

GUÍA DE DISPENSACIÓN DEL CONDÓN FEMENINO

para proveedoras y proveedores
de servicios de salud



Fondo de Población
de las Naciones Unidas

GUÍA DE DISPENSACIÓN DEL CONDÓN FEMENINO

para proveedoras y proveedores
de servicios de salud

Adaptación de la "Guía de uso del Condón Femenino" realizada por el
Ministerio de Salud y Protección Social y el UNFPA Colombia

Créditos

*La presente guía ha sido elaborada a partir de *la Guía de uso del Condón Femenino* realizada en conjunto por el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia y la oficina del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) oficina de Colombia, con previa autorización de ambas partes.

Revisión, ajuste, ampliación y elaboración de la información

Adriana Sánchez Altamirano, UNFPA Costa Rica

Revisión final del documento

Evelyn Durán Porras, UNFPA Costa Rica

Paula Antezana Rimassa, UNFPA Costa Rica

Hellen Porras Rojas, Caja Costarricense de Seguro Social

Diseño y diagramación

Fabián Ardón Acuña

CONTENIDO

1. PRESENTACIÓN	06
2. ASPECTOS GENERALES	08
a. Costa Rica y la incorporación del condón femenino.	09
3. CONOCIENDO NUESTROS CUERPOS	11
a. El desconocimiento del propio cuerpo y las dificultades para el autocuidado en salud sexual y salud reproductiva.	12
b. La anatomía del sistema reproductivo femenino.	13
4. EL CONDÓN FEMENINO	17
a. ¿Qué es el condón femenino?	18
b. Ventajas.	19
c. Desventajas.	20
d. ¿Quién puede usar condones femeninos?	20
e. Diferenciación entre el condón femenino y el condón masculino.	21
f. ¿Cómo se utiliza correctamente el condón femenino?	22
g. ¡IMPORTANTE!: Aspectos a tomar en cuenta a la hora de usar los condones femeninos.	26
h. Dispensación correcta de los condones femeninos.	26
i. ¿Cómo negociar el uso del condón? Algunos consejos para las usuarias. ...	28
j. Preguntas y respuestas frecuentes sobre los condones femeninos.	29
5. CONCLUSIONES	32
BIBLIOGRAFÍA	34

1. PRESENTACIÓN



1. PRESENTACIÓN

El presente documento, ***Guía de dispensación del condón femenino para proveedoras y proveedores de servicios de salud***, pretende ser una herramienta que brinde elementos técnicos y metodológicos para la promoción y el uso adecuado del condón femenino.

Las actividades que se incluyen están inscritas en el enfoque integral, de género, de derechos humanos y basadas en evidencia científica actualizada; de forma que se asegure el mantenimiento de la calidad e integridad de la atención en salud de la población atendida.

Es fundamental recordar el derecho que tiene todo ser humano a una atención del más alto nivel de calidad, por lo que este documento busca homogenizar y estandarizar conceptos, así como brindar fundamentos técnicos al nivel operativo basados en la mejor información disponible, para que las y los proveedores de salud puedan incentivar a las usuarias a tomar decisiones de manera libre e informada.

Asimismo, se constituye como instrumento que favorece la humanización y la calidad en los servicios de atención institucionales, con la premisa de la práctica de una sexualidad segura y responsable.

Dr. Raúl Sánchez Alfaro

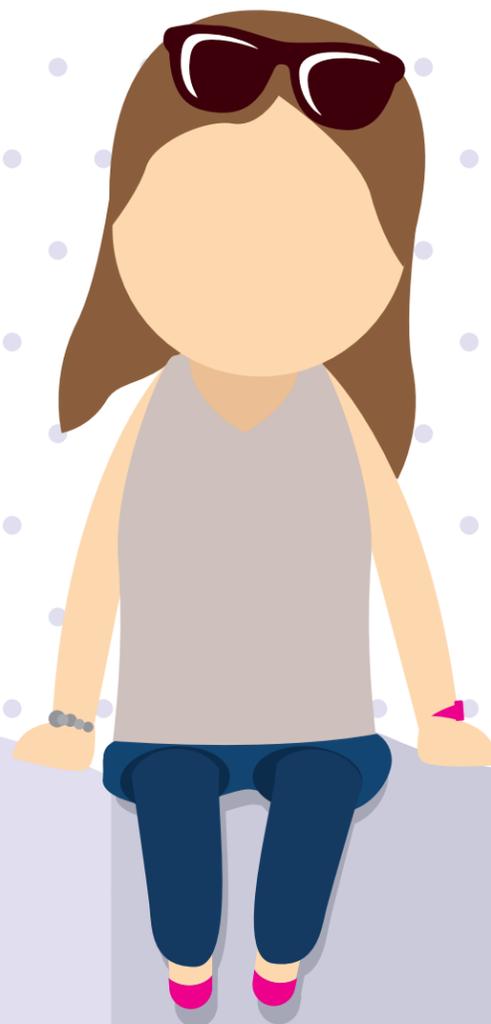
Director

Dirección de Desarrollo de Servicios de Salud

Gerencia Médica

Caja Costarricense de Seguro Social

2. ASPECTOS GENERALES



2. ASPECTOS GENERALES

a. EL CONDÓN FEMENINO EN COSTA RICA

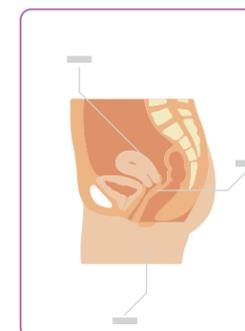
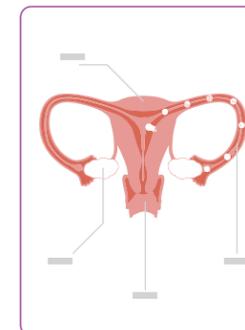
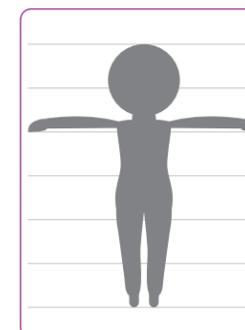
A partir de una serie de instrumentos internacionales¹, Costa Rica y particularmente su sistema de salud, se han comprometido a establecer vínculos efectivos entre la respuesta al VIH y la salud sexual y reproductiva, incluyendo acciones concretas a nivel de políticas, programas y servicios. En este sentido, los condones adquieren una relevancia particular, pues son el único método existente en la actualidad que protege de forma simultánea de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), del VIH y de embarazos no planeados.

Es así como, la implementación de la *Programación Integral de Condonos (PIC/CCP, Comprehensive Condom Programming)* resulta clave para el país. En ese sentido, desde el año 2009, el Ministerio de Salud y a la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), con el apoyo del Fondo de Población de las Naciones Unidas en Costa Rica (UNFPA, Costa Rica), han puesto en marcha diversas iniciativas con el fin de avanzar en este tema, como lo son la construcción, oficialización (a finales del 2013) y divulgación de la *"Estrategia para el Acceso Universal y Efectivo a Condonos Masculinos y Femeninos"*; la elaboración en el 2011 del *"Estudio de Aceptabilidad del Condón Femenino en población transfronteriza habitante de Upala y población urbana de San José"* y la implementación del *"Pilotaje de disponibilidad y dispensación de condones femeninos en los servicios de salud y el ámbito comunitario, en Upala y Goicoechea"*, durante el 2014.

En este proceso, la incorporación del condón femenino dentro de la oferta institucional se ha considerado estratégica, en tanto puede otorgar a las mujeres el control sobre sus cuerpos, autonomía en la decisión de su uso y empoderamiento en la vivencia plena de su sexualidad, así como de sus derechos sexuales y reproductivos; lo cual es fundamental para asegurar a las mujeres opciones viables para su protección sin depender, necesariamente, de la aprobación de las personas con quienes tienen relaciones sexuales.

El *"Estudio de Aceptabilidad del Condón Femenino en población transfronteriza habitante de Upala y población urbana de San José"* (2011), demostró que el condón femenino fue ampliamente aceptado por la población femenina que lo probó y sus parejas (84,3% de las mujeres volvería a utilizar el condón y 72,1% reporta que le gustaría seguir utilizando el condón femenino en todas sus relaciones sexuales). Los resultados de esta investigación coinciden con evidencia internacional en términos de la eficacia y aceptabilidad del insumo y subrayan la necesidad de incorporarlo a la oferta pública y privada para brindar opciones a las mujeres y personas con quienes tienen relaciones sexuales para protegerse de ITS, VIH y embarazos no planeados, más allá del condón masculino.

Por su parte, el *"Pilotaje de disponibilidad y dispensación de condones femeninos en los servicios de salud y el ámbito comunitario, en Upala y Goicoechea"* (2014), desarrollado en seguimiento al Estudio de Aceptabilidad antes citado, reforzó la necesidad de ampliar la oferta anticonceptiva y de protección, asegurando el acceso universal a los condones femeninos, pues demostró que



¹Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer (CEDAW, ratificada por Ley 6968 del 2 de octubre de 1984), Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (Cairo, 1994), Recomendaciones del Comité para la Eliminación de la Discriminación Contra la Mujer (2011), Comprehensive Condom Programming (CCP, 2011), Consenso de Montevideo sobre Población y Desarrollo (2013), entre otros.

el condón femenino tiene demanda incluso mayor que la del condón masculino, responde a una necesidad insatisfecha por la oferta hasta ahora existente, las estrategias novedosas de dispensación fueron un éxito, e incorporar el condón femenino en la oferta nacional requiere un trabajo arduo de sensibilización y capacitación al personal de salud.

Gracias al trabajo realizado durante este proceso y a los resultados obtenidos, las autoridades del sector salud a finales del 2014, se comprometieron a impulsar la introducción de los condones femeninos dentro de la oferta nacional anticonceptiva y de protección, incluyendo la adquisición de este insumo con recursos institucionales. Por esto la CCSS identificó la necesidad de impulsar una serie de acciones, entre estas la *Guía de dispensación del Condón Femenino para proveedoras y proveedores de servicios de salud*, con el fin de asegurar la incorporación exitosa del condón femenino.

Adicionalmente y con apoyo del UNFPA, durante el año 2015 la CCSS ha trabajado en la elaboración de una ruta crítica con el fin de detectar, a nivel institucional, los nudos críticos, recomendaciones y pasos a seguir para la incorporación del condón femenino en los servicios de salud. De la misma forma, se ha apoyado la elaboración de la *Estrategia de Generación de Demanda de Condonos Femeninos*, basada en una propuesta de comunicación y promoción, como parte de los componentes que permitirán dispensar este insumo de forma eficaz y efectiva.



3. CONOCIENDO NUESTROS CUERPOS

3. CONOCIENDO NUESTROS CUERPOS

a. El desconocimiento del propio cuerpo y las dificultades para el autocuidado en salud sexual y salud reproductiva²

El desconocimiento del propio cuerpo y la falta de control sobre el mismo, es uno de los factores que lleva a las mujeres a estar en una condición de mayor vulnerabilidad con relación a su salud sexual y salud reproductiva y puede convertirse en una barrera para cualquier acción de autocuidado, como el uso de los condones femeninos.

Producto de años de socialización patriarcal y del aprendizaje de los mandatos y roles de género transmitidos en los diferentes espacios sociales y culturales, el cuerpo de la mujer se circunscribe a una función meramente reproductiva y fuera de la dimensión del placer, además de tener una prohibición implícita para la autoexploración. Esto ha llevado, inevitablemente, a un distanciamiento de las mujeres con su propio cuerpo, lo que a su vez genera distancia con las prácticas dirigidas hacia el autocuidado, principalmente en términos de su salud sexual y su salud reproductiva, colocándolas en una situación de mayor vulnerabilidad frente a la enfermedad y a la muerte.

La mayoría de los eventos adversos relacionados con la salud sexual y reproductiva son prevenibles. Algunas de las ITS manifiestan alteraciones en la anatomía y en los fluidos genitales, signos que podrían ser detectados mediante la exploración genital y convertirse en alerta para acudir a los servicios de salud. Otras ITS que no muestran síntomas externos podrían detectarse a tiempo con la citología vaginal, que a su vez permite evitar el cáncer de cérvix, el cual constituye una de las principales causas de morbilidad y mortalidad entre las mujeres. El cáncer de mama también podría detectarse a tiempo con un auto examen de los senos. Sin embargo, las dificultades a las que se enfrentan las mujeres para tocarse y explorarse, hacen que las acciones de auto cuidado, prevención y detección temprana sean inaccesibles.

Uno de los riesgos más importantes del desconocimiento del cuerpo de las mujeres, es que terminen dando mayor valor a otras dimensiones (el hogar, a la pareja o a la familia) antes que a ellas mismas, es decir, que descuiden sus propios cuerpos y su propia salud.

Por tanto, el conocimiento del propio cuerpo resulta esencial en cualquier proceso de salud sexual y salud reproductiva, principalmente en lo referente a los condones femeninos, pues la colocación y uso correcto de este insumo implica que las mujeres se conozcan, aproximen y familiaricen con su cuerpo, de forma que no teman tocarlo ni explorarlo.

A la hora de dispensar los condones femeninos es importante explicar a las usuarias, de forma empática y cálida, la anatomía del sistema reproductivo femenino, pues esto les dará mayor seguridad con respecto a este insumo y derribará mitos que giran en torno al mismo.

Trate de tomarse el tiempo para explicar este tema y asegúrese que la persona comprenda lo que se le está transmitiendo. Es importante usar un lenguaje adecuado e imágenes que permitan a la usuaria entender de mejor forma.

b. La anatomía del sistema reproductivo femenino³

EL SISTEMA REPRODUCTIVO FEMENINO ESTÁ COMPUESTO POR: Genitales externos:

Los órganos genitales externos femeninos son la parte fácilmente visible, los cuales conforman la vulva. Comprenden:

Monte de Venus

Elevación firme y acolchada que se encuentra sobre el pubis. Está recubierto de vello púbico.

Vello púbico

Vello que rodea los órganos genitales y que crece durante la pubertad.

Clítoris

Punto donde se unen los labios menores compuesto por un tejido eréctil altamente sensible a la estimulación táctil que produce placer sexual a la mujer, además juega un papel muy importante en la excitación sexual de la mujer.

Labios mayores

Dos grandes pliegues de piel recubiertos de vello púbico, uno de cada lado de la vulva que protegen los genitales femeninos.

Labios menores

Dos pliegues de piel que se localizan por dentro de los labios mayores, se extienden desde el clítoris y rodean el orificio vaginal. No están recubiertos de vello.

Uretra

La uretra es una pequeña abertura que se encuentra por debajo del clítoris. Es el lugar por donde pasa la orina desde la vejiga.

Orificio vaginal

Se encuentra debajo de la uretra, es por donde se introduce el pene del hombre durante el coito y por donde sale el flujo durante la menstruación.

Himen

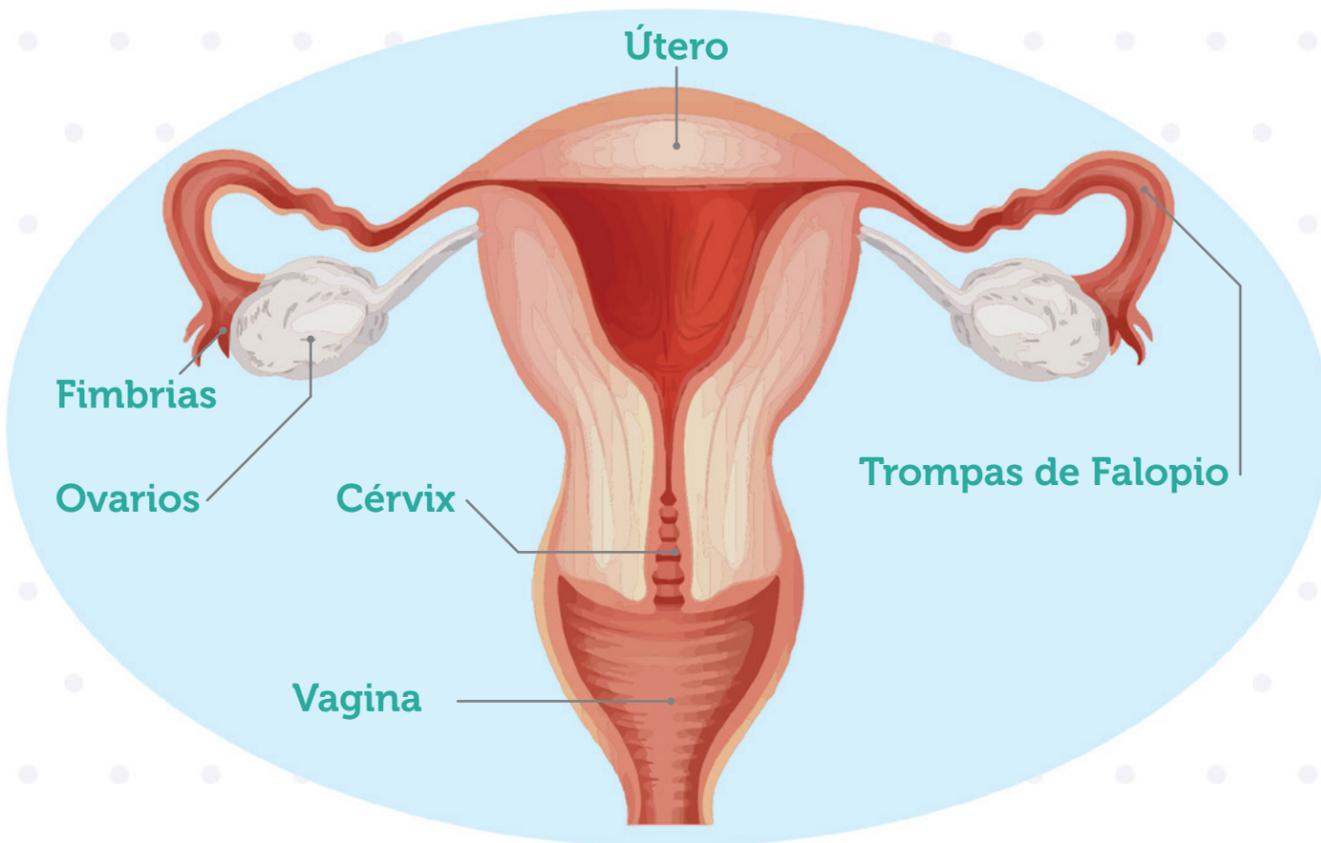
El himen es una capa gruesa de membrana mucosa que recubre parcialmente el orificio de la vagina, de manera que permite la salida del flujo menstrual. En general, el himen se rompe en las primeras relaciones sexuales, pero también puede romperse con el dedo, con un tampón o con el uso del condón femenino.

Ano

Orificio por donde se expulsan las materias fecales.

Genitales internos:

Los órganos genitales internos son aquellos que no se pueden ver y están formados por la vagina, el útero, las trompas de Falopio y los ovarios.



Vagina

Canal en forma de tubo de 7 a 9 cm de largo que une los órganos sexuales externos con el útero, está situada entre la vejiga y el recto. Las paredes de la vagina consisten en un revestimiento membranoso interno y una capa muscular capaz de contracción y una gran dilatación. Es muy elástico.

La vagina tiene tres funciones importantes:

- Realiza la recepción del pene durante las relaciones coitales.
- Forma parte del canal del parto.
- Es el canal excretor del flujo menstrual.

Útero

Es un órgano hueco donde se desarrolla el embrión antes del nacimiento. Cada mes, el útero se prepara para recibir un óvulo fertilizado. Dentro del útero hay una acumulación de tejido y sangre, que harán un recubrimiento suave donde el óvulo fertilizado podrá anidarse y crecer. Aunque la mujer libere el óvulo cada mes, ese óvulo no se fertilizará solo, a menos que se una al espermatozoide de un hombre. El útero está dividido en:

- **El cuello uterino o cérvix:** Es la parte inferior del útero que conecta con la vagina. Tiene una abertura (conducto cervical) muy pequeña (solo 1-2 mm), por la que ascienden los espermatozoides y por donde se expulsa la sangre menstrual. Esta pequeña abertura se agranda en caso de que la mujer esté en labor de parto.
- **El cuerpo:** Está revestido de tres capas: la capa externa (serosa), la capa media (el miometrio) y la capa mucosa interna de la pared uterina (denominada endometrio, que se prepara cada mes para albergar un embrión). Si no hay embarazo, el endometrio se desprende y sale en forma de menstruación.
- **El fondo:** Es la parte del útero que se sitúa encima de la entrada de las trompas de Falopio.

Trompas de Falopio y Fimbrias

Las **trompas de Falopio** son dos tubos musculares flexibles que miden aproximadamente 10 cm de largo, situados en el fondo del útero en forma de cuernos (uno a cada lado). Las **fimbrias** se asemejan a una mano con dedos que se encuentran en el extremo de las trompas de Falopio. Las fimbrias reciben y mueven el óvulo por la trompa de Falopio para que éste baje por ellas hasta alcanzar el útero. Una vez al mes, un óvulo es liberado por uno de los ovarios y pasa por una de las trompas, donde se da la fertilización cuando el espermatozoide encuentra el óvulo.

Funciones:

- Recibe el óvulo del ovario y nutre el huevo fertilizado.
- Impulsa los óvulos y el huevo fertilizado hacia el útero, a lo largo de la trompa.
- Sirve como canal a lo largo del cual los espermatozoides se desplazan para alcanzar el óvulo.

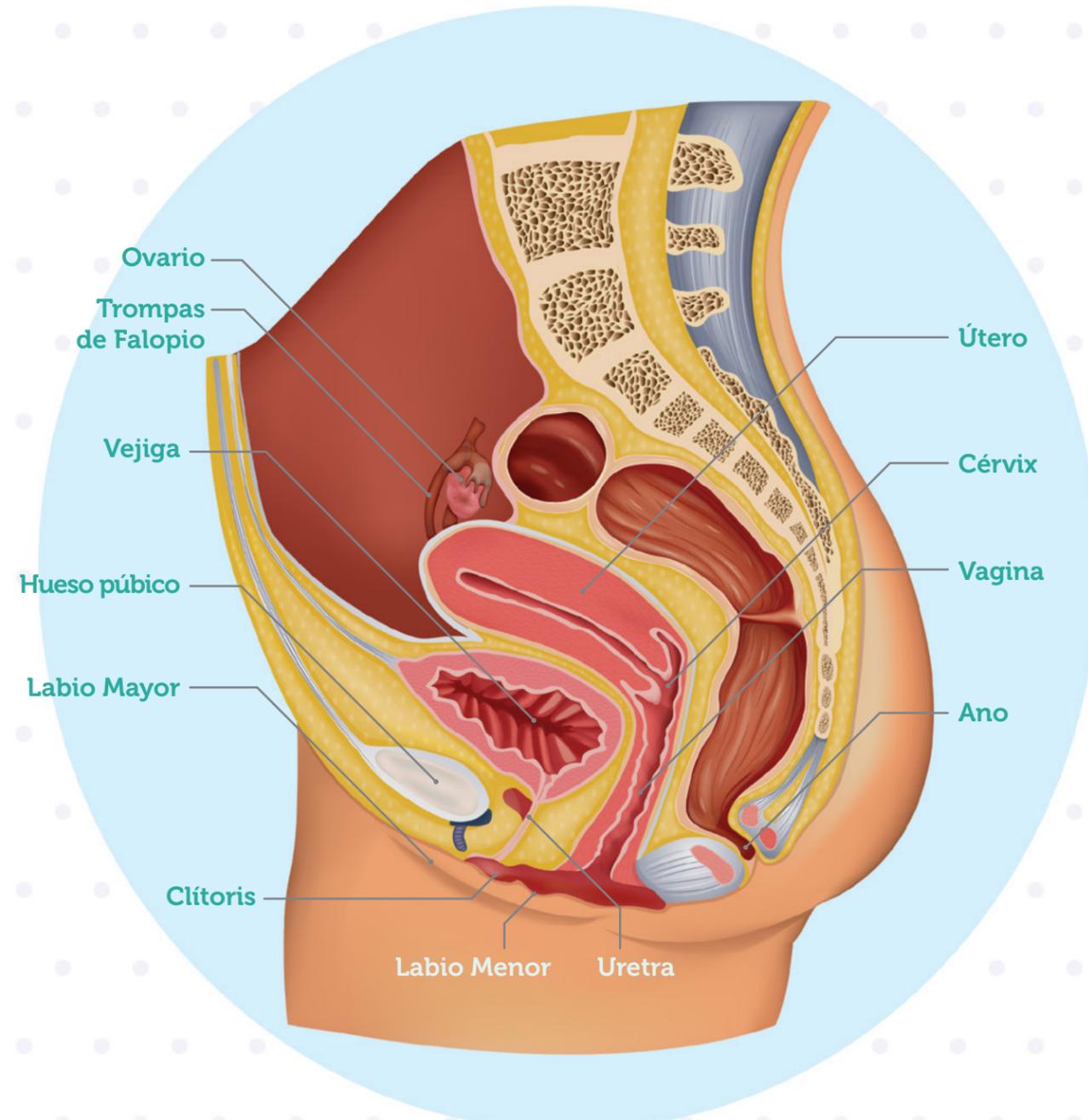
Ovarios

Los ovarios son dos estructuras ovaladas en forma de almendra, miden 4 cm de largo y están localizados uno a cada lado del útero. Una mujer nace con millares de óvulos que comenzarán a madurar cuando se alcanza la pubertad. Cada óvulo es capaz de fertilizarse si el espermatozoide lo fertiliza. Los ovarios tienen dos funciones principales:

- Producción de los óvulos y su liberación cada mes.
- Elaboración de hormonas sexuales (estrógenos y progesterona).

