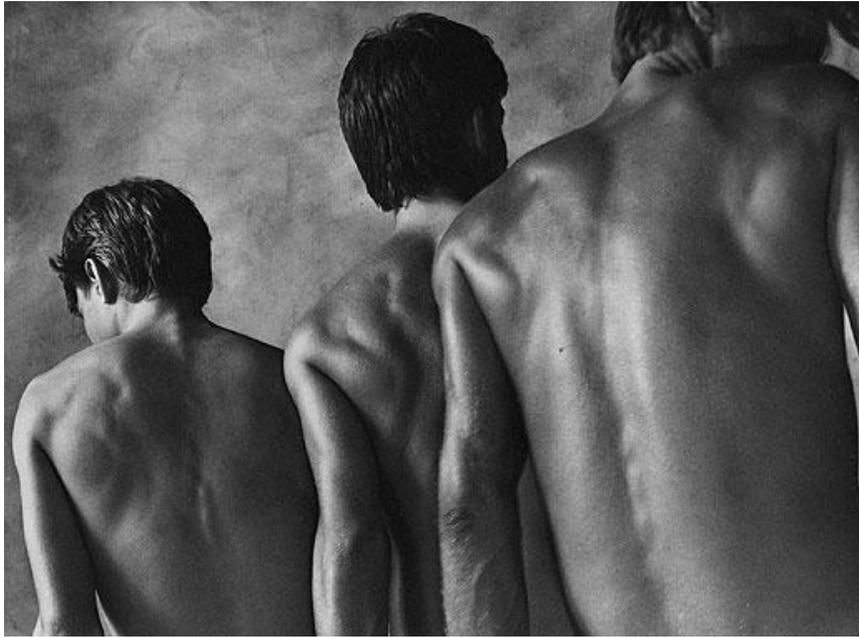
Existen condones **térmicos** que permiten pasar el calor corporal a través de ellos, sirven para no sentir frío y procurar mayor sensación de intimidad.

Hay condones **fosforescentes** que brillan en la oscuridad para hacer el encuentro más divertido.

Los condones se fabrican con distintos materiales, el más común es el látex, hecho de una resina natural que protege frente a embarazos e infecciones, pero no resiste frente a los lubricantes a base de aceite.

El de poliuretano es de plástico especial, protege frente a todo, no produce alergias, aguanta los lubricantes al aceite, es más caro y no siempre está disponible en todos los países del mundo.

El mejor condón es aquel que después de cumplir los requisitos de calidad y precio, te resulta cómodo a ti, a tu pene y a tu pareja por el tipo de sexo que practican.



VENTAJAS DEL CONDÓN MASCULINO.

El condón es útil solo para dos cosas: prevenir los embarazos no deseados y evitar las infecciones de transmisión sexual.

Su eficacia depende de su forma y de su uso.

Las fallas siempre se dan por mal manejo, si bien no es eficaz al 100%, ningún anticonceptivo lo es, sí se aproxima mucho a esa cifra si se usa correctamente y en todo acto sexual.

No requiere acudir a un médico para ponérselo, ni ningún tipo de controles.

Es fácil de adquirir e indicado para aquellos que tienen vida sexual activa.

Es ideal para relaciones esporádicas, es un método de protección adecuado cuando se tienen o han tenido varias parejas sexuales.

Es económico y fácil de transportar.

No tiene efectos secundarios sobre la salud dado que se utiliza externamente, no tiene contraindicaciones ni interfiere con medicamentos.

Reduce los niveles de ansiedad de aquellos que temen infecciones de transmisión sexual, permitiendo disfrutar más de la intimidad y de la comunicación erótica a través del placer.

Facilita el tener relaciones sexuales en el momento en que se desee, sin tener que depender de fechas o días de calendario que limitan los encuentros.

Es un método anticonceptivo temporal y reversible.

Permite mayor duración del coito porque al restar un poco de sensibilidad al pene provoca la prolongación del orgasmo.

Frente a la roturas es bastante seguro, las pruebas de calidad incluyen resistencia a la presión, al volumen, a la elasticidad, estiramiento, porosidad e inflado de aire.

Es fácil de desechar, los de látex son biodegradables debido a que proceden de una sustancia orgánica, no contaminan.

