

Preservativo Masculino

O preservativo masculino, também chamado “camisa de Vénus”, ou “camisinha”, é uma proteção flexível, concebida para ser usada sobre o pênis em ereção, durante o ato sexual.

Porquê usar preservativo?

O preservativo masculino ajuda a prevenir uma gravidez não desejada e é a melhor forma de evitar as infeções de transmissão sexual, como o VIH (vírus de imunodeficiência humana), a infeção por clamídia e gonorreia. Protege menos bem no caso das infeções que se espalham por contacto cutâneo como o herpes, a sífilis e o HPV (papiloma vírus humano).

Tipos de preservativos

Atualmente existem dois tipos principais de preservativos:

- De látex, que oferecem a melhor proteção para muitas infeções de transmissão sexual (ITS) como o VIH, porque a borracha sintética previne a passagem dos vírus e das bactérias.
- De poliuretano, um género de plástico muito fino, que também previne as ITS (s). Estes sistemas de plástico são úteis nas situações de alergia ao látex, ou sempre que a mulher esteja a fazer uma terapêutica com cremes ou óvulos de aplicação na vagina.

Eficácia

São seguros na prevenção da gravidez se utilizados corretamente em todas as relações sexuais.

Se houver rotura:

- Numa fase do ciclo com risco de gravidez, considerar a contraceção de emergência;
- Se houve risco de transmissão de ITS, recorrer ao médico assistente.

Armazenamento

Deve ser respeitado o prazo de validade inscrito na embalagem e evitado o seu armazenamento em locais sujeitos a humidade ou temperaturas elevadas.

Utilização correta

- Remover cuidadosamente o preservativo da embalagem (na abertura do invólucro, não utilizar objetos cortantes, e ter também cuidado com as unhas ou anéis) e verificar para que lado se desenrola (na maioria, apenas se faz para um dos lados).
- Colocar o preservativo antes de iniciar o contacto com o corpo da(o) parceira(o).
- Colocar o preservativo sobre o pênis ereto, mantendo pressionada a zona do reservatório para evitar a acumulação de ar na extremidade coletora e desenrolar até à sua base, (ver figura).
- Se não se desenrolar facilmente provavelmente estará virado do “avesso”. Se tal acontecer, tente outra vez com um novo preservativo.
- Assegure-se de que ele permanece colocado durante o ato sexual. Se sair, coloque um outro preservativo.



Como se retira?

- Logo após a ejaculação, (depois da saída do esperma) e ainda com o pénis ereto, segurar o rebordo do preservativo e cautelosamente afastar o pénis do corpo da(o) parceira(o).
- Tirar o preservativo, apenas quando já não estiver em contacto com o corpo da parceira(o) tendo o cuidado de não derramar esperma. Verificar se não houve rasgaduras ou estragos no mesmo.
- O preservativo removido deve ser colocado no lixo, num local seguro, depois de se ter dado um nó na extremidade para que o esperma não saia (nunca deite na sanita).

Recomendações especiais

- Sempre que houver nova relação sexual (vaginal, oral ou anal), deve ser utilizado um novo preservativo.
- Os preservativos não devem ser guardados no carro, no bolso das calças ou na carteira, nem em locais que atinjam temperaturas extremas de calor ou frio, devendo ser respeitado o prazo de validade.
- É desaconselhada a utilização de preservativo masculino e feminino em simultâneo, pela possibilidade de rotura.
- A eficácia do preservativo é maior quando utilizado de forma regular.

Lubrificantes

- Se utiliza lubrificantes com os preservativos tenha em atenção de que com os de látex só podem ser utilizados os compostos à base de água, (como por ex. a glicerina ou os que são vendidos expressamente com essa indicação).
- Os lubrificantes à base de óleos de bebé, vaselina, loção para as mãos ou para o corpo, podem danificar o preservativo e aumentar o risco de rompimento.
- Também qualquer medicamento que se utilize/coloque no pénis ou na vagina, pode facilitar o rompimento dos preservativos de látex.
- Com os de poliuretano podem ser usados todos os tipos de lubrificantes (de base oleosa, de água, ou gel).

Informação

- Os preservativos masculinos são distribuídos gratuitamente nos Centros de Saúde / Hospitais e Centros de Apoio à Juventude com consulta de Planeamento Familiar.
- Podem ser comprados em Lojas, Farmácias, Supermercados, e máquinas de *vending* em locais públicos.
- Quando os adquirir certifique-se de que cumprem as normas europeias e exibem o símbolo de qualidade CE e verifique o prazo de validade inscrito na embalagem.

Podem procurar mais informação sobre contraceção no site

www.saudereprodutiva.dgs.pt

Realização: DGS - <http://www.saudereprodutiva.dgs.pt/upload/ficheiros/i009873.pdf>

Adaptado em Dezembro 2016

Próxima revisão em 2019