Corte transversal:

Si se realizara un corte transversal en una mujer su sistema reproductor se vería así:



Al momento de explicar la anatomía del sistema reproductor femenino, es importante que muestre a la persona usuaria el corte transversal y enfatice en que el condón femenino se acomoda a la vagina, de forma que el anillo interno rodea el cuello del útero o cérvix, el cual tiene una abertura muy pequeña, por lo que no es posible que el condón femenino se pierda dentro de su cuerpo.

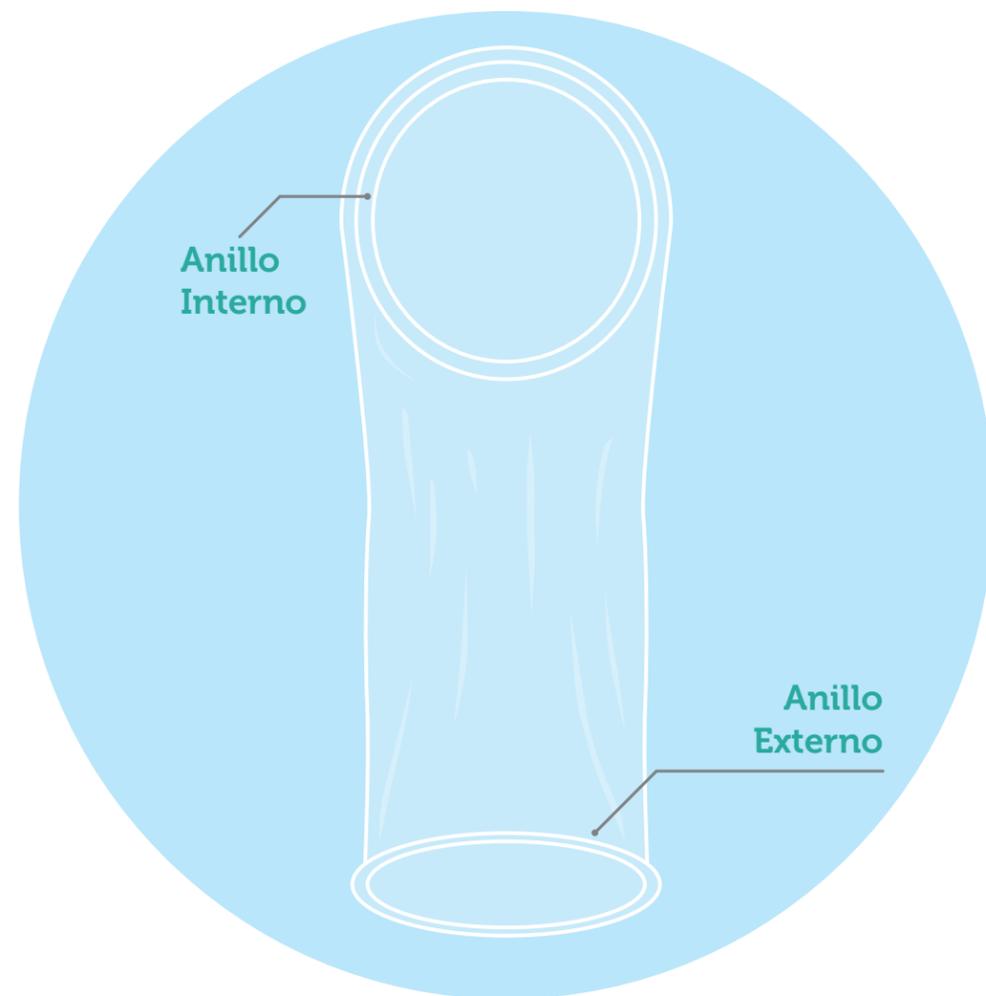


4. EL CONDÓN FEMENINO

a. ¿Qué es el condón femenino?

Es una funda delgada y resistente de 17 cm de longitud hecha de poliuretano⁴ (polímero de nitrilo) sin látex, que actúa como barrera entre el pene y la vagina, tiene un largo similar al condón masculino pero es más amplio, por lo que permite que el pene se mueva por dentro sin crear la sensación de estar apretado. Se coloca en la vagina antes de la relación sexual coital y protege de embarazos no planeados y de infecciones de transmisión sexual (ITS), incluyendo el VIH.

El condón femenino posee anillos flexibles en ambos extremos: uno en el **extremo cerrado (anillo interno)**, que se usa para insertarlo y ayuda a que se mantenga en su lugar durante la relación sexual, y otro en el **extremo abierto del condón (anillo externo)**, que se queda fuera de la vagina y cubre los órganos genitales externos proporcionando mayor protección, es la abertura por donde se introduce el pene.



Cuando se utiliza correctamente y en todas las relaciones sexuales, el condón femenino tiene un 95% de efectividad, además, los estudios demuestran que se llega a romper menos del 1% de las veces.

Las mujeres que inician su utilización pueden requerir de tres a cinco intentos para sentirse totalmente cómodas al usarlo. Es importante subrayar que no hay riesgo de que el condón femenino se quede adentro por succión del útero ni por presión del pene.

Por sus características, el condón femenino puede otorgar a la mujer autonomía en la decisión de su uso, brindando seguridad y eficacia en la prevención de ITS, incluyendo el VIH y embarazos no planeados, así como empoderamiento sobre la vivencia de su sexualidad para un ejercicio más autónomo de sus derechos, especialmente de los sexuales y de los reproductivos. Los condones femeninos representan una tecnología aprobada hace más de quince años, diseñada para el cuerpo de las mujeres, por lo que incluir este insumo en la oferta nacional, permite a hombres y mujeres tener acceso a más opciones de protección para sus relaciones sexuales.

b. Ventajas

- Previene de embarazos no planeados y de ITS, incluyendo el VIH.
- Es seguro y no tiene efectos secundarios.
- Se usa en cada acto sexual.
- Puede colocarse hasta 8 horas antes de la relación sexual y no es necesario quitarlo inmediatamente después de la eyaculación.
- Está hecho de poliuretano (polímero de nitrilo) sin látex⁵, por lo que representa una opción para las personas alérgicas o sensibles al látex, además es inodoro.
- Vienen muy lubricados por dentro y por fuera lo que facilita su colocación y el acto sexual, además de contribuir a una mayor comodidad para las mujeres que experimentan sequedad vaginal. Si se requiere lubricación adicional se puede usar lubricantes a base de agua.
- Utilizado por la mujer, quien debe insertarlo en su vagina para su uso. NO requiere que el pene esté erecto para su colocación.
- Cubre genitales externos e internos femeninos y el pene del hombre, lo que aumenta el nivel de protección.
- Su material se adapta a la temperatura del cuerpo por lo que se siente más natural durante las relaciones sexuales, lo que permite ajuste, comodidad y placer.
- El anillo externo puede proporcionar placer.
- No aprieta al pene, el anillo interno puede estimular la punta del pene durante las relaciones sexuales y no es necesario que se mantenga una erección para utilizarlo.
- Puede aumentar la autonomía de la mujer ya que ella es quien puede tomar la decisión de usarlo.
- No hay demora en la recuperación de la fertilidad tras la interrupción del uso del condón femenino.



Es importante recordar a la persona usuaria que el condón femenino tiene un 95% de efectividad cuando se utiliza de manera correcta en cada acto sexual, es decir de forma sistemática.



Recuerde subrayar que la mayor lubricación del condón femenino contribuye a una mayor comodidad durante las relaciones sexuales para las mujeres que experimentan sequedad vaginal.

c. Desventajas

- El ruido que produce puede resultar incómodo y molesto.
- Una parte queda fuera de la vagina, por lo que puede considerarse poco estético.
- En las primeras veces de uso se considera de difícil introducción.
- Su precio es mayor que el condón masculino.
- Su distribución es limitada.

*¿Por qué algunos hombres y mujeres dicen que les gusta el condón femenino?

¿Por qué algunas mujeres dicen que les gusta el condón femenino?

- Pueden comenzar a usar ellas mismas.
- Tiene una textura suave y húmeda que brinda una sensibilidad más natural que el condón masculino de látex durante el sexo.
- Protege tanto de embarazos no planeados como de ITS, incluyendo el VIH.
- Para algunas mujeres el anillo externo brinda estimulación sexual adicional.

