

Uso de condones, tipos y tamaños de condones

¿Por qué debo usar un condón?

Los condones son la única forma de protección que puede ayudar a detener la transmisión de enfermedades de transmisión sexual (ETS) como el VIH y también prevenir el embarazo.

Preparándose, cómo elegir el condón correcto



Numerosos tipos diferentes de condones están disponibles hoy en día. Lo que generalmente se llama condón es el condón 'masculino', un preservativo o cubierta que se ajusta sobre el pene del hombre, y que es cerrado en un extremo.

Ahora, también hay un condón femenino, o preservativo vaginal, que es usado por una mujer y que se ajusta dentro de la vagina. El resto de la página trata acerca del condón masculino.

¿De qué están hechos los condones?

Los condones habitualmente están hechos de látex o poliuretano. Si es posible se debe usar un condón de látex, puesto que son algo más confiables, y en la mayoría de los países se los consigue más fácilmente.

Los condones de látex sólo pueden ser usados con lubricantes a base de agua, y no con lubricantes a base de aceite como la Vaselina o crema fría puesto que destruyen el látex. Una pequeña cantidad de personas sufre de reacción alérgica al látex y puede usar condones de poliuretano en lugar de los de látex.

Los condones de poliuretano están hechos de un tipo de plástico. Son más finos que los condones de látex, y por lo tanto aumentan la sensibilidad y son más agradables al tacto y en apariencia para algunos usuarios. Son más costosos que los condones de látex y un poco menos flexibles de modo que puede ser necesaria más lubricación. Sin embargo, se pueden usar con ellos tanto lubricantes a base de aceite como de agua.

No está claro si los condones de látex o de poliuretano son más resistentes puesto que hay estudios que sugieren que cualquiera de los dos tienen menos posibilidades de romperse.

Con ambos tipos, sin embargo, la posibilidad de roturas es muy pequeña si se usan correctamente.

La lubricación en los condones también varía. Algunos condones no están lubricados en absoluto, algunos están lubricados con una sustancia siliconada y algunos tienen un lubricante a base de agua. La lubricación en los condones apunta a hacer que el condón sea más fácil de colocar y más cómodo de usar. También puede ayudar a prevenir la rotura del condón.

Espermicidas y Nonoxinol 9

Los condones y los lubricantes, en ocasiones, contienen un espermicida llamado Nonoxinol 9. El agregado de Nonoxinol 9 en los condones, en el pasado, se creyó que ayudaba a prevenir embarazos y la transmisión de VIH y otras ETS, pero ahora se sabe que es ineficaz.

¿Qué formas hay y cuál debería elegir? ¿Qué pasa con los condones saborizados?



Los condones vienen en diversas formas. La mayoría tienen una punta de reserva aunque algunos tienen una punta chata. Los condones pueden ser de forma regular (con los lados rectos), de forma de calce (hendidos debajo de la cabeza del pene) o pueden ser acampanados (más anchos sobre la cabeza del pene).

Los condones acanalados son texturados con nervaduras o protuberancias, que pueden aumentar las sensaciones para los dos en la pareja. Los condones también vienen en varios colores.

La elección de la forma es personal. Todas las diferencias en la forma están diseñadas para adaptarse a diferentes preferencias personales y aumentar el placer. Es importante comunicarse con la pareja para asegurarse de que están usando condones que satisfacen a ambos.

Algunos condones son saborizados para hacer más agradable el sexo oral. También son seguros para usar en sexo penetrante siempre que hayan sido probado y aprobados.

¿Qué pasa con el tamaño del condón?

Los condones están hechos de diferente longitud y ancho y diferentes fabricantes producen varios tamaños.

No hay una longitud estándar para los condones, aunque los hechos de goma natural siempre se estirarán si es necesario para adecuarse a la longitud del pene erecto del hombre.

El ancho de un condón también puede variar. Algunos condones tienen un ancho algo más pequeño para dar un calce "más ajustado", mientras que otros son un poco más grandes. Los fabricantes de condones se han dado cuenta de que se necesitan diferentes longitudes y anchos y cada vez están ampliando más su espectro de tamaños.

Las marcas son diferentes en cada país, por lo tanto hay que hacer una investigación propia de las diferentes marcas. No hay una mejor marca particular de condones.

¿Entonces cuándo se usa un condón?

Hay que usar un condón nuevo cada vez que se tiene relaciones sexuales. Nunca use el mismo condón dos veces. Coloque el condón después de que el pene esté erecto y antes de que haya cualquier contacto entre el pene y cualquier parte del cuerpo de la pareja. Si se pasa de sexo anal a sexo vaginal se debe considerar cambiar de condón.

¿Dónde puedo conseguir condones?

