



# CONDONES

## ¿QUÉ SON LOS CONDONES?

Un condón es un tubo de material delgado y flexible, cerrado en un extremo. Los condones se han utilizado por cientos de años para prevenir el embarazo, al mantener el semen del hombre fuera de la vagina. Los condones también previenen enfermedades que pueden diseminarse a través del semen o al entrar en contacto con heridas infectadas del área genital, incluyendo el VIH. La mayoría de los condones están hechos para que cubran el pene del hombre. Un tipo más nuevo de condón fue desarrollado en 1992. Es diseñado para que encaje en la vagina de la mujer. El condón "femenino" también puede ser utilizado para proteger el recto.

## ¿DE QUÉ ESTÁN HECHOS?

Los condones solían estar hechos de piel natural (incluso de piel de cordero) o de caucho. La mayoría de los condones de hoy en día son hechos de látex.

Los condones de piel de cordero pueden prevenir el embarazo. Sin embargo, poseen pequeños poros (agujeros) lo suficientemente grandes como para dejar pasar al VIH. **Los condones de piel de cordero no previenen la transmisión del VIH.**

El **látex** es el material usado más comúnmente para condones. **Los virus no pueden atravesarlo.** El látex es barato y está disponible en varios estilos. Tiene dos desventajas: el aceite lo destruye y algunas personas son alérgicas al látex.

El **poliuretano** es una opción para las personas alérgicas al látex. Una marca de condones femeninos y de condones masculinos están hechos de poliuretano. Algunos condones femeninos más nuevos están hechos de lo nitrilo. Éste es un látex sintético que causa menos reacciones alérgicas que el látex.

## ¿CÓMO SE USAN LOS CONDONES?

Los condones pueden protegerlo durante el contacto entre el pene y la boca, la vagina o el recto. No lo protegerán del VIH u otras infecciones si no los usa correctamente y constantemente.

- Guarde los condones lejos del calor, frío o fricción excesivos. No los lleve en una billetera o en la gaveta del auto.
- Verifique la fecha de vencimiento. No use condones vencidos.
- No abra el envoltorio del condón con los dientes. Asegúrese de no dañar el condón con las uñas o con las alhajas. Las alhajas corporales, dentro o alrededor del pene o la vagina también pueden rasgar el condón.
- Utilice un condón nuevo cada vez que tenga relaciones sexuales o cuando el pene va del recto a la vagina.
- Inspeccione el condón durante las relaciones sexuales, sobre todo si lo siente

extraño, para asegurarse de que está donde corresponda y que no se ha roto.

- No use un condón masculino y femenino al mismo tiempo.
- Utilice solamente lubricantes hechos **a base de agua** con los condones de látex. No use lubricantes **a base de aceite**. Los aceites como Crisco, mantequilla, aceite para bebé, vaselina o crema pueden destruir el látex.
- Utilice condones sin lubricación para practicar sexo oral (la mayoría de los lubricantes tienen mal sabor)
- No tire condones en el inodoro ya que pueden taponar las cañerías.

### Cómo usar un condón masculino:

- Póngase el condón cuando el pene ya está erecto pero antes de que toque la boca, vagina o recto de su pareja sexual. **Muchas parejas se ponen el condón demasiado tarde, después de que ya ha habido algo de penetración.** Algunas enfermedades se transmiten a través del contacto directo con los genitales. El líquido que sale del pene antes del orgasmo puede contener VIH.
- Si quiere puede poner un poco de lubricante hecho a base de agua dentro de la punta del condón.
- Si no está circuncidado, retracte el prepucio antes de ponerse el condón. Esto permite que el prepucio se mueva sin romper el condón.
- Exprima el aire de la punta del condón para dar lugar al semen y desenrolle el resto del condón hacia la base del pene.
- No use dos condones al mismo tiempo. La fricción entre los condones aumenta las posibilidades de roturas.
- Después del orgasmo, sostenga la base del condón y sálgase de su pareja sexual antes de perder la erección.
- Tenga cuidado de no derramar semen sobre su pareja sexual cuando se saque el condón.
- Si el pene es inusualmente grueso, hay condones de mayor tamaño disponible.

### Cómo usar un condón femenino:

El condón femenino es una manga o bolsa pequeña con un extremo cerrado y el otro, más grande y abierto. Algunos condones femeninos tienen un anillo flexible. Otros tienen un marco flexible en forma de V.

- Ponga el condón en su lugar antes de que el pene de su pareja sexual toque la vagina o el recto.
- Para usarlo en la vagina: inserte el extremo más angosto del condón en la vagina, de la misma manera que se inserta un diafragma. El extremo más grande va sobre la abertura de la vagina para proteger los órganos sexuales de infecciones.
- Guíe el pene dentro del extremo más grande para evitar contacto sin protección entre el pene y la vagina o recto de la pareja sexual.
- Algunas personas usan los condones femeninos en el recto después de remover el anillo menor. Coloque el condón sobre el pene

erecto de su pareja sexual. El condón será insertado en el recto junto con el pene.

- Después del sexo, retire el condón antes de pararse. Retuerza el extremo más grande para mantener al semen adentro. Gentilmente retire el condón y tírelo.

### NONOXYNOL-9

Nonoxynol-9 es una sustancia química que mata el esperma (espermicida). Puede prevenir el embarazo cuando se lo usa en la vagina junto con condones o con otros métodos anticonceptivos. El nonoxynol-9 no debería ser utilizado en la boca o en el recto. Debido a que el nonoxynol-9 mata al VIH en el tubo de ensayo, se consideró que podía utilizarse para prevenir la infección durante las relaciones sexuales. Lamentablemente, muchos son alérgicos al mismo. Sus órganos sexuales (pene, vagina y recto) pueden irritarse y desarrollar heridas que faciliten la diseminación del VIH. No se debe usar **Nonoxynol-9** para prevenir la infección con el VIH.

### MITOS SOBRE LOS CONDONES

- **Los condones no sirven: FALSO.** Varios estudios han mostrado que los condones previenen la transmisión del VIH del 80% al 90% de los casos si se los usa correctamente y cada vez que mantenga relaciones sexuales.
- **Los condones se rompen mucho: FALSO.** Menos del 2% de los condones se rompen cuando se los usa correctamente: no use aceites, no use dos al mismo tiempo ni use condones vencidos.
- **El VIH puede pasar a través de los condones: FALSO.** El VIH no puede atravesar los condones de látex ni de poliuretano o nitrilo. No utilice condones de piel de cordero.

### EN POCAS PALABRAS

Si son usados constantemente y 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.

Para mayor información vea el folleto de la Administración de Alimentos y Fármacos (FDA) de los EE.UU. en

<http://www.fda.gov/oashi/aids/condom.html>

Revisada el 13 de junio de 2014