

El preservativo, usado adecuadamente, es el método más efectivo para prevenir las infecciones de transmisión sexual (ITS): VIH, sífilis, gonorrea, virus del papiloma humano (VPH), infecciones por clamidias, tricomonas, virus de la hepatitis B, C o A. Las ITS se transmiten en los contactos íntimos con mucosas y fluidos sexuales (semen, líquido preseminal o fluido vaginal) y, por lo tanto, el preservativo debe colocarse antes del contacto con las mucosas y con estos fluidos.

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL USO

La penetración anal sin preservativo, tanto receptiva como insertiva, se considera la práctica de mayor riesgo para la transmisión de ITS. Uno de los principales obstáculos para emplear el preservativo es no disponer de él, **llévalo siempre arriba** por si surge la ocasión y recuerda conservarlo en las condiciones idóneas.

PROTECCIÓN

Si te penetran analmente, el preservativo evitará que el interior del ano entre en contacto con la mucosa, el semen o el líquido preseminal de tu pareja. Cualquiera de estos dos fluidos tienen capacidad para transmitir ITS como el VIH. Si eres tú quien penetra, el preservativo evitará que el pene se ponga en contacto con la mucosa anal, con las secreciones y con la sangre de los desgarros que se puedan producir durante la penetración. En el sexo oral también debes emplear el preservativo para evitar la transmisión del VIH o cualquier otra ITS. Evita siempre la eyaculación en la boca y tragar el semen ya que es la práctica de mayor riesgo del sexo oral.

Es importante protegerse con el preservativo, si tu pareja (especialmente si es una pareja ocasional) no quiere emplearlo piensa si te interesa tener una relación sexual desprotegida con una persona que ni protege su salud ni respeta tu derecho a protegerte. Recuerda que una sola práctica de riesgo es suficiente para transmitir el VIH u otra ITS.

MODO DE EMPLEO

En primer lugar debe revisarse la fecha de caducidad, la presencia del marcado CE y la integridad del envoltorio. Si observamos que está caducado o el envoltorio no está íntegro debe descartarse. El preservativo debe colocarse sobre el pene erecto antes de producirse el contacto con la pareja. Una vez retirado del envoltorio hay que desenrollarlo sobre el pene para extenderlo de forma idónea. Tras la eyaculación, el pene debe retirarse lentamente antes de que desaparezca totalmente la erección. Se mantendrá puesto el preservativo y se sujetará por su base para asegurar que no haya salida de semen durante la retirada. El preservativo solamente puede emplearse una vez y no debe reutilizarse jamás. En el supuesto de que esté usando medicamentos de uso tópico sobre el pene o la vagina, consultar con un médico/a o farmacéutico/a sobre su compatibilidad con los preservativos. Después de utilizarlo se debe tirar a la basura, nunca al retrete.

ROTURA

Para reducir el riesgo de rotura del preservativo debe conservarse y emplearse adecuadamente. El preservativo debe conservarse en un sitio fresco, seco y no exponerlo al sol. Solamente debe sacarse de su envoltorio en el momento de emplearlo. Hay que evitar tocar el preservativo con uñas afiladas, sortijas, dientes, etc y debe tratarse con suavidad al extraerlo del envase. El lubricante favorece la penetración y dificulta la rotura. Utiliza solo lubricantes con base acuosa. Los lubricantes oleosos como la vaselina, parafina, aceite infantil, lociones corporales, aceites para masajes, mantequilla, margarina y otros aceites pueden dañar el preservativo. Nunca emplees dos preservativos al mismo tiempo porque el roce entre ambos favorece que se rompan.

¿Qué hacer si se rompe el preservativo?

Si practicaste penetración anal, receptiva o insertiva, con un hombre con VIH y se os rompió el preservativo, acude a un Servicio de Urgencias hospitalario para que valoren la posibilidad de iniciar un tratamiento antirretroviral llamado Profilaxis Postexposición. Es un tratamiento de emergencia que debe iniciarse lo antes posible y siempre antes de las 72 horas posteriores a la práctica de riesgo. Estos fármacos solo deben tomarse de forma excepcional una vez que el médico/a valorara el riesgo/beneficio del tratamiento.