

NO LE PONGAS PRECIO A TU SALUD PROGRAMA VEPs

Guía sobre sexo más seguro para hombres
trabajadores 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
Vivir con el VIH	/ 12
Cómo obtener atención sanitaria	/ 13
Para acabar...recuerda	/ 17
Asociaciones que tienen programas	/ 18
para ti	

Introducción

Si eres hombre y eres trabajador del sexo, esta guía es para ti.

Contiene información para proteger tu salud y tu trabajo, así como sobre tus derechos sanitarios.

Recuerda que el condón es la mejor protección y nuestra herramienta básica de trabajo.

Al final de la guía tienes un listado de asociaciones que participan en el programa VEPs de la FELGTB, o que tienen programas de atención específicos para hombres trabajadores del sexo.



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 transmitirlos 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 atento 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 consúltalos 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 entre 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 y la piel interior del prepucio si no estas circuncidado entren 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;**
- **Penetrar tú sin condón analmente** a otro hombre o a una 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 activo o pasivo, **es la mejor protección frente al VIH** y otras ITS.
- Evita que te eyaculen en la boca
- 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 y jabón o utiliza preservativo** para cada persona.



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 16.

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 penetrado;
- 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. 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 penetrado por un hombre con VIH, **y eyacula dentro**, o cuando tú penetras a otra persona en el caso de que estés infectado 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.

Con tus parejas sentimentales puede que sea más fácil dejarse llevar y no usar condón, porque entran en juego nuestros sentimientos. Pero antes de dejar el condón, es importante asegurarse con un análisis que no tenéis VIH ni otras ITS. El amor es necesario pero no nos protege de las enfermedades. Recuerda que una sola práctica de riesgo puede ser suficiente para infectarte con el VIH. Negarte a follar sin condón es cuidar de tu salud y de la de quienes te importan.

La prueba del VIH

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 infectado. **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

Vivir con el VIH

Es una realidad que muchos de nosotros tenemos VIH. Por nuestro trabajo, por el qué dirán, no solemos hablar de ello de manera abierta. Es importante que sepas que en algunas asociaciones tienes grupos y profesionales que te pueden echar una mano con los temas relacionados con el VIH de manera confidencial, o si te hace falta hablar con otras personas en tu misma situación.

Si estás en tratamiento para el VIH, puede que sea necesario ajustar las dosis de otros fármacos, como los utilizados para estimular la erección, o los antidepresivos. No lo hagas por tu cuenta, y consulta con tus médicos/as.



Cómo obtener atención sanitaria



A los hombres trabajadores del sexo, especialmente a los que somos inmigrantes, a veces nos cuesta usar los servicios sanitarios porque nos hemos sentido discriminados o sabemos que lo han hecho con otros amigos. 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 las unidades de VIH **necesitas una tarjeta sanitaria**.

La ley vigente desde 2012 garantiza la asistencia sanitaria a aquellas personas que ostenten la **condición de asegurado**, es decir, estar afiliado a la seguridad social, ser pensionista, tener una prestación periódica de la Seguridad Social o estar inscrito en una oficina de empleo sin subsidio. También se garantiza el derecho a la atención sanitaria a los cónyuges o ex cónyuges de éstas, y a sus descendientes (hijos e hijas) menores de 26 años.

Si no estás asegurado, pero tus **ingresos son inferiores a 100.000 €** al año, tienes derecho a la tarjeta sanitaria, tanto si eres español como si eres extranjero 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**.

Igualmente tienes derecho a asistencia sanitaria integral (prevención, diagnóstico, tratamiento, seguimiento) si tienes una situación que pueda considerarse un riesgo para la salud pública de la población. Entre estos supuestos están todas las enfermedades infecciosas sujetas a vigilancia epidemiológica tanto a nivel nacional como internacional, y aquellas que requieran un tratamiento médico prolongado o crónico tales como el VIH/Sida, virus de la hepatitis B y C, tuberculosis y lepra.

Si necesitas tramitar tu tarjeta sanitaria, o quieres hacer alguna consulta, no dudes en consultar a las asociaciones o pedimos 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.

En Atención Primaria tienes derecho a elegir médico en tu centro de salud si no estás cómodo con quien te han asignado.

Denuncia cualquier maltrato o discriminación en atención al paciente.

Se respetuoso y exige el mismo respeto para ti.

Si tienes dudas o necesitas apoyo relacionado con tus papeles y si te cubre el sistema sanitario puedes ponerte en contacto con:



Médicos del Mundo

El teléfono de su sede Central es:

91 543 60 33, allí

te dirán la oficina que esté más cerca de tu casa.

Más información:

informacion@medicos.org

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. 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. Es tu derecho.

Ten en cuenta que **las urgencias no son facturables**. Al llegar a urgencias tienes derecho a que un profesional sanitario 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 caso de que firmes dicho documento también puedes escribir junto a tu firma "No conforme", lo que te facilitará futuras reclamaciones.



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.

Recuerda que la ley por la que se ha limitado el derecho a la asistencia sanitaria puede cambiar, y depende de donde vivas. Por ello es importante estar al día de los cambios legislativos. Puedes llamar al teléfono de Médicos del Mundo que aparece a la izquierda para estar al día.

Recomendaciones sobre Seguridad Laboral e Higiene

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.

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. Todos tenemos derecho a la protección y a un trato igualitario por parte de las fuerzas y cuerpos de seguridad.

Protégete en tus relaciones sexuales, tanto con clientes como con parejas. El condón y el lubricante son la mejor protección y herramientas básicas de trabajo.



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 de Trabajadores Masculinos del Sexo o que tienen programas específicos para ti.



Participan en el programa de trabajadores Masculinos del Sexo:

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

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

Otras entidades con programas para ti:

DEFRENTE

Teodosio, 27, bajo. 43002 Sevilla.
Contacto: 955 510 248 / defrente@felgtb.org
Web: www.defrente.org

OJALÁ

Cruz Verde, 16, bajo. 29013 Málaga
Contacto: 952 652 547 / ojala@felgtb.org
Web: www.ojalamalaga.es

GAMÁ

Colectivo LGTB de Canarias

Pº Tomás Morales, 8, bajo. 35003 Las Palmas de GC

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

Web: www.colectivogama.com

ALEGA

Rampa de Sotileza, 8 entlo.izq, oficina 1. 39002

Santander

Contacto: 942 214 049 / alega@felgtb.org

Web: www.alega.org

GAIS POSITIUS

Associació de i per a gais seropositius

Violant d'Hongria, 156 baixos. 08014 Barcelona

Contacto: 942 214 049 / gaispositius@felgtb.org - gaispositius@gaispositius.org

Web: www.gaispositius.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, Carlos Savoie, Elena González.

Diseño gráfico y maquetación:

Pilar Tornero

© de la edición: FELGTB

© de los textos: los autores

Madrid, Marzo 2014

Editado por:

www.felgtb.org



FELGTB

Federación Estatal de Lesbianas,
Gais, Transexuales y Bisexuales

Subvencionado por:



Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida

