

Pasos para el uso correcto del preservativo

“Te pueden decir que es incómodo, que quita placer, que corta la relación y otras cosas por el estilo pero hoy en día, los preservativos están hechos de un material muy fino y suave... que apenas se notan”

1. adquiere preservativos de calidad que estén **homologados**.
2. comprueba siempre la **fecha de caducidad**.
3. **protégelos** del sol, el calor y la humedad porque se pueden deteriorar.
4. **abre el envoltorio con cuidado**, asegúrate de no romper el preservativo. ¡Cuidado con uñas, dientes y anillos!
5. coloca el preservativo **antes de cualquier contacto genital** con o sin penetración y recuerda que también con el sexo oral debes protegerte ¡ah! Si utilizas lubricantes procura que sea de base de agua, nunca grasos ya que pueden romper el preservativo.
6. sin soltar la punta del preservativo desenróllalo a lo largo hasta que cubra la totalidad del pene.



7. después de la eyaculación y **antes de que el pene pierda su erección**, retíralo sujetando el preservativo por la base
8. después de quitarte el preservativo, hazle un nudo y **tíralo a la basura**
9. usa un preservativo nuevo en cada relación sexual
10. no esperes a última hora. Ten siempre un preservativo a mano. Los puedes comprar en farmacias, máquinas expendedoras o supermercados.