No hay límites de edad para comprar condones. Comprar un condón sin importar la edad que se tenga demuestra responsabilidad por nuestras acciones. Las clínicas de planificación familiar y salud sexual proporcionan condones gratis. Los condones están disponibles para la compra en supermercados, tiendas de 24hs y en estaciones de servicio. Las máquinas expendedoras que venden condones se encuentran en baños públicos en muchos lugares. También se los puede ordenar en línea a diferentes fabricantes y distribuidores.

¿Cómo puedo revisar que un condón es seguro para usar?

Los condones tienen una fecha de vencimiento (Exp) o de fabricación (MFG) en la caja o el paquete individual que dice hasta cuándo es seguro usar el condón. Es importante controlar esto al usar un condón. También se debe asegurar que el paquete y el condón parezcan estar en buenas condiciones.

Los condones se pueden deteriorar si no se almacenan apropiadamente puesto que son afectados tanto por el calor como por la luz. De modo que es mejor no usar un condón que haya sido guardado en un bolsillo trasero, la billetera, o la guantera del coche. Si un condón está pegajoso o muy seco no se debe usar dado que el paquete probablemente haya sido dañado.



¿Cómo se usa un condón?

Abra el paquete del condón en una esquina teniendo cuidado de no romper el condón con las uñas, los dientes o por ser demasiado brusco. Asegúrese de que el paquete y el condón parezcan estar en buenas condiciones y, si tiene una fecha de vencimiento, controle que la fecha no haya pasado.

Coloque el condón enrollado sobre la punta del pene erecto, y si el condón no tiene una punta para reserva, apriete la punta del condón lo suficiente para dejar un centímetro de espacio para que se junte el semen. Si el hombre no está circuncidado, entonces retraiga el prepucio antes de desenrollar el condón.

Quite con un pellizco el aire de la punta del condón con una mano y desenrolle el condón sobre el pene con la otra mano. Desenrolle el condón todo a lo largo hasta la base del pene y alise cualquier burbuja de aire. (Las burbujas de aire pueden causar que un condón se rompa.)

Si se desea usar algo de lubricación extra, colóquese por fuera del condón. Pero utilice siempre un lubricante a base de agua con los condones de látex, ya que un lubricante a base de aceite causa que el látex se rompa.

El hombre que usa el condón no siempre tiene que ser el que se lo coloque, puede ser algo muy bonito que lo haga su pareja.

¿Qué hacer si el condón no se desenrolla?

El condón debe desenrollarse suave y fácilmente desde el borde de afuera. Si tiene que hacer un esfuerzo o si toma más de unos segundos, probablemente significa que se está tratando de colocar el condón al revés. Para sacarse el condón, no trate de enrollarlo nuevamente. Sosténgalo cerca del borde y deslícelo hacia afuera. Luego comience nuevamente con un condón nuevo.

¿Cuándo hay que quitarse el condón?

Retirar antes de que el pene se afloje y sostenga el condón contra la base del pene mientras se lo retira, de modo que el semen no se derrame. El condón debe ser desechado apropiadamente, por ejemplo envolviéndolo en papel tisú y arrojándolo a la basura. No es bueno arrojar condones por el inodoro - son malos para el ambiente.

¿Qué hacer si un condón se rompe?

Si un condón se rompe durante una relación sexual, entonces retire rápidamente y reponga el condón. Mientras está teniendo sexo, revise el condón de tanto en tanto, para asegurarse de que no haya derramado o se haya salido. Si el condón se ha roto y siente que ha salido semen del condón durante el acto sexual, debe considerarse conseguir anticoncepción de emergencia como la píldora del día después.

¿Qué condones se deben usar para el sexo anal?

Con el sexo anal se pone más tensión sobre el condón. Se pueden usar condones más resistentes (que son más gruesos) pero los condones estándar son igual de efectivos siempre que se usen correctamente con mucha lubricación. Los condones con un lubricante que contenga Nonoxinol 9 **NO** deben usarse para sexo anal ya que el Nonoxinol 9 daña el revestimiento interior del recto aumentando el riesgo de VIH y la transmisión de otras ETS.

¿Es efectivo usar condón?



Si se usa apropiadamente, un condón es muy efectivo para reducir el riesgo de ser infectado con VIH durante una relación sexual. Usar condón también proporciona protección contra otras enfermedades de transmisión sexual y protección contra embarazos. En el laboratorio, los condones de látex son muy eficaces para bloquear la transmisión de VIH porque los poros en los condones de látex son demasiado pequeños para permitir que pase el virus. Sin embargo, fuera del laboratorio los condones son menos eficaces porque las personas no siempre los usan apropiadamente.

¿Cómo se desecha un condón usado?

Todos los condones deben ser desechados envolviéndolos en papel tisú o papel higiénico y arrojándolos en el cubo de basura. Los condones no deben ser arrojados por el inodoro ya que pueden causar bloqueos en el sistema de aguas residuales y contaminación.

