

NO LE PONGAS PRECIO A TU SALUD PROGRAMA PREVENTRANS

Guía sobre sexo más seguro para mujeres transexuales
trabajadoras del sexo.



ÍNDICE

Introducción / 5

Infecciones de transmisión sexual / 6

Prevención de la transmisión del VIH / 7

Uso del condón / 9

Higiene antes de la penetración

¡Si se rompe el condón! / 10

Clientes y parejas

La prueba del VIH / 11

Autohormonación, silicona y cirugías / 12
sin control médico

Hormonación e interacciones con / 14
otros fármacos

Cómo obtener atención sanitaria / 15

Recomendaciones sobre Seguridad / 17
Laboral e Higiene

Asociaciones que tienen programas / 18
para ti

Introducción

Si eres trabajadora del sexo y eres una mujer trans, esta guía es para ti.

Con ella queremos darte algunas informaciones que te ayudarán a sentirte bien, a cuidarte y a que conozcas tus derechos sanitarios y sociales.

Cuidarte es también una forma de cuidar tu trabajo.

Al final de la guía tienes un listado de asociaciones que participan en el programa Preventrans o que tienen programas de atención específicos para trabajadoras del sexo trans.



Infecciones de transmisión sexual

Las **Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)** como la sífilis, la gonorrea, la clamidia, el herpes o el virus del papiloma humano (VPH) se transmiten durante las relaciones sexuales, especialmente con la penetración y el sexo oral. Algunas se pueden transmitir sólo por el contacto con la piel lesionada, como el herpes o el VPH. Por la vergüenza que a veces producen, las conocemos menos, y cuesta más acudir a un centro de salud para detectarlas y buscar tratamiento. Pero si no lo hacemos, podemos transmitir las a otras personas, y tener a la larga más complicaciones de salud.

Si sospechas que tienes una ITS, lo ideal es acudir al médico, iniciar y

completar el tratamiento que te den y volver con la periodicidad que indiquen para un chequeo. Algunas ITS tienen síntomas claros como secreciones por la uretra, por el ano, escozor, enrojecimiento, ampollas y verrugas. Pero hay otras que apenas se notan o no presentan ningún síntoma. Estate atenta a tus genitales y a las manchas no habituales en la ropa interior.

Considera la posibilidad de hacerte pruebas de ITS de manera periódica. Si tienes VIH, puedes pedir al equipo médico que te atiende que te haga una prueba de sífilis cada seis meses. Si además de VIH tienes VPH consúltale sobre la frecuencia con la que hacerte citologías anales.



Prevención de la transmisión del VIH

La **infección por el VIH**, causante del sida, es una de las ITS que, al contraerse, no suele producir síntomas. El VIH causa un mal funcionamiento de las defensas del organismo, lo que a la larga hace que se padezcan infecciones, tumores y otras enfermedades. Por eso es tan importante hacerse **la prueba**, para detectar el VIH y combatir la infección cuanto antes. De este modo, se evita llegar a fases más avanzadas de la infección.

La **sangre, el semen y las secreciones vaginales y anales** son los fluidos que pueden transmitir el VIH a través de las relaciones sexuales.

Si tu cliente utiliza preservativo al penetrarte, evitarás que el interior de tu ano o de tu vagina, si estás operada, entren en contacto con su semen y líquido preseminal. **El líquido preseminal**, que es el fluido lubricante y transparente que produce el pene durante la excitación, también puede contener VIH. Por eso es tan importante utilizar el preservativo desde el principio.

Si eres tú quien lo penetra a él, al ponerte el preservativo evitas que el glande de tu pene entre en contacto con sus secreciones anales y la sangre de los desgarros que se producen al penetrarle.

Si el cliente se pone condón cuando le haces una mamada, te protegerás del VIH y de otras ITS. Si no se pone condón, evita que se corra en tu boca para evitar el VIH. Otras ITS se pueden transmitir sólo por el líquido preseminal.

La saliva, las lágrimas, la orina o el sudor no transmiten en ningún caso el VIH.

