



## 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](http://www.san.gva.es)



## L'ús del preservatiu

La **sexualitat** és la manera com cadascú viu el fet de ser home o dona.

Si decideixes tindre relacions sexuals coitals amb altres persones, no còrregues riscos innecessaris com embarassos no desitjats, infeccions de transmissió sexual...

Per a evitar-los sempre que tingues una relació sexual, ja ho saps...

### UTILITZA EL CONDÓ

### Recomanacions per a l'ús del preservatiu:



Adquireix preservatius de **qualitat**.



Comprova'n sempre la data de caducitat.



Destapa'l amb compte per evitar danyar-lo (les ungles, els anells o les dents poden foradar-lo).



Preserva'ls de la calor, el sol i la humitat perquè poden fer-se malbé.



Col·loca el condó sobre el penis erecte abans de qualsevol contacte genital i, subjectant-lo des de la punta, el desplegues fins a la base del penis.



Després d'ejacular, i abans que el penis perda l'erecció, has de retirar el preservatiu subjectant-lo per la base per evitar que es desprenga i es quede dins.



Quan no tinguen dipòsit per a la recollida del semen, deixa un espai lliure de 2 cm en la punta.



No tornes a usar mai el mateix preservatiu encara que no hi haja hagut penetració ni ejaculació.



Si uses lubricants, cal que siguen de base d'aigua, no mai grassos, ja que la vaselina trenca el làtex.



Si es trenca i hi ha risc d'embaràs, has d'anar immediatament a buscar orientació sobre les possibles solucions abans de les 72 hores.

### Centres de Salut Sexual i Reproductiva:

N'hi ha una àmplia xarxa a la Comunitat Valenciana, la majoria dels quals tenen horaris específics per a joves. Ací se t'atendrà i informarà amb absoluta confiança. Per a informar-te del Centre de Salut Sexual i Reproductiva més prop de casa teua, pots telefonar:

Infosalut: **900 161 161**

Telèfon Sexualitat Jove: **902 25 20 20**

### Centres d'Informació i Prevenció de la Sida:

Telèfon gratuït: **900 70 20 20**

[www.san.gva.es](http://www.san.gva.es)