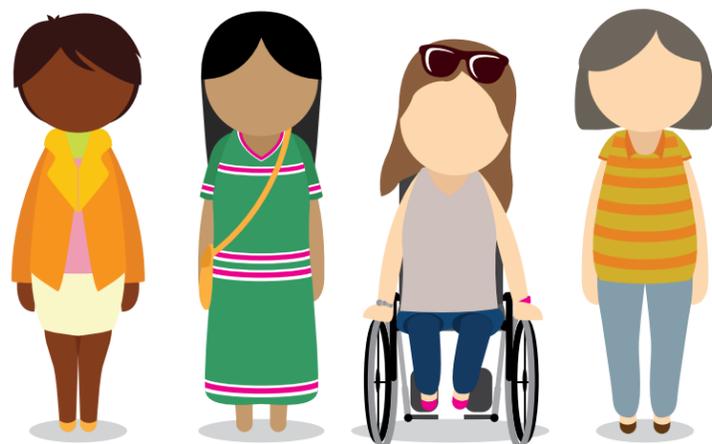
¿Por qué algunos hombres dicen que les gusta el condón femenino?

- Puede colocarse más temprano de modo que no interrumpa el sexo.
- No es preciso retirarlo inmediatamente después de la eyaculación.
- Para algunos hombres el anillo interno puede producir estimulación.

Fuente: (Adaptado) OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. Planificación familiar: Un manual mundial para Proveedores. Ginebra, 2007. p.212

d. ¿Quién puede usar condones femeninos?

Según los criterios médicos de elegibilidad para los condones femeninos, todas las mujeres pueden utilizar los que son hecho de poliuretano "No hay ninguna patología médica que contraindique el uso de este método" (OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2007, p. 213), tampoco ninguna indicación que los restrinja según la edad de la usuaria.



Comente a la persona usuaria sobre las razones por las cuales algunas mujeres y algunos hombres dicen que les gusta el condón femenino, esto contribuirá a motivarles para iniciar su uso.

e. Diferenciación entre el condón femenino y el condón masculino.

Tomando en cuenta la caracterización, así como las ventajas y desventajas de los condones masculinos y femeninos, se presenta a continuación una comparación entre ambos métodos de protección dual:

Condón femenino ♀	Condón masculino ♂
Hecho de nitrilo sintético (sin látex). Algunos también de látex.	Hecho de látex, algunos de poliuretano.
Vienen lubricados a lo interno y externo.	Pueden ser lubricados o no.
Compatible con lubricantes a base de aceite o de agua.	Solo soporta lubricantes a base de agua.
Se inserta en la vagina / no aprieta el pene.	Se ajusta al pene.
Puede insertarse hasta 8 horas antes de la relación sexual.	Solo se puede colocar cuando el pene esté erecto/ colocación puede interrumpir preámbulo.
El material soporta mejor las condiciones de luz, temperatura o humedad.	Se deteriora rápidamente si no se almacenan en condiciones adecuadas de luz, temperatura y humedad.
Su precio es 3 veces mayor a su contraparte masculina.	Precio bastante bajo.
Cubre tanto los genitales externos e internos de la mujer y el pene del hombre. Amplía zona de protección frente a ITS.	Cubre solo el pene evitando su contacto con los genitales internos femeninos.
Incrementa la autonomía de la mujer.	Requiere siempre de negociación para su uso y colocación.
Es inodoro (en el caso del fabricado de poliuretano).	Huele a látex
No causa alergias (en el caso del fabricado de poliuretano)	Puede causar alergias.
Produce una sensación de naturalidad.	Podría no proporcionar sensación de naturalidad.
Método de protección dual (protege de embarazos no planeados e ITS).	
Caduca a los 5 años.	
Permite el uso de espermaticidas.	

Fuente: (Adaptación) Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) y Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). Estudio de aceptabilidad del condón femenino en población transfronteriza habitante de Upala y población urbana de San José. San José, 2012. p. 29

f. ¿Cómo se utiliza correctamente el condón femenino?

El uso de los condones femeninos requiere de la familiarización con la técnica de uso, pero sobre todo de un acercamiento con el propio cuerpo y de la confianza necesaria para explorar los propios genitales; esto promueve que los condones femeninos se conviertan en la primera opción a la hora de estar doblemente protegidas (previene el embarazo y las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH).

En el momento de dispensar condones femeninos es de suma importancia mostrar a la persona usuaria cómo colocarlos de forma clara, vivencial empática y paso a paso. Si tiene disponibles modelos anatómicos femeninos úselos para la demostración, si no use sus manos creando una abertura similar a una vagina con una de ellas y mostrando cómo introducirlos con la otra (OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2007). Utilice también el esquema de colocación como herramienta de apoyo, esto ayudará a que la persona comprenda claramente cómo se coloca el condón y a derribar mitos que surjan durante la demostración.

f.1. Paso a Paso

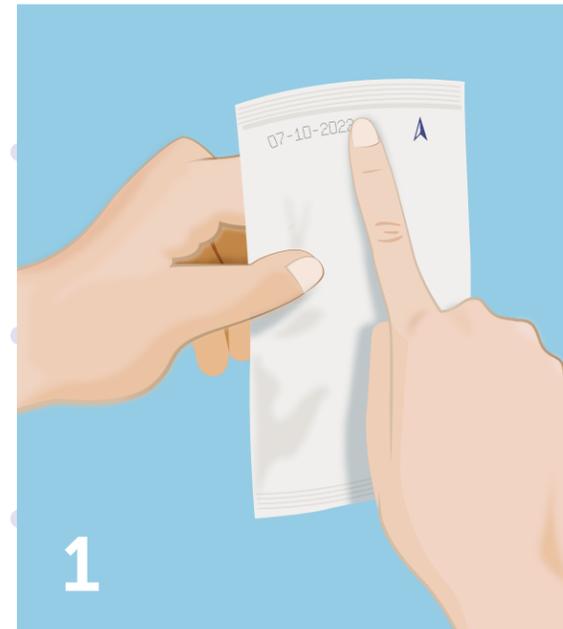
El condón femenino es fácil de colocar, pero requiere que la persona se familiarice con el insumo, practique su uso, aprenda a colocarlo correctamente y se sienta cómoda. Esto es fundamental para que su uso sea exitoso y se considere como una opción anticonceptiva y de protección regular.

A continuación se presenta el esquema de colocación del condón femenino que explica paso a paso como hacerlo de forma correcta.



Tome el tiempo necesario para mostrar a las mujeres usuarias la colocación correcta de los condones femeninos, permita que ella toque el condón e intente colocarlo en el modelo anatómico femenino o con sus manos simulando la vagina, esto ayudará a que se familiarice con el insumo y tenga mayor confianza para usarlo.

Esquema de colocación de los condones femeninos

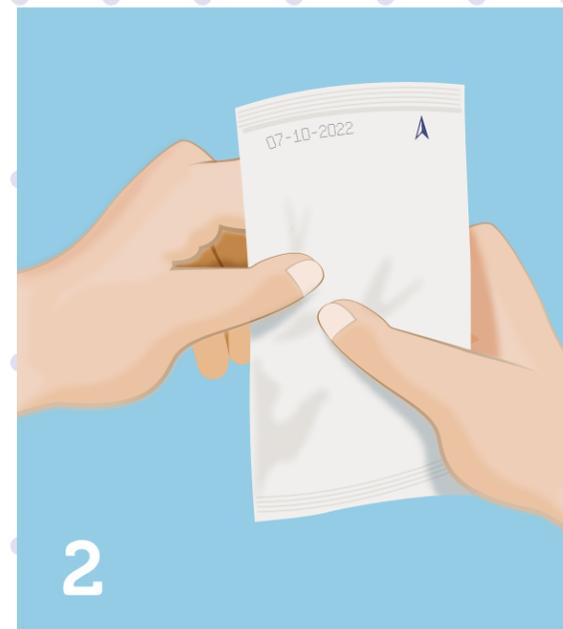


Es importante recomendar a las mujeres usuarias practicar la colocación del condón femenino a solas antes de usarlo, eso dará seguridad y comodidad. Recalque que al principio puede resultarle difícil o extraño pero luego de usarlos dos o tres veces se sentirá más cómoda y segura, generalmente a la quinta vez de uso las mujeres reportan que no es nada difícil colocarlo y que se sienten cómodas.

