

CARÍCIAS. AFAGOS, MASSAGENS, ABRAÇOS, BEIJOS E LAMBIDAS NO CORPO

Em mamilos, orelhas, pés, testículos, bunda, etc. Não só é seguro, mas muito divertido e gostoso.

O vírus que causa a AIDS (HIV) não pode ser transmitido pelo contato da pele com a pele, nem pelo beijo de língua, por suor ou lágrima, por tosse ou espirro, pelo uso coletivo de corpos, pratos, talheres, sabonetes e roupas, vasos sanitários e nem por insetos.

REGRAS BÁSICAS DO SEXO SEGURO

Nunca permita que esperma ou sangue do seu parceiro entre no seu próprio corpo.

Lembre-se: o uso de álcool e outras drogas (maconha, coca, etc.) pode levar à intoxicação, durante a qual você poderá estar menos inclinado a seguir às recomendações de sexo mais seguro.

Uma única relação sexual – se não for feita com segurança – poderá transmitir o vírus.

Evite práticas arriscadas. O número de parceiros sexuais não é importante, desde que você pratique sexo mais seguro.

ENDEREÇOS IMPORTANTES

ABIA – Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS

R. da Candelária, 79/10. andar – Centro
20091-020 – Rio de Janeiro – RJ
Tel.: (21) 2223-1040 / Fax: (21) 2253-8495
E-mail: abia@abi aids.org.br
<http://www.abi aids.org.br>

Grupo Pela VIDDA/RJ – Grupo pela Valorização, Integração e Dignidade do Doente de AIDS

Av. Rio Branco, 135/709 – Centro
20040-006 – Rio de Janeiro – RJ
Tel.: (21) 2518-3993 / 2518-1997
E-mail: gprvj@pelavidda.org.br
<http://www.pelavidda.org.br>

Grupo Pela VIDDA/SP – Grupo pela Valorização, Integração e Dignidade do Doente de AIDS

Rua General Jardim, 566 – Vila Buarque
01223-010 – São Paulo – SP
Tel.: (11) 258-7729
E-mail: gpvsp@uol.com.br
<http://www.aids.org.br>

NUANCES – Grupo pela Livre Expressão Sexual

Pça. Rui Barbosa, 220/52
90030-100 – Porto Alegre – RS
Tel.: (51) 3286-3325
E-mail: nuances@nuances.com.br
<http://www.nuances.com.br>

GAPA/CE – Grupo de Apoio à Prevenção da AIDS

Rua Castro e Silva, 121/Sala 308
Ed. Oriente
60030-010 – Fortaleza – CE
Telefax: (85) 253-4159
E-mail: gapace@terra.com.br
<http://www.homesopping.com.br/~gapace>

GRAB/CE – Grupo de Resistência Asa Branca

Rua Teresa Cristina, 1050 – Centro
60015-141 – Fortaleza – CE
Telefax: (85) 253-6197
E-mail: grab@brhs.com.br

Você poderá, na maioria dos endereços acima, adquirir camisinhas gratuitamente, além de informações e outros serviços.

Elaborado pela ABIA, baseado no folder produzido pelo GAPA/CE.

Apoio para reimpressão revisada:



Junho de 2002

3ª Tiragem: 20 mil exemplares

DDH - Disque Defesa Homossexual

(21) 3399-1304
(21) 3399-1111

Sexo, Homens & Aids

**ABIA
GAPA/CE**

Neste folheto você encontrará informações sobre algumas práticas sexuais, experimentadas por homens que fazem sexo com homens.

Nós dividimos as práticas em duas categorias: sexo arriscado e sexo mais seguro.

SEXO ARRISCADO

SEXO ANAL SEM CAMISINHA (dar ou comer)

Se durante a relação anal ocorre o gozo, o esperma (gala/esporra/porra) pode transmitir o HIV, o vírus que causa a AIDS. Mesmo que não ocorra gozo dentro do ânus, o vírus pode ser transmitido através de pequenos ferimentos, invisíveis, que ocorrem durante o contato do pênis com o ânus e são suficientes para deixar passar o vírus de um para outro.

O vírus da AIDS pode passar para quem dá e para quem come.

EVITE A PENETRAÇÃO SEM CAMISINHA.

Se você realmente quer fazer sexo anal use camisinha. Esta é a única maneira de tornar o sexo mais seguro.

Use camisinhas lubrificadas. E, se precisar de mais lubrificação, use lubrificantes a base de água (K-Y, Preserv-Gel). Nunca use vaselinas ou óleos; eles estragam a camisinha.

COMO USAR CORRETAMENTE A CAMISINHA

Faça com que a camisinha seja parte de sua vida sexual.

Pratique antes. Masturbação com camisinha é gostoso e você adquire prática de colocá-la rapidinho. Experimente algumas marcas e descubra a melhor para você.

Tenha sempre à mão. Tenha sempre com você camisinhas. Você poderá precisar delas a qualquer momento.

Deixe à vista. Se você não estiver muito à vontade para pedir ao parceiro para usar, não peça — mostre-a. Deixe camisinhas à vista, de maneira que ele possa ver. Ele ficará feliz em saber que você pratica sexo mais seguro.

Demonstre. Colocar a camisinha em si ou no seu parceiro, deve fazer parte do jogo erótico e pode aumentar ainda mais o tesão.

Cuide. Não abra a embalagem da camisinha com os dentes e verifique a data de validade.

SEXO MAIS SEGURO

SEXO ORAL

(chupar ou ser chupado)

É mais seguro do que pensávamos. Entretanto, sob certas condições o HIV, o vírus que causa a AIDS, pode ser transmitido, assim como outras doenças sexualmente transmissíveis (herpes, uretrites, gonorréia, etc.)

Desta forma, recomenda-se chupar com segurança. Nunca goze na boca de seu parceiro e nunca o deixe gozar na sua boca, use camisinha para isso.

Lamber o pênis do seu parceiro ou colocá-lo na sua boca ou chupá-lo sem gozo é mais seguro, pois a transmissão do vírus HIV pelo pré-sêmen (líquido lubrificante) nunca foi demonstrada.

MASTURBAÇÃO (punheta)

Você pode fazer sozinho, com alguém ou de acordo com a sua imaginação (entre as coxas, etc.)

Todas são seguras. Mesmo se você gozar na pele do parceiro.



Ponha com ele duro



Aperte a ponta pra sair o ar



Desenrole até embaixo



Não use lubrificante



Tire com ele duro, segurando



Use uma vez só. Jogue no lixo

LAMBER O ÂNUS

A possibilidade de transmissão do HIV, nesta prática, não é relevante.

Consolos, pênis de borracha, vibradores e outros objetos usados para estimulação do ânus, são arriscados se utilizados coletivamente. Por isso, evite compartilhar e lave-os com água e sabão. Uma forma de compartilhar é colocando camisinha.

Se você é soropositivo o cuidado deve ser redobrado, pois o risco de você se infectar com outras doenças (parasitoses, bactérias, hepatite, etc.) é maior.

Existem várias maneiras de praticar sexo mais seguro. A grande vantagem é que você pode divertir-se sem receios ou medos.

BEIJO DE LÍNGUA

Embora a saliva possa conter o vírus da AIDS, nós sabemos, com certeza, que a quantidade é tão pequena que a transmissão não é possível. Além disso, na saliva existem substâncias que inativam o vírus.