

Preservativos femeninos

Puntos clave para proveedores y usuarias

- **Los preservativos femeninos ayudan a proteger contra las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por el VIH.** Los preservativos son el único método anticonceptivo que puede proteger tanto frente al embarazo como frente a las ITS.
- **Para conseguir la mayor efectividad, es necesario usarlos correctamente en cada acto sexual.**
- **La mujer puede comenzar a usar el preservativo femenino, pero el método requiere la cooperación de su pareja.**
- **Puede requerir algo de práctica.** Al adquirir experiencia se hace más fácil introducir y retirar el preservativo femenino de la vagina.

¿Qué son los preservativos femeninos?

- Son revestimientos que se adaptan a la vagina de la mujer, sin quedar estrechamente ajustados; están hechos de una película delgada de plástico suave y transparente.
 - Tienen aros flexibles en ambos extremos
 - El aro situado en el extremo cerrado ayuda a insertar el preservativo.
 - El aro del extremo abierto ayuda a mantener parte del preservativo fuera de la vagina.
- Los preservativos femeninos se hacen de diversos materiales, como látex, poliuretano y nitrilo.
- Funcionan formando una barrera que impide que los espermatozoides entren en la vagina, evitando así el embarazo. También impiden que los microorganismos presentes en el semen, el pene o la vagina infecten a la pareja.

¿Cuán efectivos son?

La efectividad depende de la usuaria: El riesgo de embarazo o de ITS es mayor cuando no se utilizan los preservativos femeninos en cada acto sexual. Son muy pocos los casos de embarazos o infecciones debidos a que el preservativo no se utiliza bien, se sale o se rompe.

Protección frente al embarazo:

- Tal como se suelen utilizar, durante el primer año se registran cerca de 21 embarazos por cada 100 usuarias de los preservativos femeninos. Esto significa que 79 de cada 100 usuarias de preservativos femeninos no se quedarán embarazadas.
- Cuando se usan de manera correcta en cada acto sexual, en el primer año se producen cerca de 5 embarazos por cada 100 usuarias de los preservativos femeninos.

Recuperación de la fertilidad después de dejar de usar los preservativos: Sin demora

Protección contra la infección por el VIH y otras ITS:

- Cuando se utiliza de manera correcta en cada acto sexual, el preservativo femenino reduce el riesgo de contraer ITS, incluida la infección por el VIH.



¿Por qué algunas mujeres dicen que les gustan los preservativos femeninos?

- La mujer puede comenzar a usarlos por sí misma.
- Tienen una textura suave y húmeda que brinda una sensación más natural que el preservativo masculino de látex durante la relación sexual.
- Ayuda a proteger tanto frente al embarazo como frente a las ITS, incluida la infección por el VIH.
- A algunas mujeres, el anillo externo les brinda una estimulación sexual adicional.
- Pueden utilizarse sin necesidad de consultar a un proveedor de atención de salud.

¿Por qué algunos hombres dicen que les gustan los preservativos femeninos?

- Pueden colocarse de antemano, por lo que no interrumpen la relación sexual.
- No son ajustados ni aprietan como los preservativos masculinos.
- No disminuyen la sensación sexual, como sucede con los preservativos masculinos.
- No es preciso retirarlos inmediatamente después de la eyaculación.



Efectos secundarios, beneficios y riesgos para la salud

Efectos secundarios

Ninguno

Beneficios conocidos para la salud

Ayudan a proteger contra:

- El riesgo de embarazo
- Las ITS, incluida la infección por el VIH

Riesgos conocidos para la salud

Ninguno

Aclarar malentendidos (véase también “Preguntas y respuestas”, p. 269)

Preservativos femeninos:

- No pueden perderse en el cuerpo de la mujer.
- No son difíciles de usar, pero hay que aprender a utilizarlos correctamente.
- No tienen orificios que permitan el paso del VIH.
- Los utilizan las parejas casadas. No solo se usan en relaciones sexuales extramatrimoniales.
- Evitan el contagio de enfermedades en la mujer porque impiden que el semen entre en su cuerpo.