Las siguientes son prácticas sexuales de riesgo por las que **podrías adquirir o transmitir el VIH**:

- **Que te penetren analmente sin condón;**
- **si te has operado, que te penetren vaginalmente sin condón;**
- **penetrar tú sin condón analmente** a un hombre o a otra mujer;
- **penetrar tú sin condón vaginalmente** a una mujer;
- **chuparla y que eyaculen en tu boca.**
- **compartir juguetes sexuales** (dildos, vibradores...) que haya usado antes otra persona.

¡Recuerda!:

Utiliza un preservativo durante la penetración anal o vaginal, desde el principio, seas activa o pasiva, **es la mejor protección frente** al VIH y otras ITS.

Usa también **lubricante** para evitar la rotura del condón y facilitar la penetración.

Cuando haces una **mamada**, aunque no haya eyaculación, te protegerás de otras ITS si utilizas **condón**.

Antes de compartir juguetes sexuales, **lávalos con agua**



En muchas asociaciones de la FELGTB tienes a tu disposición condones fuertes para la penetración anal, otros para penetrar vaginalmente y también para el sexo oral, de sabores. Además, encontrarás lubricantes. **Todo ello de forma gratuita.** Mira en la página 18.

Uso del condón

Los preservativos sólo son útiles si se usan siempre, bien desde el principio y durante toda la penetración. Además de mirar que **no esté caducado**, recuerda:

- **usarlo siempre** para penetrar tú y para ser penetrada;
- ponerlo cuando el pene está erecto y presionar la punta con la yema de los dedos para **no dejar aire en el depósito**;
- utilizar lubricante a base de agua o de silicona. Hace más difícil que el condón se rompa, además de que penetrar es más placentero y menos doloroso.
- No uses lubricantes grasos (vaselinas, aceites, cremas); dañan el condón y pueden estropearlo y hacer que se rompa;
- si no tenéis lubricante, la saliva de la persona penetrada es mejor que nada;
- puedes utilizar condones extrafuertes.
- no utilices dos condones a la vez. El roce entre ambos facilita que se rompa;



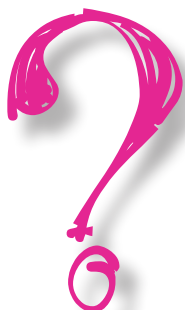
Higiene antes de la penetración

Para los enemas o lavados internos **usa sólo agua**. Nunca se debe usar jabón ni ningún otro tipo de producto dentro del ano o la vagina. Asegúrate que la presión del agua no sea muy fuerte para no dañar la membrana mucosa de los intestinos.



Los lavados internos no evitan las ITS. Al contrario, pueden causar irritaciones que favorezcan su transmisión. **Reduce su uso lo máximo posible** y usa sólo agua cuando lo hagas.

¡Si se rompe el condón!



Tienes **derecho a que valoren tu caso** para decidir si se inicia o no el tratamiento profiláctico.

Si tienes VIH, consulta sobre este tema con tu médico en tu próxima visita. **Pregúntanos si tienes dudas** para que te contemos con más detalle o si necesitas que te acompañemos.

Si se rompe el condón cuando estás siendo penetrada por una persona con VIH, **y eyacula** dentro, o cuando tú penetras a otra persona en el caso de que estés infectada por el VIH, es importante que sepas que existe un tratamiento llamado **Profilaxis Post Exposición** que puede reducir el riesgo de infección.

Es un **tratamiento de emergencia** que debe iniciarse lo antes posible, mejor antes de transcurridas 6 horas, y siempre antes de 72 horas tras la práctica de riesgo.

Estos fármacos que se dispensan en urgencias hospitalarias **sólo deben tomarse de forma excepcional** una vez que un médico/a haya valorado los riesgos y los beneficios del tratamiento. Una vez iniciado es necesario mantenerlo durante 28 días para que sea eficaz.

Cientes y parejas

Algunos clientes no quieren usar condón y a veces ofrecen más dinero por no usarlo. No olvides que el dinero no lo es todo y que **tu salud no tiene precio**. En el caso de tus parejas sentimentales es más fácil dejarse llevar y no usar condón, porque entran en juego nuestros sentimientos. Todas necesitamos cariño y amor. Pero antes de decidir no usar condón, es importante que os aseguréis con un **análisis** de que no tenéis VIH u otras ITS. A pesar de lo que pueda parecer, gran parte de las infecciones de VIH se producen en pareja.

