

# Lembre-se

Sempre utilizo um preservativo quando tenho uma relação com penetração.

Nunca utilizo óleos de banho, vaselina ou cremes corporais, já que isso pode fazer com que o preservativo se rasgue muito mais facilmente. Sempre utilizo lubrificantes à base de água (*hidrossolúveis*) ou saliva.

Se acontecer de o preservativo se rasgar, terei que ir, sem falta, a um centro sanitário antes de dois dias.

Se me pedem para que eu não use preservativo:

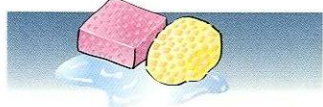
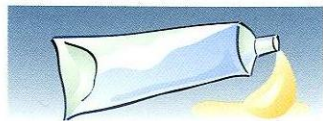
- ◆ Digo que sou uma mulher "segura": "NÃO faço nada sem preservativo".
- ◆ Faço charme, brincando com o pênis dele, e coloco o preservativo com a boca.
- ◆ Uso um preservativo feminino.

A utilização de esponjas durante a menstruação aumenta a possibilidade de contágio de infecções vaginais. Posso ficar doente.

Se me aplico drogas na veia, não devo, de forma alguma, partilhar o meu material de injeção (agulhas, seringas, panelinhas, filtros ou colheres) com outras pessoas, já que, fazendo isto, poderei contagiar-me com o vírus do AIDS ou pegar hepatite.

Sou consciente de que se eu ficar grávida poderei transmitir o AIDS para meu filho. Portanto, devo falar sobre isso com o meu médico.

As tatuagens feitas em condições não higiênicas também são um canal de transmissão de AIDS ou hepatite.



# Endereços de interesse:

## Programa para a Prevenção e a Assistência contra o AIDS

Departamento de Saúde e Previdência Social

Generalitat de Catalunya

Tel: 900 21 22 22

### GIRONA

ACAS

C. Bellmirall, 4 entresuelo - Tel: 972 21 92 82

Centros de prevenção e controle de

doenças de transmissão sexual

Tel: 972 21 07 08

### CALELLA

Projecto Carretera

Hospital de Calella (UAT)

c. St. Jaume, 209-217

Tel: 93 769 02 01 Ext. 2045

Tel: 608 14 49 67

### SABADELL

ActuaVallès

c. Turull, 164

Tel: 93 727 19 00

### TERRASSA

c. Portal Nou, 34

Tel: 93 731 89 93

### LLEIDA

Associació Antisida

c. Rambla Ferran, 22, 2n, 2a

Tel: 973 22 12 12

Centros de prevenção

e controle de

doenças de

transmissão sexual

Tel: 973 70 16 00

### BARCELONA

Àmbit Dona

c. Robadors, 29

Tel: 93 317 70 59

Centros de

prevenção

e controle de

doenças de

transmissão

sexual

Tel: 93 441 29 97

### TARRAGONA

Centros de prevenção

e controle de doenças

de transmissão sexual

Tel: 977 29 58 95

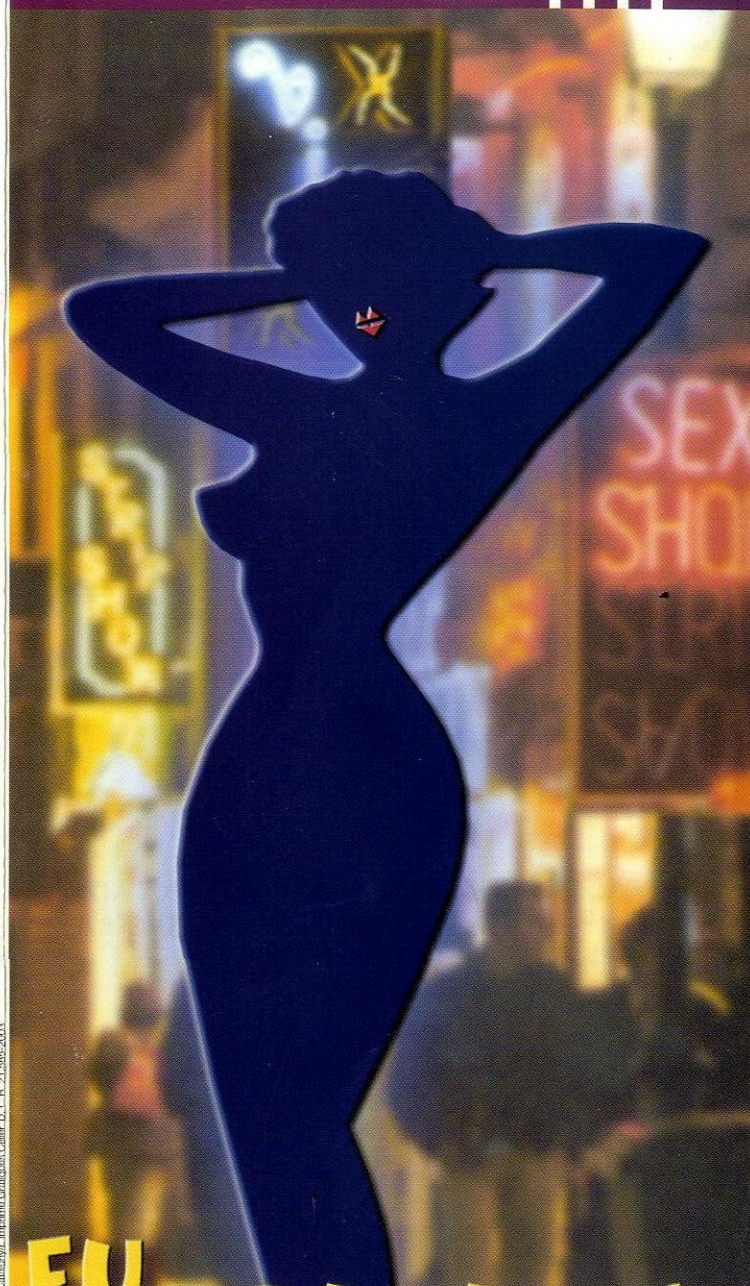
 [www.gencat.net/sanitat](http://www.gencat.net/sanitat)

