

# HOW TO USE A CONDOM

Check the expiration date on the individual condom packet. Check to make sure there are no punctures. There should be an air pocket. Do not keep condoms in your wallet or in the car. Condoms are to be kept at room temperature.



Once the penis is erect, open the condom package with your fingers. Do not use your teeth or any other sharp object because you might accidentally tear the condom.

Squeeze the tip of the condom with your fingers and place the rolled condom on the head of the penis. Leave a half an inch of space at the tip of the condom to collect semen.



Hold the tip of the condom and unroll until the penis is completely covered.

After ejaculation, while the penis is still erect, hold the condom at the base and carefully remove it without spilling semen.



Wrap the condom in tissue or tie it in a knot and throw it away. Do not flush the condom down the toilet.

Use a new condom for every act of vaginal, oral, and anal intercourse. Never use a condom more than once. Never use two condoms at the same time.



If using a lubricant, use a water-based or silicone-based one, not Vaseline, coconut oil, or baby oil. Oil-based lubes can damage the material condoms are made from and lead to breakage. It's safer to use water-based or silicone-based lubes with condoms. It is also helpful to practice. You can always use a banana.

IF YOU ARE LOOKING FOR MORE INFORMATION ABOUT FREE BIRTH CONTROL OPTIONS  
PLEASE VISIT [ASTEPAHEADCHATTANOOGA.ORG](http://ASTEPAHEADCHATTANOOGA.ORG) OR CALL 423-265-7837

# COMO USAR UN CONDON

Verifique la fecha de vencimiento en el paquete de condones individual. Asegúrese de que no haya perforaciones, debe haber una bolsa de aire. no guarde condones en su billetera o en el automóvil; los condones deben mantenerse a temperatura ambiente.



Una vez que el pene esté erecto, abra el paquete del condón con los dedos. ¡No use sus dientes ni ningún objeto afilado porque podría romper accidentalmente el condón!

Apriete la punta del condón con los dedos y coloque el condón enrollado en la cabeza del pene. Deje un espacio de media pulgada en la punta del condón para recolectar el semen.



Sostenga la punta del condón y desenrolle hasta que el pene esté completamente cubierto.

Después de la eyaculación, mientras el pene todavía está erecto, sostenga el condón por la base y retírelo con cuidado sin derramar el semen.



Envuelva el condón en un papel o pañuelo, o átelo con un nudo y tírelo a la basura. No tire el condón por el inodoro.



Use un condón nuevo para cada acto de relación sexual vaginal, oral y anal. nunca use un condón más de una vez.

¡Nunca use dos condones al mismo tiempo! Se puede utilizar con otros métodos anticonceptivos, por ejemplo: píldora, inyección, diu, etc.



Si utiliza lubricante, utilice uno a base de agua, no de vaselina, coco o aceite para bebés. también es útil practicar. ¡Siempre puede utilizar un plátano!

SI ESTA BUSCANDO INFORMACION ADICIONAL SOBRE LAS OPCIONES DE METODOS ANTICONCEPTIVOS GRATUITOS, VISITE [ASTEPAHEADCHATTANOOGA.ORG](http://ASTEPAHEADCHATTANOOGA.ORG) O LLAME AL 423-265-7837