

Métodos barrera. Preservativo femenino y diafragma

¿Qué es el preservativo y para qué sirve?

Es una funda de plástico con forma de saco que se adapta al pene (en el caso del preservativo masculino) o a la vagina (preservativo femenino). Se coloca antes de tener relaciones sexuales para impedir el contacto directo con los fluidos sexuales.

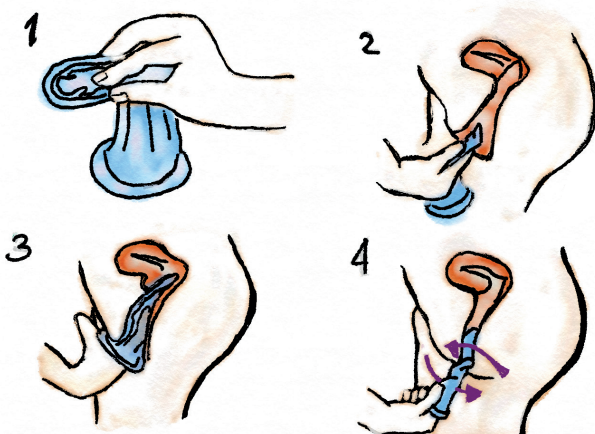
Los preservativos son el **único método que evita tanto el embarazo no deseado como el contagio de enfermedades de transmisión sexual** (hepatitis, sífilis, gonorrea, clamidia y sida, entre otras). También protege del virus del papiloma humano y, por tanto, del cáncer de cérvix. Por todo ello, se trata del método más recomendable.

¿Es efectivo?

Tiene una efectividad del 99%. Se debe mantener en un lugar frío y seco y evitar someterlo a demasiada presión. Hay que comprobar la fecha de caducidad antes de usarlo.

Preservativo femenino. ¿Cómo se coloca?

Se abre el envoltorio con cuidado para no rasgar el plástico. Se coge la anilla externa y



la interna, se introduce y se empuja hasta el fondo de la vagina. Se coloca de forma horizontal, para que cubra el cuello del útero. Después se desenrolla hasta que el anillo externo quede a la altura de los labios. Para retirarlo, se sujeta por el anillo externo y se tira de él con cuidado. Se comprueba que no esté roto, se hace un nudo y se desecha. En cada coito se debe utilizar un preservativo nuevo.

Diafragma. ¿Qué es?

El diafragma es un método barrera reutilizable. Consiste en una membrana de plástico alrededor de una anilla. Se introduce en de la vagina y se empuja hasta el fondo, de manera que cubra el cuello del útero.

Debe utilizarse siempre con crema espermicida, en cada relación que se mantenga. Sin crema, el sistema no es efectivo.

Se puede colocar desde 2h antes de la relación sexual. Para que sea efectivo, es necesario mantenerlo puesto un mínimo de 6 a 8h después de la relación, y con espermicida. Se puede llevar hasta 24 horas después. Una vez retirado, se lava y se puede guardar en el envase. No protege de las enfermedades de transmisión sexual.