Disminuye la exposición del cuerpo a bacterias y virus que haya en las secreciones o lesiones de la pareja.

CLAVES

1. Los condones son fáciles de conseguir, usar y ayudan a evitar tanto los embarazos como las ETS. Los condones incluso pueden mejorar las relaciones sexuales, de verdad.

2. Los condones son eficaces para prevenir el contagio de

Son los únicos métodos anticonceptivos que también ayudan a prevenir el contagio de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH. Incluso si estás usando método anticonceptivo distinto para evitar embarazos, es buena idea también usar condones o condones femeninos cada vez que tengas sexo para protegerte contra las ETS.

3. Los condones no son costosos y son prácticos.

Son muy fáciles de conseguir en muchas tiendas, centros de salud comunitarios. No necesitas una receta médica o identificación para comprarlos, y son económicos ,o a veces, incluso gratuitos, son una forma pequeña, discreta y portátil de obtener una gran protección contra los embarazos y las ETS.

4. Los condones pueden ser sexy.

La protección es importante, pero también lo es el placer. Afortunadamente, ¡los condones ofrecen ambos!

Hay condones de muchos estilos, formas y texturas que aumentan la sensación para ambos miembros de la pareja. Que tu pareja te coloque el condón puede ser una parte excitante de los juegos previos al sexo, sobre todo si agregas lubricante. El condón incluso puede demorar la eyaculación, por lo que el sexo dura más.

Puedes usar el condón en el sexo oral, anal y vaginal, de modo que te protege contra las ITS sin importar cómo tengas sexo. Eso es lo más excitante de todo: el condón te deja

concentrarte en el placer y en tu pareja, sin que tengan que preocuparse por embarazos o ETS. El sexo más seguro es mejor porque evita que el estrés arruine el momento.

5. Los condones ayudan a que otros métodos anticonceptivos funcionen aún mejor.

Agregar el condón a tu lista de métodos anticonceptivos puede darte una mayor protección contra embarazos. Ningún método tiene una efectividad del 100%, por lo que agregar el condón como respaldo te ayuda a evitar embarazos si cometes un error con otro método o si este falla. Es recomendable usar condón para protegerte también contra las ITS.

El condón puede añadir una mayor protección a casi todos los demás métodos anticonceptivos, como la píldora, la inyección, el anillo, el DIU y el implante. Como sea, no uses el condón femenino y el condón masculino al mismo tiempo; tampoco hay necesidad de usar más de un condón a la vez. Con uno es suficiente.

6. Los condones no tienen efectos secundarios.

La mayoría de las personas pueden usar condones sin problemas; no tiene efectos secundarios. Rara vez el condón de látex (goma) puede causar irritación a algunas personas con alergia o sensibilidad a este material. En ocasiones, es posible que el lubricante de algunos tipos de condones provoque irritación.

Si tienes alergia a los condones de látex, intenta cambiar de marca o usar condones de plástico. El condón y el condón femenino de plástico suave como el poliuretano, el poliisopreno y el nitrilo no tienen látex. Puedes conseguir condones sin látex en la mayoría de los mismos lugares donde se venden los condones estándar.

7. Debes usar un condón cada vez que tengas relaciones sexuales.

Para que los condones sean eficaces, debes usar uno nuevo correctamente cada vez que tengas sexo. Esto significa ponerse un condón antes de que haya cualquier contacto genital de piel a piel y mantenerlo puesto hasta que termines de tener sexo. Si solo usas condones de vez en cuando o si te lo colocas a mitad de la relación sexual, no funcionarán tan bien. Contar con una provisión de condones y asegurarte de que esté cerca antes de entrar en la acción puede ayudarte a recordar que debes usarlos.

Si buscas un método anticonceptivo que te proporcione protección contra embarazos siempre con un mínimo esfuerzo, lee acerca del implante y el DIU o haz este test (en inglés) para conocer el método que mejor se adapta a ti. De todos modos, recuerda que los condones son la única manera de protegerte a ti y a tu pareja contra las ETS durante las relaciones sexuales. Por lo tanto, no importa el tipo de método anticonceptivo que uses, los condones siempre son una buena opción.