Paso 1

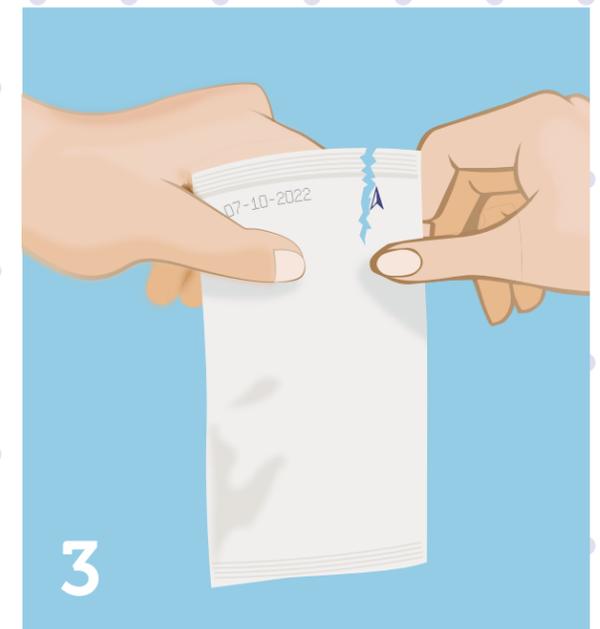
Revisar el empaque para asegurarse de que no esté dañado y verificar que no esté vencido.

Desechar los condones con empaques alterados, rotos o con la fecha expirada.



Paso 2

Antes de abrir, frotar con los dedos el empaque para distribuir bien el lubricante.



Paso 3

Buscar la flecha en la esquina superior derecha y abrir el empaque con la yema de los dedos. Nunca usar tijeras, cuchillas, corta uñas o dientes para abrirlos.



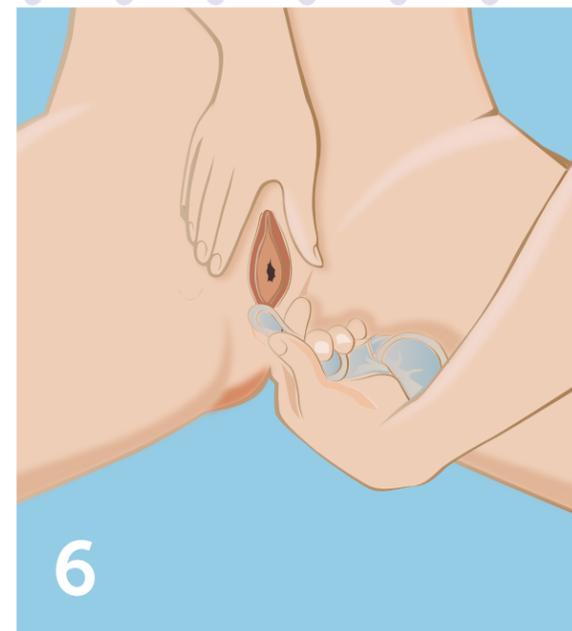
 Comente a la usuaria que el condón femenino al venir tan lubricado puede resultar resbaloso. Algunas mujeres encuentran más fácil la colocación si se lo introducen lentamente, en especial las primeras veces que lo utilizan.

Paso 4
 Sostener el condón femenino con el anillo externo colgando hacia abajo y colocarse en una posición cómoda:

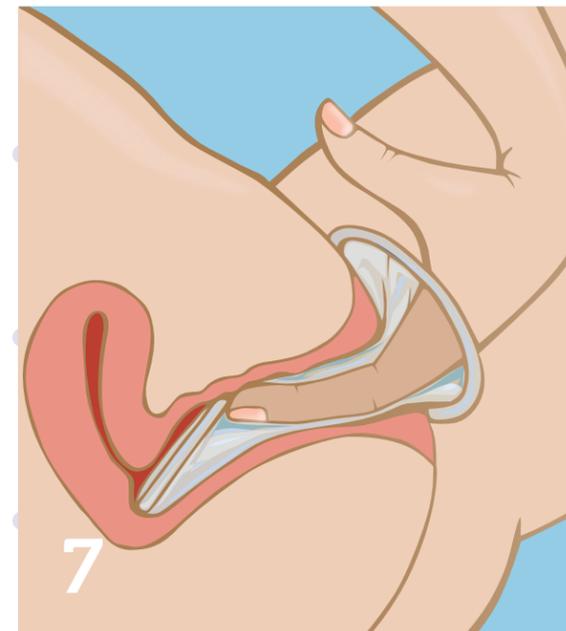
- De pie, con un pie sobre una silla.
- De cuclillas, con las rodillas separadas.
- Acostada boca arriba, con las piernas dobladas y las rodillas separadas.



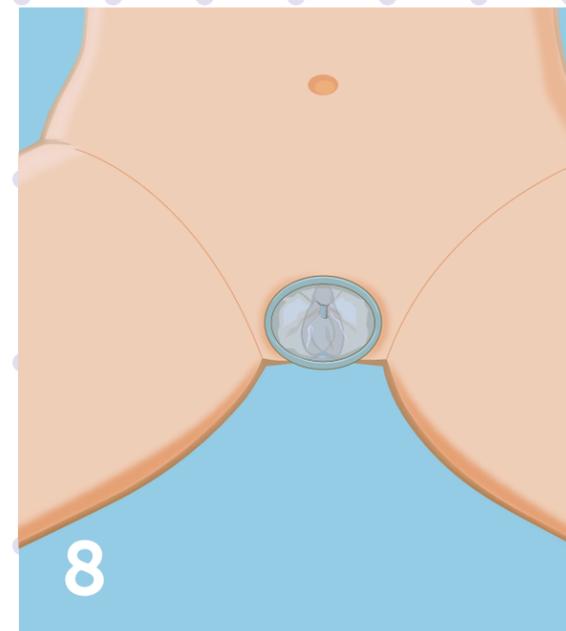
Paso 5
 Apretar el anillo interno con los dedos pulgar, índice y medio hasta que se junte, como formando un 8.



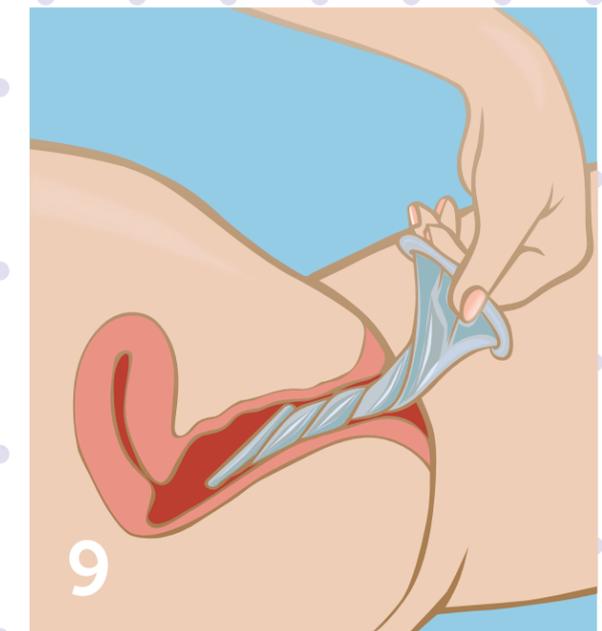
Paso 6
 Separar ligeramente los labios de la vagina e insertar el condón con los dedos tanto como sea posible, sin retorcerlo.



Paso 7
 Introduciendo el dedo índice o medio dentro del condón, empujar el anillo interno suavemente hasta el fondo de la vagina. El anillo interno topará con el cuello del útero y se acomodará a este.



Paso 8
 El anillo externo debe quedar fuera de la vagina cubriendo los genitales externos. Asegurarse que el pene entre dentro del condón, guiándolo con una mano mientras con la otra sostienes el anillo externo fijo a la piel de la vulva.