Los condones de látex se hacen principalmente con látex con el agregado de agentes estabilizantes, conservantes y de vulcanización (endurecimiento). El látex es una sustancia natural hecha del árbol de caucho, pero debido a los ingredientes agregados la mayoría de los condones de látex no son biodegradables. Los condones de poliuretano están hechos de plástico y no son biodegradables. Los condones de látex biodegradables están disponibles en algunos fabricantes.

¿Cómo puedo convencer a mi pareja de que debemos usar condones?

Puede ser difícil hablar acerca del uso de condones. Pero no se debe permitir que la vergüenza se convierta en un riesgo para la salud. La persona con la que está pensando tener sexo puede no estar de acuerdo al principio cuando diga que desea usar un condón al tener sexo. Estos son algunos comentarios que se pueden hacer y algunas respuestas que se pueden intentar...

EXCUSA	RESPUESTA
¿No confías en mí?	La confianza no es la cuestión, las personas pueden tener infecciones sin saberlo
No se siente tan bien con un condón	Me sentiré más relajado, si estoy más relajado puedo hacer que se sienta mejor para ti.
No mantengo la erección cuando me pongo un condón	Te ayudaré a ponértelo, eso te ayudará a mantener la erección.
Temo pedirle a él que use condón. Pensará que no confío en él.	Si no puede pedirle, probablemente no confía en él.
No siento nada cuando uso un condón.	Tal vez de ese modo durarás aún más y eso lo compensará.
No tengo un condón conmigo	Yo sí
Depende de él... es su decisión	Es nuestra salud. ¡Debe ser nuestra decisión también!
Estoy tomando la píldora, no necesitas un condón	Me gustaría usarlo de todos modos. Ayudará a protegernos de infecciones que tal vez no sabemos que tenemos.
No es tan sensible y no siento nada	Tal vez de ese modo durarás aún más y eso lo compensará.
Ponérselo interrumpe todo	No si ayudo a ponértelo
Supongo que realmente no me amas	Sí te amo, pero no arriesgaré mi futuro para probarlo
Me retiraré a tiempo	Las mujeres pueden embarazarse y contraer ETS a partir de la pre-eyaculación
Pero yo te amo	Entonces nos ayudarás a protegernos.
Sólo esta vez	Una vez es todo lo que hace falta

Hay muchas razones para usar condones cuando se tiene sexo. Se puede ir pasando por estos razonamientos con la pareja y ver qué piensa.

Razones para usar condones

1. Los condones son el único anticonceptivo que ayuda a prevenir tanto embarazos como la propagación de enfermedades de transmisión sexual (incluyendo VIH) cuando se usan apropiadamente y con regularidad.
2. Los condones son uno de los métodos más confiables de control de natalidad cuando se usan apropiadamente y con regularidad

3. Los condones no tienen ninguno de los efectos médicos secundarios que pueden tener otros métodos de control de natalidad.
4. Los condones están disponibles en varias formas, colores, sabores, texturas y tamaños - para aumentar la diversión de hacer el amor con condones.
5. Los condones están disponibles en farmacias, supermercados y tiendas de 24hs. No es necesario una receta ni visitar a un médico.
6. Los condones hacen que el sexo sea menos engorroso.
7. Los condones son fáciles de usar. Con un poco de práctica, también pueden sumar confianza para poder disfrutar del sexo.
8. Los condones sólo se necesitan cuando se tiene sexo, a diferencia de otros anticonceptivos que requieren que se los tome o se los tenga todo el tiempo.

Aquí tiene también algunos consejos que pueden ayudar a sentirse más confiado y relajado con el uso de condones.

Consejos para sentir confianza

- Mantenga los condones a mano en todo momento. Si las cosas empiezan a ponerse calientes - estará preparado. No es una buena idea encontrarse con que hay que salir corriendo en el momento crucial para comprar condones - en el pico de la pasión puede no querer hacerlo.
- Cuando compre condones, no se avergüence. En todo caso, esté orgulloso. Demuestra que es responsable y seguro y que cuando llegue el momento valdrá la pena. Puede ser más divertido ir a comprar condones con la pareja o un amigo. Hoy en día, también es fácil comprar condones discretamente por Internet.
- Hable con su pareja acerca de usar un condón antes de tener sexo. Quita la ansiedad y la vergüenza. Saber qué opinan los dos antes de que la pasión comience hará que sientan mucha más confianza si los dos están de acuerdo y contentos acerca de usar condones.
- Si es nuevo con los condones, la mejor forma de aprender cómo usarlos es practicar colocándoselos uno mismo o con la pareja. No lleva mucho tiempo volverse un experto.
- Si siente que los condones interrumpen la pasión entonces pruebe con introducir los condones en su relación sexual. Puede resultar realmente erótico si la pareja ayuda a colocarlo o si lo hacen juntos.