Si has tenido una práctica de riesgo (penetración sin condón, eyaculación en la boca, rotura de preservativo...) la prueba de VIH es la única forma de saber si estás o no infectada. **No esperes:** acude a pedir la prueba, para que valoren tu caso, te la realicen si es necesario, y en caso de obtener un resultado negativo, te digan si debes repetirla y cuándo. No hace falta ir en ayunas.

También conviene que tú y tu pareja la hagáis si estáis pensando dejar de usar condón.

Además de la prueba de VIH convencional que te puedes realizar en tu centro de salud y centros de ITS, ahora también puedes hacerte **la prueba rápida** a través de una punción en el dedo o de saliva.

Son rápidas porque se puede obtener el resultado en unos 20 minutos. Un **resultado positivo debe ser siempre confirmado** posteriormente en un centro sanitario. En cambio, un **resultado negativo**, es totalmente **fiable**. Algunas ONG, farmacias, y centros de salud ofrecen pruebas rápidas.

Si tienes una vida sexual activa, con clientes o con parejas, **plantéate repetirte la prueba de forma periódica**, dos veces al año.



¡Infórmate!

www.felgtb.com/haztelaprueba

Autohormonación, silicona y cirugías sin control médico



Muchas hemos tomado hormonas para suprimir los caracteres sexuales masculinos (vello en el cuerpo, la nuez, músculos...) y hacer aparecer los femeninos. Lo hacemos para vernos más parecidas a cómo queremos ser.

Los cambios que producen las hormonas son graduales y lentos y dependerán de la edad en que empecemos a hacerlo. Ten en cuenta que lo que necesitamos cada una a nivel hormonal es distinto. **Lo que le vale a otras no tiene por qué valerte a ti.**

Lo mejor es que el **tratamiento hormonal** esté **prescrito y supervisado por un médico**. De otro modo podrías tener problemas, desde aumento de peso y retención líquidos hasta complicaciones de circulación de sangre, en la vesícula o tensión alta.

- las hormonas pueden tener efectos secundarios;
- las hormonas pueden estar contraindicadas en algunos casos;
- pasarte con la dosis ni acelera el proceso ni te producirá mejores resultados.
- una dosis no adecuada para ti puede provocar impotencia. Valora si esto es importante para ti, en tu trabajo y en tu sexualidad. Al iniciar el tratamiento, la erección tiende a desaparecer y, después, habrá que estimularla constantemente. La intensidad de tus orgasmos también se puede ver alterada.

Nunca inyectes silicona directamente bajo la piel ni en tu cara ni en el cuerpo. La **silicona** es una **sustancia extraña en el cuerpo**, acaba dando problemas y es difícil sacarla después. Inyectarse silicona líquida y otras sustancias sin control médico puede provocar:

- obstrucción de vías sanguíneas, venas y arterias, pudiendo causar incluso la muerte;
- desplazamientos y grumos de la sustancia, generalmente hacia los tobillos, o deformando tu cara;
- acorchamiento de la piel que puede provocar necrosis (muerte del tejido);
- quistes y ulceraciones;

No compartas jeringuillas para la hormonación o para la silicona con otras personas. Hacerlo tiene un **riesgo muy alto para que se transmita el VIH y la Hepatitis C**.

Aunque ya te estés hormonando por tu cuenta, no es tarde para que te vea un **especialista**. Para una atención a todos los niveles como mujer trans algunos hospitales tienen unidades de atención integral a personas transexuales (diagnóstico, hormonación, cirugía, controles...)

Depende de donde vivas, su forma de acceso puede ser distinta. En general, necesitas ser mayor de edad, tener una tarjeta sanitaria y un volante de tu médico o médica de Atención Primaria que te derivará al servicio adecuado. Si tú o tu médico o médica tenéis dudas, **infórmate en las asociaciones** que figuran al final de la guía para conocer el itinerario a seguir en la ciudad donde vives.



Hormonación e interacciones con otros fármacos

Algunos medicamentos para el VIH pueden interferir con tu tratamiento hormonal o aumentar sus efectos secundarios. Por eso, conviene que tanto tu endocrino como el equipo médico que sigue tu infección por VIH **sepan qué estás tomando para que ajusten las dosis si es necesario**. Seguir con tu proceso de feminización no tiene por qué evitar que mantengas al VIH bajo control. Puedes hacer perfectamente las dos cosas.