Paso 9
 Al finalizar la relación sexual y antes de ponerse de pie, darle vuelta al anillo externo y retirar el condón femenino jalándolo hacia afuera. Recordar botarlo en el basurero.

g. ¡IMPORTANTE!: Aspectos a tomar en cuenta a la hora de usar los condones femeninos

Cuando explique y muestre la colocación del condón femenino deje claro lo siguiente:

1. Se debe usar un nuevo condón femenino para cada acto sexual.
2. Antes de cualquier contacto sexual debe introducirse el insumo en la vagina. Recuérdelo a la usuaria que puede colocarse hasta 8 horas antes de la relación sexual.
3. Nunca se debe quitar el anillo interno, este sirve para colocar y mantener el condón femenino en su lugar.
4. Se deben seguir todos los pasos de la colocación para asegurarse de que el condón quede bien puesto.
5. Nunca se debe usar un condón femenino y uno masculino al mismo tiempo, pues la fricción puede romperlos y no mejora la protección.

h. Dispensación correcta de los condones femeninos:

Como se ha mencionado anteriormente, para que una mujer opte por el uso de los condones femeninos como opción de protección regular, debe tener confianza y sentirse cómoda con el método, para esto una dispensación adecuada resulta clave en el proceso. Es importante que las y los prestadores de los servicios de salud tengan en cuenta en el momento de dispensar los condones femeninos, la importancia de establecer ambientes favorables para el diálogo, que garanticen imparcialidad, privacidad, confidencialidad y veracidad; entendiendo cada uno de estos conceptos como:

- A. Imparcialidad:** Abstenerse de dar su opinión personal sobre cualquier asunto que ocurra durante el diálogo.
- B. Privacidad:** Procurar que se desarrolle en un espacio adecuado, donde no haya ningún tipo de interrupciones, ruidos molestos, o la posibilidad de que la conversación sea escuchada por otras personas.
- C. Confidencialidad:** Asegurar que lo que se diga durante el diálogo se mantendrá en absoluta reserva.
- D. Veracidad:** La información que se esté brindando debe ser muy sincera y se deben informar todas las características del método.

Para las y los profesionales de salud, la aplicación del modelo de los cinco pasos (Ministerio de Salud de Perú y UNFPA-Perú, 2010) puede facilitar una adecuada orientación para indicar el uso de los condones femeninos:

Pasos sugeridos para orientar y acompañar el uso de los condones femeninos				
PASO 1. Establecer una relación cordial	PASO 2. Identificar necesidades	PASO 3. Responder a las necesidades	PASO 4. Verificar la comprensión	PASO 5. Mantener una relación cordial
OFRECER <ul style="list-style-type: none"> • Confianza a la usuaria • Privacidad • Escuchar con atención 	PREGUNTAR <ul style="list-style-type: none"> • Relación con la pareja • Factores de vulnerabilidad a ITS, VIH y violencia basada en género • Historia anticonceptiva 	EXPLICAR <ul style="list-style-type: none"> • La doble protección • Qué es el condón femenino y sus características • Esquema de colocación • Negociación con la pareja • Usar material de apoyo para facilitar la comprensión 	ASEGURAR <ul style="list-style-type: none"> • Manejo por parte de la usuaria de información clave para el buen uso del condón femenino • En caso de ser necesario, reforzar la información 	MANTENER <ul style="list-style-type: none"> • Datos personales • Entrega de condones • Citas /espacios de seguimiento

Fuente: (Adaptación) Ministerio de Salud Perú y UNFPA (2010)

En este sentido, a la hora de dispensar los condones femeninos, se deben tomar en cuenta algunos enunciados básicos que garantizarán una forma adecuada de dispensar este insumo:

1. Sea empático(a), muestre la colocación de los condones femeninos con paciencia y de forma comprensible.
2. Si la usuaria piensa sustituir su método anticonceptivo por el condón femenino, sugiera que continúe con su método anterior hasta que pueda usar el condón femenino con confianza.
3. Asegúrese que la usuaria haya comprendido el uso correcto del condón femenino, para esto pídale que le demuestre a usted como se debe colocar el condón.
4. Explique claramente que la efectividad de los condones depende de su uso correcto y sistemático, por lo que es importante usar siempre un nuevo condón en cada acto sexual.
5. Establezca con la usuaria la cantidad de condones que ella necesitará hasta la próxima dispensación. Recuerde que si ella va a iniciar su uso debe prever una cantidad no menor de 5 condones solamente para practicar su colocación, si es posible dispense también lubricante y recomiéndele usarlo si ella lo necesita.
6. Estimule a la usuaria a practicar su colocación antes de su primer uso, esto para que se familiarice con el condón femenino y se sienta cómoda. Sugiera probar diferentes posiciones para colocarlo, así podrá identificar la forma más fácil para ella.
7. Analice con la usuaria estrategias y técnicas para negociar el uso del condón femenino con las parejas, y asegúrese de apoyarla dándole algunos consejos de utilidad para manejar este tema (ver sección ¿Cómo negociar el uso del condón? Algunos consejos para las usuarias).
8. Transmítale a la usuaria que puede volver cuando ella quiera, es importante que ella se sienta respaldada por usted y bienvenida si tiene dudas o se siente insegura.



Recuerde el suministro de condones, tanto femeninos como masculinos, conduce a una mayor proporción de relaciones sexuales protegidas y reduce la incidencia de ITS.

h.1. El seguimiento a las usuarias regulares del condón femenino:

Cuando la usuaria ha decidido utilizar el insumo de forma regular y ya se ha familiarizado con el método, es importante que le dé seguimiento y ella se sienta acompañada (OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2007):

1. Pregúntele como le va con el uso del condón, si se siente satisfecha, si tiene dudas o quiere comentar algo al respecto.
2. Consúltela si ha tenido alguna dificultad con el uso correcto del método y brinde la información o ayuda que ella necesite.
3. Recuérdele que ella puede volver a consultarle cuando lo requiera.

i. ¿Cómo negociar el uso del condón? Algunos consejos para las usuarias

El uso de los condones no es sencillo para algunas mujeres, pues les resulta difícil hablar con sus parejas sobre el tema y de su deseo de usarlos, así como convencerles de su uso en cada relación sexual, sobre todo si se trata del condón femenino, el cual es una herramienta que contribuye a potenciar la autonomía de las mujeres y el control sobre su propio cuerpo.

Muchas veces los hombres dan una serie de razones para no usar condones, pero con frecuencia estas razones se basan en mitos y malentendidos relacionados con el insumo. Disponer de información clara y científica sobre los condones "...ayudará a las mujeres a responder ante las objeciones de su pareja..." (OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2007 p. 201) y la fortalecerá para negociar su uso.

Es importante, entonces, ayudar a las mujeres a identificar los mitos asociados con el uso de condones y ante cada uno de ellos elaborar una explicación para contrarrestar esos mitos, de tal forma que le permita contar con herramientas para la negociación de su uso. Por ejemplo, un mito que podría presentarse es que *"con el condón masculino es difícil tener una erección (impotencia)"*, una respuesta posible es: *No, la impotencia tiene muchas causas, algunas son físicas y otras emocionales, el condón por sí mismo no produce impotencia. Si un hombre tiene dificultades en mantener la erección con el condón, puede contrarrestarlo con el uso de una mayor lubricación pues esto ayuda a aumentar la sensibilidad y tener mayor placer* (OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2007 p. 201).

Recomiende a la usuaria buscar un espacio y momento adecuados para hablar del uso del condón femenino con su pareja. Ayúdela a detectar cual podría ser el mejor momento para hacerlo, puede que ella requiera apoyo para aclarar estos aspectos, escúchela con atención, señale los momentos que usted cree más convenientes y valore junto a ella las opciones más oportunas. Es importante que ella tome en cuenta, antes de iniciar esta conversación, el estado de ánimo de su pareja y medir si es el momento oportuno para hacerlo.

Cada usuaria puede intentar diferentes abordajes según su situación particular y su pareja. A continuación se señalan algunos puntos que, según la OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health (2007), han logrado convencer a los hombres usar condones:

- Enfatizar el uso de los condones para evitar el embarazo.
- Apelar a la preocupación de proteger a la otra persona ("con el condón nos cuidamos el uno al otro").
- Adoptar una postura inflexible ("yo no tengo relaciones si no es con condón").
- Introducir la dimensión del placer, apelando que el condón femenino puede ser usado como parte de los juegos sexuales.
- Basarse en todas las ventajas que ofrece el condón femenino que puedan resultar atractivas para la pareja (se siente muy natural, se lo coloca la mujer, no es necesario que el pene esté erecto para ponerlo, no aprieta al pene, se puede quitar hasta el final de la relación sexual, entre otras).

Asimismo, es importante que invite a la usuaria a ir con su pareja a los servicios y espacios de atención donde se dispensan los condones femeninos, esto contribuirá a que él entienda mejor las ventajas de usar el condón femenino y tenga una actitud menos defensiva hacia su pareja cuando ella plantee el uso del condón en cada relación sexual.

j. Preguntas y respuestas frecuentes sobre los condones femeninos

A continuación se presentan algunas preguntas frecuentes que surgen en torno al uso de los condones femeninos y sus respectivas respuestas. La mayoría de estas preguntas o dudas representan mitos relacionados con este método de protección dual, es importante aclarar de la mejor forma posible cada uno de ellos, para garantizar su uso correcto y una mayor confianza en el mismo:

1. ¿Por qué necesitamos el condón femenino?

Porque brinda una opción adicional para la protección de las ITS, VIH y embarazos no planeados, que puede ser usada y controlada por las mujeres.

