



What are Condoms and How do Condoms Work?

Condoms are sheaths of thin latex or plastic worn on the penis during sex. Condoms collect semen ("cum") before, during, and after a man ejaculates ("cums").

Why use a condom?

If used correctly, condoms are the cheapest, easiest and best way to protect against sexually transmitted infections /diseases (STIs/STDs) and pregnancy. Condoms should be used correctly during oral sex (blow jobs), anal sex and vaginal sex. If used correctly, condoms are 98% effective at preventing STIs/STDs and pregnancy.

Condom tips

- **Carry condoms with you** and store them near you where you might have sex.
- **Heat damages condoms** and causes them to break. Store condoms in a cool place. Never leave condoms in a warm place like wallets and warm cars.
- **Check the expiration date.** Old condoms can break. Do not use condoms that have no expiration date.
- **Lubrication is important.** Buy lubricated condoms and use water-based lubricants (gels) made for sex like K-Y Jelly® or Astroglide®. Extra lubrication reduces friction (dry surfaces rubbing together). Too much friction can cause condoms to break. Do not use oil-based lotions, Vaseline® or baby oils.
- **Find a condom you like.** Condoms come in different colors, sizes, and flavors. Flavored condoms can be used for oral sex (blow job). There are latex-free condoms.
- **Practice makes perfect.** Practice putting on a condom before you have sex. Build your confidence before you are with your partner!

How to use a condom

Step 1 Take Care of Your Condoms

- Open the package carefully, don't use your teeth.
- Take it out and look to see which way it unrolls before the condom touches your penis.

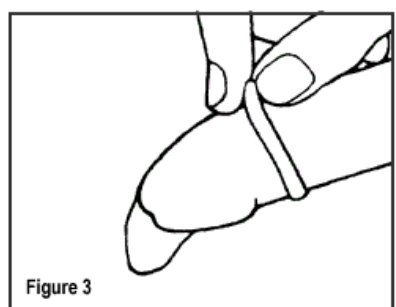
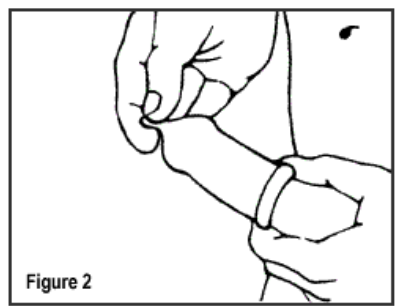
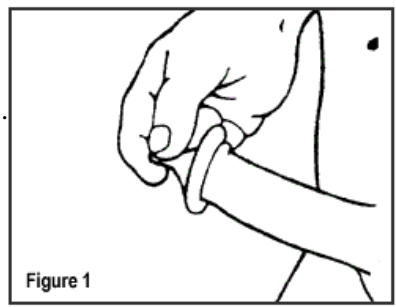
Step 2 Put the Condom On

Remember, it is important to put the condom on the penis when it is hard and erect before the penis touches your partner.

- Pinch the entire tip of the condom between your thumb and first finger of one hand so that there is 1/2 inch of room at the top with no air bubble. (Figure 1)
- Use one hand to roll down the condom while keeping the other hand pinching the tip of the condom. Unroll the condom all the way down to the base of the penis. (Figure 2)

Step 3 After Sex

- Soon after ejaculating ("cumming") and while the penis is still hard, hold on to the base of the condom as you pull out so you do not leave the condom in your partner and spill the semen inside your partner.
- Move away from your partner so you do not spill the semen on him or her and take it off.
- Throw away used condoms and never use a condom more than once. (Figure 3)



Who do I call if I have questions or problems?

If you have questions call the clinic at (303) _____. You can also call the Denver Health NurseLine at (303) 739-1211 any time day or night.



Special instructions: _____

“How to Use a Condom” PATIENT INFORMATION DENVER HEALTH - a



¿QUÉ son los Condones y Cómo Funcionan?

Los condones son fundas de látex o plástico delgado, que se colocan en el pene durante el acto sexual. Los condones recogen el semen (“la venida”) antes, durante y después de que un hombre eyacula (“se viene”).

¿Por qué usar condón?