Quién puede usar preservativos femeninos

Criterios médicos de elegibilidad para el uso de Preservativos femeninos

Todas las mujeres y todos los hombres pueden usar preservativos femeninos, excepto los que hayan presentado una reacción alérgica grave al látex, que no deben usar preservativos femeninos de látex.

En circunstancias especiales—por ejemplo, si hay un alto riesgo de padecer ITS o una infección por el VIH—, si no se dispone de preservativos que no sean de látex, un proveedor capacitado que pueda evaluar cuidadosamente la afección o la situación del hombre o de la mujer puede decidir si él o ella pueden usar preservativos de látex.

Los preservativos hechos de materiales que no sean el látex no causan reacciones alérgicas.

Para obtener más información sobre la alergia al látex, véase “Preservativos masculinos, Irritación leve en la vagina o el pene o a su alrededor o reacción alérgica leve a los preservativos”, p. 256, y “Reacción alérgica grave a los preservativos”, p. 256.

Suministro de preservativos femeninos

Cuándo comenzar

- En cualquier momento, cuando una mujer o una pareja busque protección frente al embarazo o las ITS.

Explique cómo se utilizan

IMPORTANTE: Cuando sea posible, muestre a la usuaria cómo se introduce el preservativo femenino. Para la demostración use un modelo o una ilustración, si cuenta con ellos, o las manos. Puede crear una abertura similar a una vagina con una mano y con la otra mostrar cómo se introduce el preservativo femenino.

Explique los 5 pasos básicos para el uso del preservativo femenino

| Pasos básicos | Detalles importantes |
|---|--|
| 1. Utilice un preservativo femenino nuevo para cada acto sexual | <ul style="list-style-type: none">• Revise el envase del preservativo. Si está dañado o roto, no lo utilice. Evite usar un preservativo después de su fecha de caducidad; hágalo únicamente si no dispone de un preservativo más nuevo.• De ser posible, lávese las manos con un jabón neutro y agua limpia antes de introducir el preservativo. |
| 2. Antes de cualquier contacto físico, introduzca el preservativo en la vagina | <ul style="list-style-type: none">• Para obtener la mayor protección, introduzca el preservativo antes de que el pene entre en contacto con la vagina. Puede colocarse hasta 8 horas antes de las relaciones sexuales.• Elija una posición que le resulte cómoda para la inserción: en cuclillas, levantando una pierna, sentada o acostada.• Frote entre sí los lados del preservativo femenino para distribuir bien el lubricante.• Sostenga el aro por el extremo cerrado y apriételo de modo que quede con una forma alargada y estrecha.• Con la otra mano, separe los labios externos (labios mayores) y localice la abertura de la vagina.• Suavemente empuje el aro interno dentro de la vagina lo más profundo que pueda. Introduzca un dedo en el preservativo para colocarlo. Fuera de la vagina tienen que quedar cerca de 2 a 3 centímetros de preservativo así como el aro externo. |



Pasos básicos

3. Asegúrese de que el pene entre en el preservativo y se mantenga en su interior

Detalles importantes

- Cuidadosamente, el hombre o la mujer debe guiar la punta del pene dentro del preservativo (no entre el preservativo y la pared de la vagina). Si el pene se sale del preservativo, se debe retirar el pene e intentarlo otra vez.
- Si el preservativo sale accidentalmente de la vagina o el aro externo se introduce en ella durante las relaciones sexuales, colóquelo de nuevo en su lugar.



4. Después de que el hombre retire el pene, sostenga el aro externo del preservativo, gírelo para mantener dentro los fluidos y retírelo suavemente de la vagina

- No es necesario retirar el preservativo femenino inmediatamente después del acto sexual.
- Retire el preservativo antes de ponerse de pie, para evitar que el semen se derrame.
- Si la pareja vuelve a tener relaciones sexuales, deben usar un preservativo nuevo.
- No se recomienda reutilizar los preservativos femeninos (véase la pregunta 5, p. 270).