2. ¿El condón femenino es difícil de usar?

No, pero requiere de paciencia y que la persona se familiarice con él, practique su uso y aprenda a colocarlo correctamente.

3. ¿Cómo protege el condón femenino?

El condón femenino cubre la vagina y el cuello del útero y parte de los genitales externos, con lo que ofrece a la pareja, si se lo usa de forma correcta y consistente, protección dual contra ITS, incluyendo el VIH, así como el embarazo no planeado.



Coméntele a la usuaria que el uso de los condones femeninos permite llevar a cabo juegos eróticos previos y posteriores a la penetración sin necesidad de interrumpir la relación sexual, puesto que puede ponerse desde el principio de la relación sin la necesidad de erección.

4. ¿Si uso un condón masculino y uno femenino a la vez, la protección aumenta?

No, pues la fricción causada por los condones puede romper uno de los dos o producir que se salgan. Por esto, nunca debe usarse un condón masculino y uno femenino al mismo tiempo. Además, los condones, masculinos o femeninos, brindan por sí solos igual protección a la pareja.

5. ¿Se puede utilizar el condón femenino con otros anticonceptivos?

Sí, el condón femenino puede ser usado con la píldora, inyecciones, dispositivos intrauterinos, implantes, post esterilización y post vasectomía, para protegerse de las ITS, incluyendo el VIH. El condón femenino no puede ser usado con el diafragma, pues el anillo interno se aloja en el mismo espacio que se encuentra el anillo del diafragma, tampoco puede ser usado junto con el condón masculino.

6. ¿Cómo sé si el condón femenino se encuentra en la posición correcta dentro de la vagina?

El condón femenino está bien puesto cuando el anillo interno haya pasado el hueso púbico y cubierto el cuello del útero. El anillo externo y parte del condón se mantienen planos alrededor de la apertura de la vagina, cubriendo los genitales externos. Se puede verificar que el condón está posicionado correctamente insertando el dedo índice o el dedo medio dentro de la vagina, se sentirá que el anillo interno se encuentra después del hueso púbico en la pared frontal de la vagina.

7. ¿Es verdad que se puede sentir placer usando el condón femenino?

El condón femenino está hecho de un material que se adapta a la temperatura del cuerpo por lo que se siente más natural durante las relaciones sexuales, lo que permite ajuste, comodidad y placer. Además, vienen muy lubricados por dentro y por fuera, lo que facilita su colocación y el acto sexual.

8. ¿Puedo usar el condón femenino durante la menstruación?

Sí, el condón femenino no interfiere con la menstruación y puede ser usado sin problemas. Sin embargo, se debe insertar justo antes de empezar y remover tan pronto como se termine la relación, ya que la sangre puede fluir a lo largo del condón. Nunca debe utilizarse al mismo tiempo que un tampón.

9. ¿El condón femenino puede ser usado para el sexo anal?

El condón femenino está diseñado para uso vaginal, por lo que se ajusta a la anatomía de la vagina. No se encuentra aprobado para uso anal, por esto se recomienda utilizar los condones extrafuertes, también dispensados por la CCSS, los cuales sí están indicados para este fin.

10. ¿Puedo usar el condón femenino sin que mi pareja lo note?

Como parte de la funda se queda fuera de la vagina, es visible, por lo que puede ser difícil usarlo sin que la pareja lo note. Por tanto, es deseable que las parejas hablen y se pongan de acuerdo sobre el uso del condón femenino antes de la relación sexual.

11. ¿Puedo usar el condón femenino más de una vez?

No, nunca se debe reutilizar ningún condón, ni masculino ni femenino. Siempre debe usarse un nuevo condón para cada relación sexual.

12. ¿El condón femenino hace ruido durante la relación sexual?

Puede que haya un poco de ruido, especialmente si el condón no está debidamente lubricado. Si hay ruido durante la relación sexual y eso molesta, debe considerarse añadir lubricante extra. Insertar el condón femenino algunos minutos antes de la relación sexual también ayuda a reducir el ruido.

13. ¿El condón femenino puede desaparecer dentro de mi cuerpo?

No, el diámetro del cuello uterino es tan pequeño (de 1 a 3 milímetros) que el condón no puede pasar más allá ni desaparecer en el interior del cuerpo.

14. ¿El anillo interno es doloroso?

No, el anillo interno está hecho de un material flexible que no produce dolor al insertarlo o durante la relación sexual.

15. ¿Cómo se siente el anillo interno durante la relación sexual?

Muchas mujeres y hombres relatan que el anillo interno intensifica el placer para ambos durante la relación sexual. Si el anillo interno incomoda, es recomendable ajustar la posición del condón.

16. El condón femenino es demasiado grande, ¿es muy incómodo?

Los condones femeninos están cuidadosamente diseñados para adaptarse a la anatomía de cada mujer, independientemente del tamaño de su vagina y proporciona una sensación más natural durante las relaciones sexuales pues se adapta a la temperatura del cuerpo.

17. ¿Puede usarse el condón femenino en distintas posiciones?

Sí, el condón femenino puede usarse en cualquier posición sexual.



Un dato importante a compartir con las usuarias es que las mujeres que probaron varias veces el condón femenino constataron que las principales inseguridades y problemas (deslizamiento, ruidos, dificultades en la inserción del condón o en el momento de la penetración, roces, tensión) asociados con el condón femenino tendían a desaparecer con la práctica y el uso.

5.

CONCLUSIONES



5. CONCLUSIONES

1. El condón femenino es una poderosa herramienta que puede contribuir a brindar autonomía a las mujeres, control sobre sus cuerpos y la posibilidad de elegir por ellas mismas un método de protección dual. Dispensarlos de forma adecuada es una acción necesaria a efectuar dentro de los servicios de salud.
2. La falta de control y el desconocimiento de las mujeres sobre su propio cuerpo, es una barrera para el de autocuidado, la prevención y la protección. Promover en los espacios de atención a la salud la comprensión de la anatomía femenina resulta una acción clave para incentivar que las mujeres exploren su cuerpo y se aproximen a éste, propiciando que puedan utilizar un insumo como lo es el condón femenino con mayor facilidad.
3. La dispensación de condones femeninos debe hacerse con empatía, calidez y calidad por parte de las y los prestadores de los servicios de salud, esto contribuirá a que las mujeres puedan familiarizarse con el método, derribar mitos en torno al insumo e iniciar su uso.
4. La negociación del uso de los condones, y en particular los condones femeninos, es compleja para las mujeres. Es importante que las y los prestadores de los servicios de salud ofrezcan herramientas a las mujeres sobre cómo proceder con la negociación para incorporarlos como método de protección, así como ofrecer acompañamiento durante este proceso.
5. Indicar claramente y mostrar de forma detallada cada uno de los pasos del uso correcto de los condones femeninos, es vital para que las usuarias puedan iniciar su uso con mayor confianza. De la misma forma, quienes dispensan los condones femeninos deben mostrar apertura y transmitir a las usuarias que pueden regresar a solventar sus dudas cuando lo consideren necesario.
6. Los mitos en torno a los condones femeninos son muchos y radican en el desconocimiento sobre cómo funciona el insumo y como es la anatomía del sistema reproductivo femenino. Es importante que los mitos sean abordados de forma amplia, con información actualizada, científica y de calidad y en un espacio de confianza donde las usuarias puedan externar sus dudas y aclararlas lo mejor posible.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Caja Costarricense de Seguro Social y Fondo de Población de las Naciones Unidas Costa Rica (2012). Estudio de aceptabilidad del condón femenino en población transfronteriza habitante de Upala y población urbana de San José. San José, Costa Rica: CCSS, UNFPA Costa Rica.
2. Caja Costarricense de Seguro Social y Fondo de Población de las Naciones Unidas Costa Rica (2014). Pilotaje de disponibilidad y dispensación de condones femeninos en los servicios de salud y el ámbito comunitario, en Upala y Goicoechea. San José, Costa Rica: CCSS, UNFPA Costa Rica.
3. Ministerio de Salud de Perú, Fondo de Población de las Naciones Unidas (2010). Provisión y uso de condones masculinos y femeninos para prevenir embarazos no planificados, ITS y VIH/Sida. Lima, Perú: Ministerio de Salud de Perú, UNFPA Perú.
4. Ministerio de Salud y Protección de Colombia y UNFPA Colombia (2014). Guía de uso del Condón Femenino. Bogotá D.C., Colombia: Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, UNFPA Colombia.
5. OMS, USAID y Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health (2007). Planificación familiar: Un manual mundial para Proveedores. Ginebra.



Fondo de Población
de las Naciones Unidas