



¡VA,

▶ ▶ **PERO CON CONDÓN!**

Salud, Balance y Bienestar Joven CDMX

inmujeres.df.gob.mx

[@InmujeresCDMX](#)

[@InmujeresDF](#)

Capital Social **Por Ti**

INMUJERES
INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES



CDMX
CIUDAD DE MEXICO



¡La mejor manera de evitar un embarazo es usar Métodos Anticonceptivos!

El condón es un método anticonceptivo que cuando es usado correctamente actúa como barrera mecánica para evitar embarazos e infecciones de transmisión sexual; cuyo porcentaje de efectividad es del 98% [1].

Uso del condón femenino:

- Revisa que la fecha de fabricación no sea mayor a 5 años y que el empaque se encuentre en buen estado.
- Abre cuidadosamente el paquete para evitar romper el condón.
- Encuentra una posición cómoda (puedes pararte y colocar un pie sobre una silla o recostarte).
- Aprieta los lados del aro interno (formando un 8) e introdúcelo en la cavidad vaginal.
- Empuja el aro interno en la vagina lo más que se pueda, hasta llegar al cuello del útero.
- Adhiere el material del condón a las paredes vaginales.
- Para retirar el condón, enrolla el aro externo para mantener el semen dentro de la funda.
- Retíralo suavemente de la vagina, teniendo cuidado de que no se derrame el semen.

Uso del condón masculino:

- Revisa que la fecha de fabricación no sea mayor a 5 años y que el empaque se encuentre en buen estado.
- Abre cuidadosamente el paquete para evitar romper el condón (no desenrollar el condón antes de ponerse).
- Poner el condón en la punta del pene erecto.
- Dejar un espacio en la punta (entre el glande y el extremo del condón) para que se deposite el semen.
- Deslizar el condón sobre el pene evitando burbujas de aire.
- Después de la eyaculación, retirar el pene aún erecto de la vagina, sosteniendo el condón en la base para evitar el derrame del semen, o que éste se quede en la cavidad vaginal.
- Retirar el condón hacia fuera del pene, teniendo cuidado de no derramar el líquido.

Recuerda:

- Usar un nuevo condón en cada relación sexual y desde el inicio del coito.
- Usar uno a la vez (el femenino o el masculino), nunca juntos.
- Usar lubricante a base de agua.
- Desecharlos en la basura, no en el inodoro.

¹ Según datos de la Nota Descriptiva N°351 sobre Planificación Familiar de la Organización Mundial de la Salud, publicada en Mayo de 2015 en <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs351/es/>