5. Eliminación segura del preservativo usado

- Coloque el preservativo en su envase y tírelo al cubo de la basura o a la letrina. No arroje el preservativo en un inodoro, ya que puede provocar problemas en las cañerías.



Apoyo a la usuaria

Asegúrese de que la usuaria comprende cómo se usan correctamente

- Dídale a la usuaria que explique los 5 pasos básicos para el uso del preservativo femenino mientras manipula uno.
- Si tiene un modelo disponible, la usuaria puede practicar la colocación y la retirada del preservativo en el modelo.

Pregunte a la usuaria cuántos preservativos cree que necesitará hasta su próxima visita

- Suministre una buena cantidad de preservativos y si es posible, lubricante.
- Dígale a la usuaria dónde puede comprar preservativos femeninos, si fuera necesario.

Explique por qué es importante utilizar un nuevo preservativo en cada acto sexual

- Un solo acto sexual sin protección puede conllevar el embarazo, una ITS o a ambos.
- Si no utiliza un preservativo para un acto sexual, intente usarlo la próxima vez. Dejar de usarlos una o dos veces no significa que no tenga sentido seguir usándolos en el futuro.

Explique el uso de las píldoras anticonceptivas de urgencia (PAU)

- Explique cómo se utilizan las PAU en caso de errores en el uso de los preservativos—incluido el hecho de no utilizar un preservativo—para ayudar a prevenir el embarazo (véase “Píldoras anticonceptivas de urgencia”, p. 49). Sumínístrele las PAU, si dispone de ellas.

Analice las maneras en que se puede hablar sobre el uso los preservativos.

- Analice las habilidades y técnicas para negociar el uso de los preservativos con las parejas (véase “Cómo hablar sobre el uso del preservativo”, p. 249).

Lubricantes para preservativos femeninos

Algunos preservativos femeninos vienen prelubricados y otros vienen con un lubricante envasado por separado. Si una usuaria necesita lubricación adicional, también puede usar agua limpia, saliva o un lubricante acuoso, de glicol o de silicona. También puede usar productos oleosos, como el aceite de coco o la mantequilla con los preservativos femeninos de nitrilo o de poliuretano, pero no con los preservativos femeninos de látex, dado que el aceite daña al látex.

Consejos para las nuevas usuarias

- Sugiera a la nueva usuaria que haga prácticas, poniéndose y quitándose el preservativo, antes de tener las siguientes relaciones sexuales. Haga hincapié en que con la práctica se consigue que sea más sencillo usar correctamente el preservativo. Es posible que la mujer tenga que usar el preservativo femenino varias veces antes de sentirse cómoda con él.
- Sugíerale que pruebe diferentes posiciones para ver con cuál de ellas le resulta más fácil colocarlo.
- El preservativo femenino es resbaladizo. Algunas mujeres encuentran más fácil la colocación si se lo introducen lentamente, sobre todo las primeras veces.
- Si la usuaria está sustituyendo otro método anticonceptivo por el preservativo femenino, sugíerale que siga usando el método anterior hasta que pueda usar el preservativo femenino con confianza.

“Vuelva cuando quiera”: Razones para volver

Indíquele a cada usuaria que puede volver cuando quiera—por ejemplo, si tiene problemas o dudas, o si quiere otro método anticonceptivo, si percibe algún cambio importante en su estado de salud o si cree estar embarazada—. También si:

- tiene dificultades para usar el preservativo femenino de manera correcta o cada vez que tiene relaciones sexuales;
- recientemente tuvo relaciones sexuales sin protección y quiere evitar el embarazo. Quizás podría usar las PAU (véase “Píldoras anticonceptivas de urgencia”, p. 49).

¿Cómo puede ayudar la pareja?