8. Puede llevar algo de tiempo acostumbrarse a los condones.

Tal vez hayas oído que el condón reduce la sensibilidad durante el sexo o que detenerse para colocarse el condón arruina el momento. La protección es muy importante, pero el placer también. La buena noticia es que existen algunas maneras para hacer que el uso del condón sea divertido y sexy.

- La práctica hace al maestro. Cuanto más cómodo y seguro te sientas al usar condón, más fácil será colocártelo en la intensidad del momento.
- Existen muchos tipos de condones, así que todo el mundo puede encontrar uno que se adapte y se sienta bien. De hecho, algunos condones están diseñados para que las relaciones sexuales sean más placenteras: texturas como tachas y estrías, colores, sabores, materiales ultra finos e incluso lubricantes especiales pueden aumentar la diversión.
- El uso del condón como parte de los juegos previos al sexo puede ser sensual y excitante. Pueden continuar besándose y estimulándose mientras sacan el condón, y tu pareja puede colocártelo y agregarle lubricante. De ese modo, el condón forma parte de la acción en lugar de interrumpirla.

Recuerda: La mejor parte de usar condón es saber que te proteges a ti y a tu pareja contra el embarazo.



INCONVENIENTES

- El principal inconveniente es el prejuicio cultural de los hombres a intervenir en la prevención y planificación de su sexualidad. A pesar de su simplicidad no se lo ponen todos ni todas las veces que se debe.
- Su eficacia depende del modo de uso y esa está en tus manos. Por ello, es indispensable aprender a manejarlo correctamente, puede perder sus cualidades por una mala conservación: luz o calor excesivo, exposición al sol, no debe llevarse en la cartera, en la guantera del carro, tampoco en la bolsa trasera del pantalón porque se aplasta.
- Se rompe si se usan lubricantes a base de aceite o derivados del petróleo porque disuelven el látex, entre otros, vaselina o petrolato, mantequilla, aceite, cremas de belleza, pomadas, siliconas, etc.
- Las roturas del condón se deben a factores como mala conservación, vencimiento de su caducidad, exposición al calor, aplastamiento del empaque, desgarraduras al abrirlo, burbujas de aire al colocarlo, mala elección de la marca, reutilizamiento,

pérdida de la erección durante el coito, no retirarlo inmediatamente después de la eyaculación, etc.

- Es inútil usar condón unas veces si y otras no, una sola vez sin protección es suficiente para contagiar, contagiarse o embarazar.
- El uso del condón no protege si no es sistemático, es decir, todas las relaciones sexuales sin excepción.
- No atribuirle fallas cuando se le utiliza alternativamente, a veces sí, a veces no.
- Si la persona es alérgica al látex, entonces usar los de poliuretano que no dan alergia y además permiten el uso de cualquier tipo de lubricante.
- El condón disminuye en parte la sensibilidad del pene, pero éste inconveniente puede resolverse a través de los escarceos eróticos y los juegos sexuales.
- El condón masculino no protege del contagio de virus de papiloma humano y del herpes simple en áreas que están fuera del mismo.
- No es recomendable para aquellos hombres que tienen problemas de erección, es decir, disfunción eréctil o impotencia aunque sea leve

Para que los condones funcionen bien, debes usarlos correctamente, todo el tiempo, cada vez que tienes sexo, y puede que lleve algo de tiempo acostumbrarse.

MITOS SOBRE LOS CONDONES

- **Los condones no sirven:** Los condones previenen la transmisión del VIH muy bien si se les usa correctamente y cada vez que se mantengan relaciones sexuales.
- **Los condones se rompen mucho:** Menos del 2% de los condones se rompen cuando se usan correctamente: no use aceites, no use dos al mismo tiempo ni use condones vencidos.
- **El VIH puede pasar a través de los condones:** El VIH no puede atravesar los condones de látex ni de poliuretano. No utilice condones de piel de cordero.
- **Quita el placer, no se siente lo mismo:** Efectivamente, el condón resta sensibilidad al pene, pero el condón puede hacer duradero el coito.
- **No sirve para protegerse:** Los que menos sirven son los que no se usan, los niveles de protección que ofrece son muy altos. La seguridad total no la ofrece ningún método.
- **Es que no me queda:** Aunque te consideres un prodigio de la naturaleza, el tamaño de un condón se adapta perfectamente a todos los hombres.
- **Es que me lastima:** Puede tratarse de no estar acostumbrado a utilizarlo, es cuestión de habituarse.
- **Se me olvida comprarlos:** Hay farmacias abiertas toda la noche los 365 días del año, pero si éste es el problema lo mejor es posponer las citas para cuando se esté preparado.
- **No tengo dinero:** El sector salud tiene programas que ofrecen dotaciones de preservativos gratuitamente a todos aquellos que los soliciten. Infórmate en tu localidad.

