



**La conexión  
es segura**

# Cómo utilizar el preservativo femenino o de uso interno

Guarda los condones en un lugar seco, a temperatura ambiente (temperaturas muy bajas o muy altas pueden dañarlos), sin luz solar directa. No los guardes en el bolsillo,

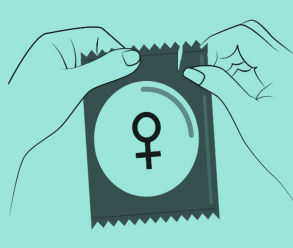
el coche, moto o la cartera durante mucho tiempo (más de 1 mes), ya que la humedad y el calor excesivo pueden dañarlos.

## 1 Caducidad



Es muy importante que antes de usar el preservativo confirmes que este se encuentra en buen estado y no está caducado.

## 2 Al abrirlo



Ábrelo con cuidado (no utilices los dientes, ni tijeras).

## 3 Sujeción



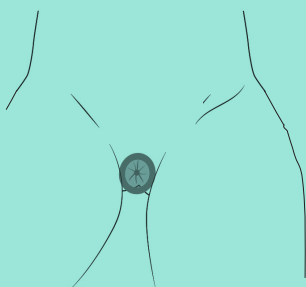
Aprieta los lados del aro interno en el extremo cerrado del condón y deslízalo dentro de la vagina.

## 4 Colocación



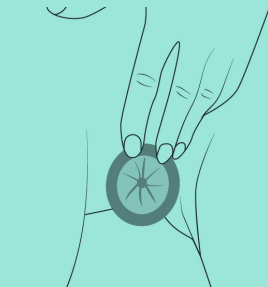
Empuja el aro interno dentro de la vagina lo más que puedas, hasta el cuello del útero. Asegúrate de que no esté retorcido.

## 5 Seguimos



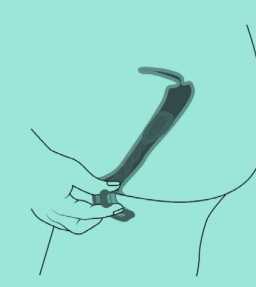
Retira el dedo y deja que el aro externo sobresalga de la vagina.

## 6 Antes de



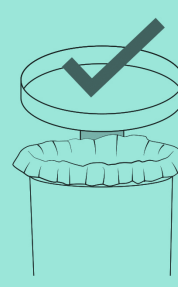
Asegúrate de que el condón esté colocado correctamente en la vagina evitando que haya contacto genital de piel a piel.

## 7 Extracción



No es necesario retirarlo inmediatamente después de la eyaculación. Para retirarlo, gira el anillo que queda afuera y retíralo suavemente con cuidado de que no se derrame el semen.

## 8 Eliminación



Una vez retirado el preservativo se tira a la papelera. Nunca al baño.

## TEN EN CUENTA QUE

**1. Pueden colocarse hasta 8 horas antes** de la relación sexual de penetración.

**2. Los preservativos femeninos o de uso interno vienen ya lubricados**, aunque se puede añadir lubricante extra en el interior del preservativo. Estos preservativos son de nitrilo por lo que pueden usarse lubricantes de base acuosa o aceitosa. Al ser de nitrilo, son aún más resistentes que los preservativos masculinos de látex.

**3. No se puede usar junto con el condón masculino**, porque la fricción entre el poliuretano y el látex pueden provocar que alguno de los dos se rompa.

**4. Utiliza uno nuevo** cada vez que tengas prácticas sexuales coitales.

**5. Con la práctica, tu confianza en el uso de preservativos mejorará.**

  
**Konexioa  
segurua da**

# Nola erabili behar da preserbatibo femeninoa, barruan jartzekoa

Gorde kondoiak toki lehorrean, girotenperaturan (temperatura oso baxuek edo oso altuek kalte egiten ahal diete), eguzkiaren argiak zuzenean jotzen ez duela. Ez gorde

poltsikoan, kotxean, motoan edo diruzorroan denbora luzez (hilabete baino gehiago), hezetasunak eta gehiegizko beroak kalte egiten ahal dietelako.

## 1 Iraungitze



Oso garrantzitsua da pre-serbatiboa erabili aurretik egiaztatzea egoera onean dagoela eta ez iraungita.

## 2 Irekitzean



Ireki ezazu kontuz (ez erabili hortzak edo guraizeak).

## 3 Subjektua



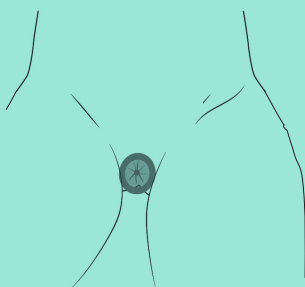
Estutu itzazu barruko uztaiarene aldeak kondoiaren mutur itxian eta sartu baginan barrena.

## 4 Laneratze



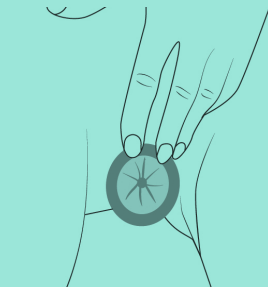
Bultza egin barruko uztaiarene baginaren barruan ahalik eta gehien sar dadin umetokiaren lepora iritsi arte. Egiaztatu ez dagoela bihurrituta.

## 5 Kanpoan



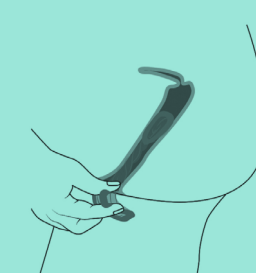
Atera behatza eta utzi kanpoko uztaia baginaz kanpo.

## 6 Aurretik



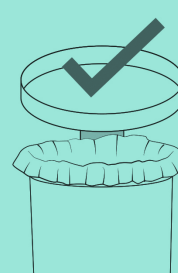
Egiaztatu kondoia behar bezala dagoela jarrita baginan, larruazalak larruazala ukitzen duen kontaktu genitala egon aurretik.

## 7 Erauzketa



Ez da beharrezkoa segi-tuan kentzea eiakulazioaren ondoren. Kentzeko, biratu kanpoan geratu den uztaia eta atera arreta handiz hazia isur ez dadin.

## 8 Ezabatzea



Preserbatiboa kendu ondoan, paperontzira botatzen da hura. Inoiz ez komunera.

## Honako hau izan kontuan

**1. Koitodun harreman sexuala izan baino 8 ordu lehenago ere jartzen ahal dira.**

**2. Preserbatibo femeninoak edo barruan jartzekoak lubrifikatuta daude,** baina lubrifikatzaile gehiago jarri behar daiteke preserbatiboaren barruan. Preserbatibo hauek nitriloak dira eta, beraz, ur- edo olio-oinarria duten lubrifikatzaileak erabiltzen ahal dira. Nitriloak izanik, latexeko preserbatibo maskulinoek baino erresistentzia handiagoa dute.

**3. Ezin da erabili kondoi maskulinoarekin batera;** izan ere, polio- retanoaren eta latexaren arteko igurziketaren ondorioz, bietako bat apurtu daiteke.

**4. Erabili preserbatibo berria** koitoduko jardun sexualak dituzun bakoitzean.

**5. Praktikarekin, konfiantza handiagoa izanen duzu preserbatiboak erabiltzerakoan.**