Usados correctamente, los condones son la manera más barata, fácil y adecuada de protegerse contra las infecciones/enfermedades de transmisión sexual (ITS/ETS) y contra el embarazo. Los condones deben usarse correctamente durante el sexo oral (mamada), sexo anal y sexo vaginal. Si se usan correctamente, los condones tienen una eficacia del 98% en prevenir ITS/ETS y embarazo.

Consejos sobre el uso del condón

- **Lleve condones con Ud.** y guárdelos cerca de Ud. donde podría tener sexo.
- **El calor daña los condones** y hace que se rompan. Mantenga los condones en un lugar fresco. Nunca los deje en un lugar caluroso como billeteras y automóviles calientes.
- **Verifique la fecha de expiración.** Los condones viejos pueden romperse. No use condones sin fecha de expiración.
- **La lubricación es importante.** Compre condones lubricados y use lubricantes con base de agua (geles) hechos para relaciones sexuales, tales como K-Y Jelly® o Astroglide®. La lubricación extra reduce la fricción (superficies secas que se frotan). Demasiada fricción puede romper los condones. No use lociones con base de aceite, Vaseline® o aceites para bebé.
- **Encuentre un condón que le guste.** Los condones vienen en diferentes colores, tamaños y sabores. Los condones con sabores pueden usarse para el sexo oral (mamada). Hay condones sin látex.
- **La práctica hace la perfección.** Practique ponerse un condón antes de tener sexo. ¡Desarrolle confianza antes de estar con su pareja!

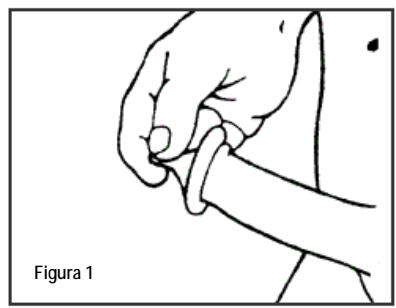


Figura 1

Cómo usar un condón

Paso 1 Cuide sus Condones

- Abra el paquete cuidadosamente, no use los dientes.
- Sáquelo y mire en qué sentido se desenrolla antes que el condón toque su pene.

Paso 2 Póngase el Condón

Recuerde, es importante ponerse el condón cuando el pene esté duro y erecto, antes que el pene toque a su pareja.

- Pellizque la punta completa del condón entre los dedos pulgar e índice de una mano, de modo que haya ½ pulgada de espacio en la parte superior sin burbuja de aire. (Figura 1)
- Use una mano para deslizar el condón hacia abajo mientras mantiene la otra mano pellizcando la punta del condón. Desenrolle el condón totalmente hacia bajo hasta la base del pene. (Figura 2)

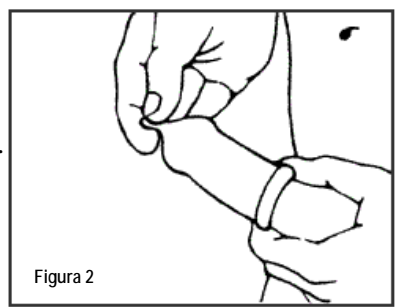


Figura 2

Paso 3 Después del Sexo

- Poco después de eyacular (“venirse”) y mientras el pene todavía está duro, agarre la base del condón a medida que lo saca, de modo que Ud. no deje el condón en su pareja y no derrame el semen dentro de su pareja.
- Retírese de su pareja para no derramar el semen sobre él/ella y sáqueselo.
- Tire los condones usados y nunca use un condón más de una vez. (Figura 3)

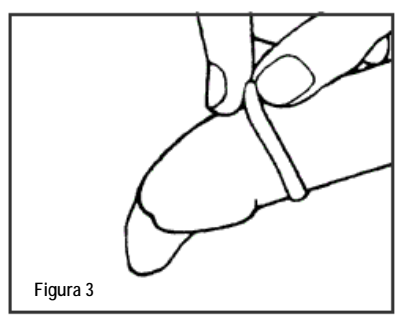


Figura 3

¿A quién llamo si tengo preguntas o problemas?

Si tiene preguntas llame a la clínica al (303) _____. También puede llamar a la Línea de la Enfermera de Denver Health al (303) 739-1211 a cualquier hora del día o de la noche.



Instrucciones especiales:

“Cómo usar un Condón” PATIENT INFORMATION DENVER HEALTH