- **La primera vez no pasa nada:** La primera vez sí pasa, sin importar el número de veces que hayas tenido experiencia, embarazos y te infectas o infectas exactamente igual.
- **Sin nada es más natural:** Es tan natural como infectarse o embarazarse.
- **Es que pierdo la erección:** Si la pierdes es momentáneo, cuestión de práctica, la erección regresa, es una cuestión mental.
- **Yo no estoy infectado:** Por eso te lo pones, para nunca estar infectado.
- **Me da vergüenza pedirlo en la farmacia:** “Si no tienes la madurez para comprar un condón, no la tienes para tener una relación sexual.”

EL SEXO SEGURO

Practicar el sexo más seguro significa elegir opciones para limitar sus riesgos al embarazo no planeado y las enfermedades de transmisión sexual.

Existen varias opciones para disminuir su riesgo:

- La abstinencia es la manera más segura de evitar la transmisión de enfermedades de transmisión sexual, incluyendo el VIH y también para evitar embarazos no deseados.
- La monogamia es la siguiente forma más segura para evitar adquirir o transmitir una enfermedad de transmisión sexual y de evitar embarazos no deseados.
- Las personas sexualmente activas, deben usar condón consistente y *correctamente*, uno para cada acto sexual, para disminuir el riesgo de transmisión.
- Evite contacto sexual si nota síntomas sospechosos. Si sospecha que usted tiene una enfermedad sexual, busque cuidado de inmediato con una clínica de enfermedades de transmisión sexual, hospital o un proveedor médico.
- Antes del sexo, hable con su pareja(s) sobre el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual. Negocie una estrategia para reducir el riesgo.
- Si usted tiene una enfermedad sexual, notifique a todas sus parejas sexuales para que vayan también a buscar ayuda y conseguir tratamiento.