 Generalitat de Catalunya  
Departament de Sanitat  
i Seguretat Social

Sanitat Respon 24 hores  
902 111 444



**EU TRABALHO SEM RISCO**



# Eu me protejo

Quando trabalho na prostituição e não utilizo preservativo corro muito mais risco de contagiar-me com o vírus do AIDS, hepatite e outras doenças que se transmitem através das relações sexuais

## COMO POSSO ME INFECTAR?

Através de sexo anal, vaginal ou oral

**SEM PROTEÇÃO**

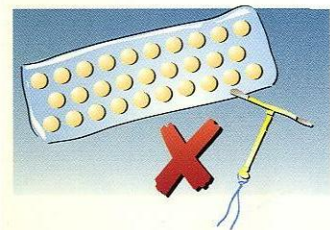


## COMO POSSO SABER SE JÁ ESTOU INFECTADA COM O VÍRUS DO AIDS, HEPATITE OU OUTRAS DOENÇAS DE TRANSMISSÃO SEXUAL?

Fazendo uma exame de sangue no caso do SIDA e da hepatite.

Fazendo uma revisão ginecológica no caso de outras doenças de transmissão sexual.

## COMO POSSO ME PROTEGER DESTAS INFECCÕES?



Usando **SEMPRE** preservativo no sexo anal, vaginal e oral.

A utilização de outros métodos anticoncepcionais como a pílula ou o DIU **NÃO** evitam o contágio destas infecções.

# O preservativo masculino

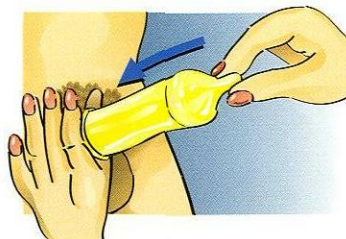
Abro a embalagem com a mão. Tenho muito cuidado para não rasgar o preservativo com as unhas, anéis ou os próprios dentes.



Ponho o preservativo na cabeça do pênis quando já está em ereção antes da penetração e aperto a ponta do preservativo com os dedos.



Com a outra mão desenrolo o preservativo até que o pênis fique todo bem coberto. Não posso esquecer de verificar se ficou ar preso no interior do preservativo. Sendo assim, devo expulsá-lo para fora.



Depois da ejaculação, antes de que ele comece a perder a ereção, tiro o pênis da vagina ou do ânus segurando o preservativo dentro. Depois de que ele já tenha saído, tiro o preservativo da vagina com a mão.

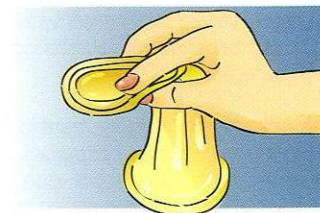


Dou um nó no preservativo e o jogo no lixo, nunca na privada do banheiro.

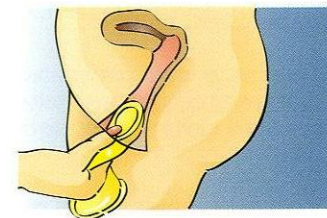


# O preservativo feminino

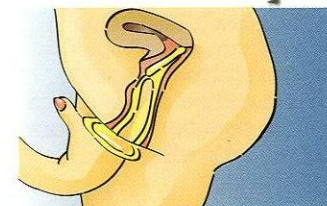
Ponho o preservativo feminino como se fosse um tampão vaginal sem aplicador.



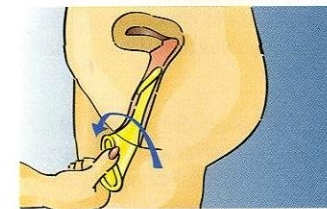
Pego o anel pequeno e o introduzo, o mais profundamente possível, na vagina.



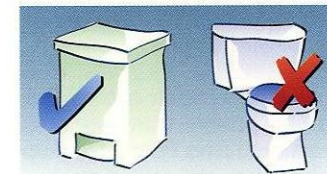
Coloco o preservativo no dedo, o introduzo na vagina e o desenrolo até que conseguir tocar a borda do anel interno, para que fique bem colocado.



Para retirá-lo, seguro o anel externo e dou uma volta para fechar. Depois puxo o preservativo com delicadeza para fora.



Jogo-o sempre no lixo, não na privada do banheiro.



## Sempre uso este tipo de preservativo quando:

- ◆ O cliente não quer usar preservativo masculino.
- ◆ O cliente é estrangeiro, quer um serviço rápido e não sei falar a sua língua.