La pareja de la usuaria puede participar en el asesoramiento, familiarizarse con el método anticonceptivo y con el tipo de apoyo que puede dar a su pareja. La pareja de la usuaria puede:

- Apoyar la elección de la mujer de utilizar los preservativos femeninos.
- Hablar sobre el uso del preservativo femenino y estar de acuerdo en emplearlo, conociendo perfectamente cómo se utiliza.
- Asegurarse de que lo usen en cada acto sexual y correctamente (por ejemplo, comprobando que introduce el pene dentro del preservativo y no entre el preservativo y pared vaginal).
- Ayudarla a que cuente con un suministro de preservativos a mano.
- Ayudarla a asegurarse de que tiene PAU a mano en caso de que no se use el preservativo femenino o se utilice incorrectamente.

Ayuda a las usuarias continuas

1. Pregunte a la usuaria cómo le va con el método y si está satisfecha. Pregúntele si tiene alguna duda o algo que comentar.
2. En especial, pregúntele si tiene problemas con el uso correcto de los preservativos femeninos y si los usa cada vez que tiene relaciones sexuales. Dele toda la información o ayuda que necesite (véase “Manejo de problemas”, a continuación).
3. Sumínístrele más preservativos femeninos y aliéntela a que regrese para buscar más antes de que se le acaben. Recuérdele dónde más puede conseguir los preservativos femeninos.
4. Pregunte a la usuaria de larga data si hay cambios importantes en su vida que puedan afectar a sus necesidades—en particular, planes de tener hijos y riesgo de contraer ITS o la infección por el VIH—. Haga el seguimiento según proceda.

Manejo de problemas

Problemas con el uso

Pueden, o no, deberse al método anticonceptivo.

- Los problemas con los preservativos afectan a la satisfacción de las usuarias y al uso del método. El proveedor debe prestarles atención. Si la usuaria relata algún problema, escuche sus inquietudes, asesórela y apóyela. Asegúrese de que entiende su recomendación y está de acuerdo.
- Ofrezcase a ayudarla a elegir otro método anticonceptivo—ahora, si ella quiere, o si no pueden superarse los problemas—, a no ser que se necesite los preservativos como protección frente a las ITS, incluida la infección por el VIH.

Dificultades para colocar el preservativo femenino

- Pregúntele a la usuaria cómo coloca el preservativo femenino. Si tiene un modelo disponible, pídale que haga una demostración y haga que practique con el modelo. Si no, pídale que haga la demostración usando las manos. Corrija cualquier error.

Aro interno incómodo o doloroso

- Sugírela que vuelva a colocarse el preservativo o que lo reposicione de modo que el aro interno quede bien colocado por detrás del hueso púbico.

El preservativo chirría o hace ruido durante el acto sexual

- Sugírela que agregue más lubricante en el interior del preservativo o en el pene.

El preservativo se sale, no se usa o se utiliza incorrectamente

- Las PAU pueden ayudar a prevenir el embarazo (véase “Píldoras anticonceptivas de urgencia”, p. 49).
- Derívela para una posible profilaxis postexposición contra el VIH y un posible tratamiento de sospecha contra otras ITS (véase “Preservativos masculinos”, pregunta 7, p. 259). Si el usuario presenta signos o síntomas de ITS después de tener relaciones sexuales sin protección, evalúelo o derívelo.
- Si una usuaria relata que el preservativo femenino se resbala, puede que lo esté colocando incorrectamente. Pídale que le muestre cómo se está poniendo el preservativo, usando un modelo o haciendo una demostración con las manos. Corrija cualquier error.

Dificultad para persuadir a la pareja para que utilice preservativos o imposibilidad de usar un preservativo en cada acto sexual

- Analice las maneras en que puede hablar con su pareja sobre la importancia de usar los preservativos como protección frente al embarazo y las ITS. Véase “Preservativos masculinos, Dificultad para persuadir a la pareja para que utilice preservativos o imposibilidad de usar un preservativo en cada acto sexual”, p. 255.