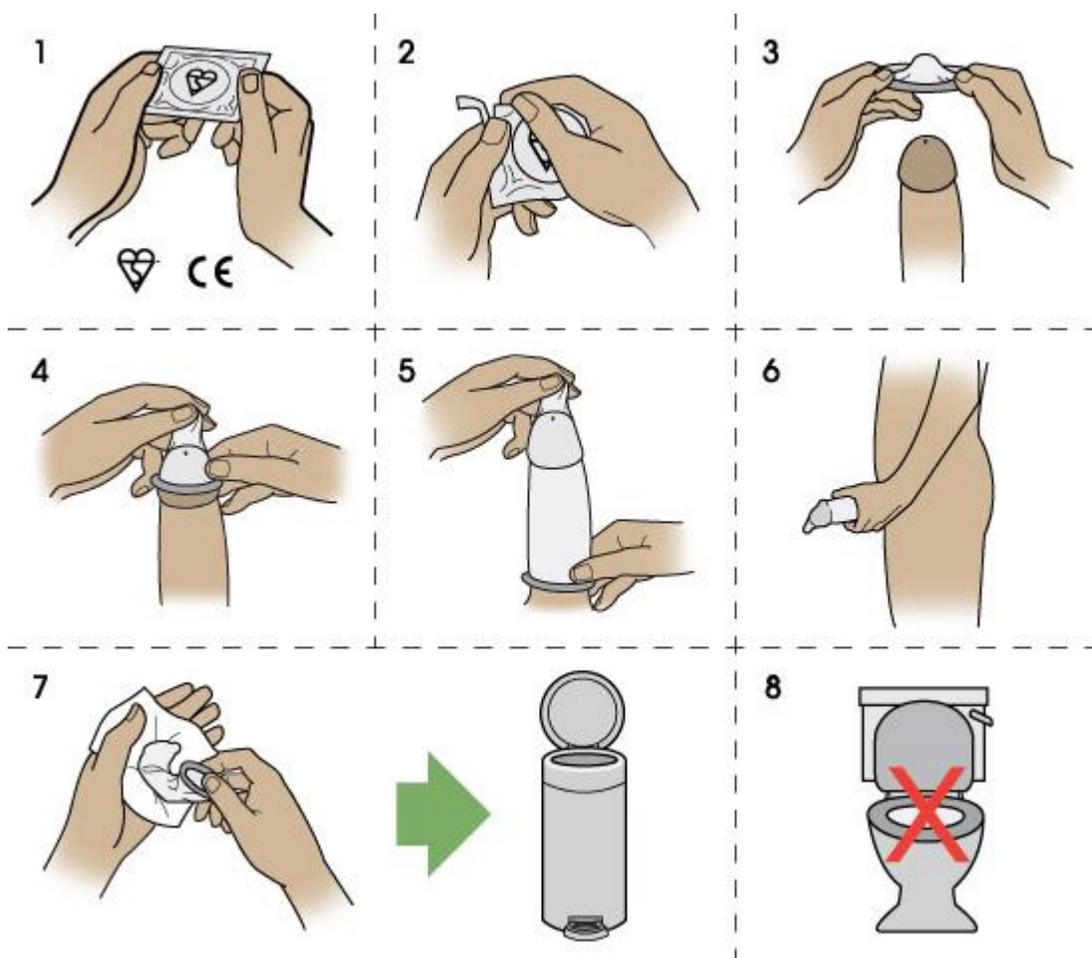


CONCLUSIONES

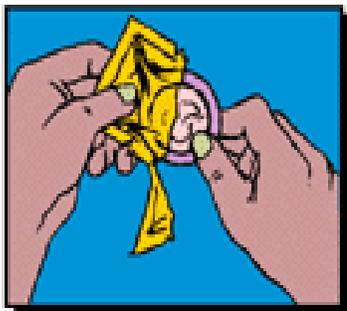
Si son usados correctamente, los condones son la mejor manera de prevenir la diseminación del VIH durante las prácticas sexuales. Los condones pueden proteger la boca, la vagina y el recto, del semen infectado con el VIH. Pueden proteger el pene de los fluidos vaginales y de la sangre infectada en la boca, vagina o recto. También reducen el riesgo de diseminar otras enfermedades de transmisión sexual.

Los condones deben ser guardados, usados y desechados correctamente. Los condones masculinos se utilizan sobre el pene. Los condones femeninos pueden usarse en la vagina o en el recto.

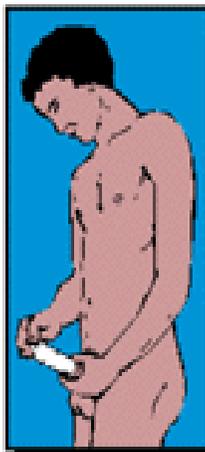
MODO CORRECTO DE UTILIZAR EL CONDÓN MASCULINO



1. Abrir el paquete cuidadosamente

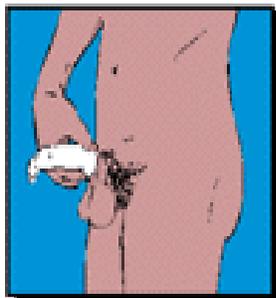


2. Desenrollar el condón sobre el pene erecto antes del contacto genital

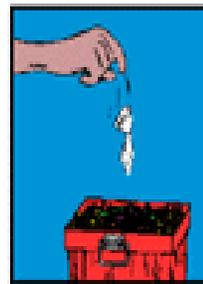


3. Cerciorarse de haber desenrollado todo el condón hasta la base del pene

4. Extraer el pene de la vagina cuando todavía está erecto y sostener el condón



5. Desecharlo adecuadamente







DIRECTORIO

LIC.ABEL PÉREZ ARCINIEGA

Director General

MTRA. CAROLINA MARIBEL MARTÍNEZ LOYO

Directora Académica

LIC. JESSICA AMARO ROMERO

Subdirectora Académica

MTRA. IRMA ANGÉLICA PARRA VALDIVIA

Resp. del Servicio de Desarrollo Integral del Estudiante (DIES)

MTRO. JESÚS ENRIQUE DOMÍNGUEZ LÓPEZ

Resp. Subproyecto de Prevención de Riesgos Sociales del DIES

Investigación, Elaboración y Diseño del material.