



El uso del preservativo

La **sexualidad** es la manera en que cada uno vive el hecho de ser hombre o mujer.

Si decides tener relaciones sexuales coitales con otras personas, no corras riesgos innecesarios como embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual...

Para evitarlos siempre que tengas una relación sexual, ya sabes...

UTILIZA EL CONDÓN

Recomendaciones en el uso del preservativo



Adquiere preservativos de calidad.



Comprueba siempre la fecha de caducidad.



Abre el envoltorio con precaución para evitar la ruptura del preservativo (cuidado con uñas, anillos y dientes).



Presévalos del calor, el sol y la humedad porque pueden deteriorarlos.



Coloca el condón sobre el pene en total erección antes de cualquier contacto genital, sujetándolo desde la punta y extendiéndolo hasta la base del pene.



Después de la eyacuación y antes de que el pene pierda su erección, **retíralo sujetando** el condón por la base para evitar que quede dentro.



En caso de que no lleven depósito para la recogida del semen deja un espacio libre de 2 cm en la punta.



No reutilices nunca el preservativo aunque no haya habido penetración ni eyacuación.



Si utilizas **lubrificantes** han de ser de **base de agua**, nunca grasos, la vaselina rompe el látex.



En caso de **rotura**, y si hay riesgo de embarazo, debes acudir inmediatamente en busca de orientación sobre las posibles soluciones antes de **72 horas**.

Centros de Salud Sexual y Reproductiva:

Existe una amplia red de estos Centros en la Comunidad Valenciana, que presentan una atención preferente a los jóvenes. Aquí se te atenderá e informará con absoluta confianza. Para informarte del Centro de Salud Sexual y Reproductiva más próximo a tu domicilio, puedes telefonar a:

Infosalud: **900 161 161**

Teléfono Sexualidad Joven: **902 25 20 20**

Centros de Información y Prevención del Sida:

Teléfono gratuito: **900 70 20 20**

www.san.gva.es



Folosirea prezervativului

Sexualitatea este modalitatea în care fiecare se trăiește faptul de a fi bărbat sau femeie.

Dacă decizi să ai relații sexuale cu alte persoane, nu-ți asuma riscuri inutile precum sarcini nedorite, infecții transmise pe cale sexuală...

Pentru a le evita, totdeauna când ai o relație sexuală, deja ști:

FOLOSESTE PREZERVATIVUL

Recomandări de folosire a prezervativului



Folosește prezervative de **bună calitate**.



Verifică totdeauna **data expirării**.



Desfă ambalajul cu grijă pentru a evita ruperea prezervativului (ai grijă la **unghii, inele și dinți**).



Ferește-le de **căldură, soare și umiditate** deoarece pot să se deterioreze.



Pune prezervativul pe penisul în erecție totală înaintea oricărui contact genital, susținându-l cu mâna de la vârful și extinzându-l până la baza penisului.



După ejaculare și înainte ca penisul să piardă erecția, **scoate prezervativul susținându-l de la bază** pentru a evita să rămână înăuntru.



În cazul în care nu este prevăzut cu depozit pentru colectarea spermei lasă un spațiu liber de **2 cm la vârf**.



Nu reutiliza niciodată prezervativul chiar dacă nu a avut loc penetrația sau ejacularea.



Dacă folosești **lubrificați** trebuie ca aceștia să fie **pe bază de apă**, niciodată grăsimi; vaselina rupe latexul.



În cazul că **s-a rupt** și există riscul de sarcină, trebuie să soliciți imediat sfaturi și soluții, înainte de **72 ore**.

Centrul de Sănătate Sexuală și Reproductivă (CSSR) :

Există o amplă rețea de astfel de Centre în Comunitatea Valenciană care acordă o atenție preferențială tinerilor. Aici ți se va acorda atenție și vei fi foarte bine informat. Pentru a te informa despre Centrul de Sănătate Sexuală și Reproductivă cel mai apropiat de domiciliul tău poți telefona la:

Infosalud (Informații despre sănătate): **900 161 161**

Sexualidad Joven (Sexualitatea tinerilor): **902 25 20 20**

Centre de Informare și Prevenire a Sida:

Telefon gratuit: **900 70 20 20**

www.san.gva.es