Irritación leve en la vagina o el pene o a su alrededor (prurito, enrojecimiento o erupción)

- En general remite por sí sola, sin tratamiento.
- Sugírela que agregue más lubricante en el interior del preservativo o en el pene para reducir el roce que pueda producir irritación.
- Si los síntomas persisten, haga una evaluación para detectar una posible infección vaginal o ITS y trátela, si procede.
 - Si no hay ninguna infección, ayude a la usuaria a elegir otro método, a no ser que tenga riesgo de contraer ITS, incluida la infección por el VIH.
 - En el caso de las usuarias con riesgo de contraer ITS, incluida la infección por el VIH, sugiera el uso de los preservativos masculinos. Si no fuera posible utilizar preservativos masculinos, recomiende el uso continuo de preservativos femeninos a pesar de la incomodidad.
 - Si ninguno de los miembros de la pareja presenta una infección, una relación sexual de mutua fidelidad brinda protección contra las ITS sin necesidad del preservativo, pero no protege frente al embarazo.

Sospecha de embarazo

- Haga una evaluación para detectar un posible embarazo.
- La mujer puede utilizar preservativos femeninos con seguridad durante el embarazo para tener una protección continua frente a las ITS.

Preguntas y respuestas sobre los preservativos femeninos

1. ¿Es difícil usar el preservativo femenino?

No, pero requiere práctica y paciencia. Véase “Consejos para nuevas usuarias”, p. 267.

2. ¿Los preservativos femeninos pueden prevenir efectivamente tanto el embarazo como las ITS, incluida la infección por el VIH?

Sí. Los preservativos femeninos ofrecen doble protección, tanto frente al embarazo como frente a las ITS, incluida la infección por el VIH, si se usan de manera correcta y sistemática. Sin embargo, muchas personas no usan los preservativos cada vez que tienen relaciones sexuales, o no lo usan de manera correcta. Esto reduce la protección tanto frente al embarazo como frente a las ITS.

3. ¿Pueden usarse al mismo tiempo un preservativo femenino y un preservativo masculino?

No. Los preservativos masculinos y femeninos no deben usarse juntos. Esto puede producir una fricción que haga que los preservativos se salgan o se rompan.

4. ¿Cuál es la mejor manera de asegurarse de que el pene se introduce en el preservativo y no fuera del preservativo?

Para evitar el uso incorrecto, el hombre o la mujer debe guiar cuidadosamente el pene y colocar la punta dentro del anillo externo del preservativo. Si el pene se introduce entre la pared de la vagina y el preservativo, el hombre deberá retirar el pene e intentarlo otra vez.

5. ¿Puede usarse el preservativo femenino más de una vez?

No se recomienda reutilizar el preservativo femenino. La reutilización de los preservativos femeninos actualmente disponibles no se ha probado suficientemente.

6. ¿Se puede usar el preservativo femenino mientras la mujer tiene la menstruación?

La mujer puede usar el preservativo femenino durante la menstruación. Sin embargo, el preservativo femenino no puede usarse al mismo tiempo que un tampón. Debe retirar el tampón antes de colocarse el preservativo femenino.

7. ¿No es el preservativo femenino demasiado grande para ser cómodo?

No. Los preservativos femeninos tienen la misma longitud que los masculinos, pero son más anchos. Son muy flexibles y se adaptan a la forma de la vagina. Los preservativos femeninos han sido cuidadosamente diseñados y probados para adaptarse a cualquier mujer, cualquiera que sea el tamaño de su vagina, y a cualquier hombre, independientemente del tamaño de su pene.

8. ¿Es posible que el preservativo femenino se pierda dentro del cuerpo de la mujer?

No. El preservativo femenino se mantiene en la vagina de la mujer hasta que se lo quita. No puede pasar por el cuello uterino de la mujer hacia el útero, ya que es demasiado grande para eso.

9. ¿Puede usarse el preservativo femenino en diferentes posiciones sexuales?

Sí. El preservativo femenino puede usarse en cualquier posición sexual.