

PRESERVATIVO MASCULINO:

Existe com várias formas, cores, sabores, texturas e tamanhos, pelo que poderá escolher o mais adequado à prática sexual que vai ter. A maioria é feita de látex.

Sexo anal: use preservativos “extra-fortes” e um lubrificante de base aquosa.

Sexo oral: escolha preservativos mais finos, com sabores e sem lubrificantes.

Colocação:

- ◆ Verifique qual a direção em que desenrola.
- ◆ Segure a ponta do preservativo entre dois dedos, para expelir o ar do reservatório onde deverá ficar o esperma.
- ◆ Coloque-o na ponta do pénis em ereção e desenrole-o.
- ◆ Após a ejaculação, retire o pénis, segurando o anel de modo a evitar a saída de esperma. Dê um nó e deite no lixo.

Se não conseguir uma colocação correta, repita com um novo.

Que fazer se o preservativo romper?

Remova-o imediatamente.

Consulte o seu médico, porque pode ter adquirido uma IST.

As mulheres que não fazem contraceção segura podem tomar “a pílula do dia seguinte”.

PRESERVATIVO FEMININO:

Tem a forma de um tubo fechado num dos lados, com um anel flexível na extremidade fechada e outro, maior, no lado aberto. Pode ser de silicone ou poliuretano.

Colocação

- ◆ Aperte o anel flexível entre os dedos polegar e médio e introduza na vagina.
- ◆ Empurre para o fundo de forma a extremidade fechada do preservativo cobrir o colo do útero.
- ◆ O anel da extremidade aberta fica para fora da vagina.
- ◆ Durante a relação introduza o pénis no preservativo feminino, que deve cobrir a vulva, a vagina e o colo do útero.
- ◆ No final aperte e torça o anel externo, para manter o sémen dentro do preservativo. Retire com cuidado e deite no lixo.

Pode ser colocado até 8 horas antes da relação sexual.

PRESERVATIVOS

Utilize-os quando faz sexo vaginal, oral ou anal.

- ◆ Verifique o prazo de validade.
- ◆ Use um novo preservativo em cada novo contacto sexual.
- ◆ Não os guarde em local quente ou expostos ao sol.
- ◆ Não abra a embalagem com as unhas ou objetos cortantes.
- ◆ Não coloque dois preservativos ao mesmo tempo.
- ◆ Utilize lubrificantes de base aquosa.
- ◆ Tenha sempre preservativos disponíveis.