Otras medicaciones que pueden requerir ajustes de dosis son las que se utilizan para estimular la erección, o los antidepresivos. No lo hagas por tu cuenta, y consulta con tus médicos/as.

Recuerda que si recibes tratamiento hormonal **está desaconsejado que fumes**.



Cómo obtener atención sanitaria



A las mujeres trans a veces nos cuesta usar los servicios sanitarios porque nos hemos sentido discriminadas o sabemos que lo han hecho con otras amigas. Por eso no siempre vamos al médico cuando lo necesitamos.

Pero cada vez hay más profesionales sensibles a nuestra realidad que aprenden a **concernos mejor**.

Para acceder al centro de salud y a los centros especializados para nosotras o las unidades de VIH **necesitas una tarjeta sanitaria**.

Si no tienes permiso de residencia y eres mayor de 18 años, sólo tienes derecho a la atención en urgencias por enfermedad grave o accidente hasta el alta médica.

La ley vigente desde 2012 restringe el derecho de atención sanitaria a las personas que están aseguradas, es decir, cotizando a la Seguridad Social; a los cónyuges o ex cónyuges de éstas, y a sus descendientes (hijos e hijas) menores de 26 años. También tienen cobertura los descendientes mayores de 26 años en caso de que tengan reconocido un cierto grado de discapacidad y dependan de la persona asegurada.

Si no estás asegurada, pero tus **ingresos son inferiores a 100.000 €** al año, tienes derecho a la tarjeta sanitaria, tanto si eres española como si eres extranjera y **tienes permiso de residencia**.

Si no tienes permiso de residencia, tienes derecho a la **tarjeta DASSE** (documento de atención sanitaria en situaciones especiales) si eres **menor de 18 años**, o si eres **víctima de trata de seres humanos**, sólo si has denunciado y te encuentras en periodo de restablecimiento y reflexión.

Si necesitas tramitar tu tarjeta sanitaria, o quieres hacer alguna consulta, no dudes en consultar a las asociaciones o pedirnos que te acompañemos. También puedes informarte en tu centro de salud o llamar al 012.

Si por tu situación legal o administrativa no tienes derecho a la tarjeta sanitaria recuerda que en muchas ciudades hay centros gratuitos donde hacer un control del VIH y otras ITS. Consulta en las asociaciones de tu zona.

Tienes derecho a que los profesionales te traten como mujer y te llamen por tu nombre de mujer a pesar de lo que digan tus documentos o tu tarjeta sanitaria. En Atención Primaria tienes derecho a elegir médico en tu centro de salud si no estás cómoda con quien te han asignado.

Denuncia cualquier maltrato en Atención al Paciente del centro. Sé respetuosa, y exige el mismo respeto para ti.

Si estás en esta situación y te encuentras mal, **acude a Urgencias de tu Hospital o de tu Centro de Salud** y pide que te vea un médico o una médica.

Independientemente de tu situación administrativa actual, si tienes una enfermedad transmisible que requiere de un tratamiento prolongado o crónico, como en el caso del VIH, tienes derecho a recibir atención y tratamiento, tal y como se especifica en el Documento de Intervención Sanitaria en Situaciones de Riesgo para la Salud Pública.

Ten en cuenta que **las urgencias no son facturables**. Al llegar a urgencias tienes derecho a que un profesional sanitario sea quien valore si lo que te ocurre es o no es una urgencia.



Si te presentan una prefactura, lo mejor es no firmarla. Si lo haces, acude a ver a los trabajadores sociales del hospital tan pronto salgas de urgencias para que te ayuden a recurrir la factura. Si no, también puedes contactar con las asociaciones que figuran en el listado del final para que te asesoren.

En todo caso, no dejes el asunto sin solucionar. Si no reclamas la factura, aunque no la pagues, figurará como una deuda que puede impedirte regularizar tu situación administrativa.

Recomendaciones sobre Seguridad Laboral e Higiene

A continuación te hacemos unas recomendaciones e ideas para **mejorar la calidad de tus condiciones de trabajo**, hacerlo más seguro y menos conflictivo.

Si trabajas en la calle y te metes en un coche con un cliente, manda un mensaje o un whatsapp con su número de matrícula a alguna compañera y, si es necesario, dile al cliente que ella puede llamarte y que sabe que estás allí con él. También podéis llamaros después de un rato razonable que te permita terminar el servicio con el cliente.

Ten en cuenta que **el alcohol y las drogas son malos compañeros del sexo**. Pueden hacer que pierdas el control de lo que haces. Intenta no mezclar el ocio y las drogas con tu trabajo.

La calle es un espacio de todos y todas. No tienes la obligación de pagar a nadie por ocupar ningún espacio en la calle, ni a mafias, ni a compañeras. Si ocurre, y puedes hacerlo, denúncialo. Recuerda que hacer trabajo sexual no es delito.

Respetar el sitio de trabajo de tus compañeras y **colabora** para mejorar tu lugar de trabajo (seguridad, limpieza y compañerismo).

Trata de **evitar** las **zonas vecinales** para prestar el servicio al cliente. Intenta reducir también todo exhibicionismo que sea innecesario en las zonas vecinales o comerciales.

Mantén limpio tu sitio de trabajo; no tires condones ni papeles al suelo. Si no hay papeleras cerca, guarda los preservativos usados en una bolsa para tirarlos después.

Si sufres alguna agresión física o sexual por parte de clientes, parejas u otras personas, denúncialo a la policía. Si no sabes cómo hacerlo, o tienes dudas sobre las consecuencias de denunciar, consulta con alguna de las organizaciones que figuran al final de la guía. Todas/os tenemos derecho a la protección y a un trato igualitario por parte de las fuerzas y cuerpos de seguridad.



Asociaciones que tienen programas para ti:

En muchas asociaciones de la FELGTB tienes a tu disposición condones recomendados para la penetración anal, vaginal y también para el sexo oral, de sabores. Además, encontrarás lubricantes. Todo ello de forma gratuita.

A continuación tienes un listado de asociaciones que participan en el programa Preventrans o que tienen programas de atención específicos para trabajadoras del sexo trans.

Participan en el programa Preventrans:

GAMÁ Colectivo LGTB de Canarias

Pº Tomás Morales, 8, bajo. 35003 Las Palmas d

Contacto: 928 433 427 / gama@felgtb.org – gama@colectivogama.com

Web: www.colectivogama.com

COGAM

Puebla, 9, 28004

Contacto 91 522 45 17 / mario.blazquez@cogam.es

Web: www.cogam.es

LAMBDA. Col·lectiu de lesbianes, gais, transsexuals i bisexuals.

Albacete, 52, bajo. 46007 Valencia.

Contacto: 963 342 191 / info@lambdavalencia.org

Web: www.lambdavalencia.org

DIVERSITAT

Labradores, 14, 3ª. 03002 Alicante

Contacto: 657 35 32 38 / 630 003 219 trans@somdiversitat.com - diversitat@felgtb.org

Web: www.somdiversitat.com



Otras entidades con programas para ti:

ALGARABÍA

Heliodoro Rodrigo Glez. 10, local izq. 38005 Santa Cruz de Tenerife

Contacto: 638 790 420 / algarabia@felgtb.org - algarabia@algarabiatfe.org

Web: www.algarabiatfe.org

ERRESPETUZ

Asociación Vasca para la defensa y la integración de las personas transexuales.
Bilbao

Contacto: 675 459 317 / errespetz@felgtb.org

OJALÁ

Cruz Verde, 16, bajo. 29013 Málaga

Contacto: 952 652 547 / ojala@felgtb.org

Web: www.ojalamalaga.es

AET-TRANSEXUALIA

Asociación Española de Personas Transexuales e Intersexuales

Barquillo, 44, 2º-Izq. 28004 Madrid

Contacto: 915 425 930 / 616601510 transexualia@felgtb.org

Web: www.transexualia.org

Edita:

FELGTB, Federación Estatal de Gais, Lesbianas, Transexuales y Bisexuales. Infantas 40, 4º izda, 28004 Madrid.

Autores:

Alberto Martín-Pérez, Santiago Redondo.

Colaboradores:

Mario Blázquez, Julia Talavera, Xavier López, Esther Martínez

Diseño gráfico y maquetación:

Pilar Tórnero

© de la edición: FELGTB

© de los textos: los autores

Madrid, Marzo 2014

Editado por:



Subvencionado por:



Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida

