

NÃO COLOQUE UM PREÇO EM SUA SAÚDE PROGRAMA VEPs

Guia sobre sexo mais seguro para homens
profissionais do sexo.



ÍNDICE

Introdução / 5

Infecções sexualmente transmissíveis / 6

Prevenção da transmissão do HIV / 7

Uso do preservativo / 9
Higiene antes da penetração

Se o preservativo se romper! / 10
Clientes e parceiros

O exame do HIV / 11

Viver com HIV / 12

Como obter assistência médica / 13

Para terminar... lembre-se / 17

Associações que têm programas para você / 18

Introdução

Se você é um homem e é profissional do sexo, este guia é para você.

Ele contém informações para proteger sua saúde e seu trabalho, tal como seus direitos de saúde.

Lembre-se de que o preservativo é a melhor proteção e nossa ferramenta básica de trabalho.

No final do guia, você verá uma lista de associações que participam no programa VEPs da FELGTB ou que têm programas de cuidados específicos para homens profissionais do sexo.



Infecções sexualmente transmissíveis

As **Infecções sexualmente transmissíveis (IST)** como a sífilis, a gonorreia, a clamídia, o herpes ou o vírus do papiloma humano (VPH) são transmitidas durante as relações sexuais, especialmente com a penetração e com o sexo oral. Algumas podem ser transmitidas apenas pelo contato com a pele lesionada, como o herpes ou o VPH. Pela vergonha que às vezes causam, são menos conhecidas e é mais difícil ir a um posto de saúde para detectá-las e procurar tratamento. Mas se não fizermos isso, podemos transmiti-las para outras pessoas e ter, mais tarde, mais complicações de saúde.

Se você suspeitar que tem uma IST, o ideal é entrar em contato com um médico, iniciar e com-

pletar o tratamento que lhe derem e voltar, com a frequência que lhe indicarem, para fazer um rastreio. Algumas IST têm sintomas claros, como secreções pela uretra, pelo ânus, ardor, vermelhidão, bolhas e verrugas. Mas existem outras que quase não se notam ou que não apresentam nenhum sintoma. Esteja atento aos seus genitais e às manchas não habituais na roupa íntima.

Considere a possibilidade de fazer exames de IST periodicamente. Se tiver HIV, você pode pedir à equipe médica que o atende para que faça um exame de sífilis a cada seis meses. Se, além de HIV, você tiver VPH, pergunte-lhes com que frequência deve fazer uma citologia anal.



Prevenção da transmissão do HIV

A **infecção pelo HIV**, causador da AIDS, é uma das IST que, ao ser contraída, pode não provocar sintomas. O HIV provoca um mau funcionamento das defesas do organismo, o que acaba por fazer que apareçam infecções, tumores e outras doenças. **Por isso, é tão importante fazer o exame** para detectar o HIV e combater a infecção o mais cedo possível. Deste modo, evita-se chegar a fases mais avançadas da infecção.

O **sangue, o sêmen e as secreções vaginais e anais** são os fluidos que podem transmitir o HIV através das relações sexuais.

Se seu cliente utilizar preservativo ao penetrá-lo, evitará que o interior de seu ânus entre em contato com seu sêmen e o líquido pré-ejaculatório. O líquido pré-ejaculatório, que é o fluido lubrificante e transparente que o pênis produz durante a excitação, também pode conter HIV. Por isso, é tão importante utilizar o preservativo desde o início.

Se for você a penetrá-lo, ao colocar o preservativo você evita que a glândula e a pele interior do prepúcio, se você não for circuncidado, entrem em contato com suas secreções anais e o sangue das feridas que podem ser criadas durante a penetração.

Se o cliente coloca o preservativo quando você lhe faz sexo oral, você se protege do HIV e de outras IST. Se não for utilizado o preservativo, evite que ele ejacule em sua boca, para evitar o HIV. Outras IST podem ser transmitidas apenas pelo líquido pré-ejaculatório.

A saliva, as lágrimas, a urina ou o suor nunca transmitem o HIV.

As práticas seguintes são práticas sexuais de risco, através das quais **você poderá adquirir ou transmitir o HIV:**

- **Que o penetrem analmente sem preservativo;**
- **Que você penetre analmente sem preservativo** outro homem ou mulher;
- **Que você penetre vaginalmente sem preservativo** uma mulher;
- **Que você faça sexo oral e ejaculem em sua boca.**
- **Compartilhar brinquedos sexuais** (dildos, vibradores) que outra pessoa tenha utilizado antes.

Lembre-se:

- **Utilize um preservativo** durante a penetração anal ou vaginal, desde o início, quer você seja ativo ou passivo, é a melhor proteção contra o HIV e outras IST.
- Evite que ejaculem em sua boca.
- Use também **lubrificante** para evitar que o preservativo se rompa e para facilitar a penetração.
- Quando faz **sexo oral**, mesmo que não haja ejaculação, você se protege de outras IST se utilizar o **preservativo**.
- Antes de compartilhar brinquedos sexuais, **lave-os com água e sabão ou utilize preservativo** para cada pessoa.



Em muitas associações da FELGTB, você tem à sua disposição preservativos fortes para a penetração anal, outros para a penetração vaginal e também com sabores, para o sexo oral. Além disso, você também encontrará lubrificantes.

Tudo isto gratuitamente. Consulte a página 16.

Uso do preservativo

Os preservativos são úteis apenas se forem sempre utilizados, desde o início e durante toda a penetração.

Além de verificar se **não está fora da validade, lembre-se:**

- **Use-o sempre** para penetrar e para ser penetrado;
- Coloque-o quando o pênis está ereto e pressione a extremidade com a ponta dos dedos para **não deixar ar no depósito**;
- Utilize lubrificante à base de água ou de silicone. Isso faz com que seja mais difícil o preservativo se romper, além de que a penetração é mais agradável e menos dolorosa.
- Não use lubrificantes oleosos (vaselinas, óleos, cremes); eles danificam o preservativo e podem estragá-lo ou rompê-lo;
- Se não tiver lubrificante, a saliva da pessoa penetrada é melhor do que nada;
- Você pode usar preservativos extra-fortes;
- Não use dois preservativos de uma só vez. A fricção entre ambos faz com que se rompam com mais facilidade;



Higiene antes da penetração

Para os enemas ou lavagens internas, **use apenas água**. Nunca se deve utilizar sabão nem nenhum outro tipo de produto dentro do ânus. Certifique-se de que a pressão da água não é muito forte para não danificar a membrana mucosa dos intestinos.



As lavagens internas não evitam as IST. Pelo contrário, podem causar irritações que favorecem sua transmissão. **Reduza seu uso o máximo possível** e, sempre que as fizer, use apenas água.

Se o preservativo se romper!



Você tem **direito a que avaliem seu caso** para decidir se o tratamento profilático deve ou não ser iniciado.

Se tiver HIV, fale sobre isso ao seu médico em sua próxima consulta. **Se tiver dúvidas, pergunte-nos** para o informarmos com maior detalhe ou se precisar de acompanhamento.

Se o preservativo se romper quando você estiver sendo penetrado por um homem com HIV, **e houver ejaculação** dentro, ou quando penetrar outra pessoa, no caso de você estar infectado pelo HIV, é importante que saiba que existe um tratamento chamado **Profilaxia Pós-Exposição**, que pode reduzir o risco de infecção.

É um **tratamento de emergência** que deve ser iniciado o mais rápido possível, preferivelmente antes de terem passado 6 horas, e sempre antes das 72 horas após a prática de risco.

Estes medicamentos que são administrados nos serviços de urgências dos hospitais **devem ser tomados apenas de forma excepcional** assim que um médico tiver avaliado os riscos e os benefícios do tratamento. Uma vez iniciado, é necessário mantê-lo durante 28 dias para que seja eficaz.

Cientes e parceiros

Alguns clientes não querem usar preservativo e às vezes oferecem mais dinheiro para não o usarem. Não se esqueça de que o dinheiro não é tudo e que sua saúde não tem preço.

Com seu parceiro habitual pode ser mais fácil se deixar levar e não usar preservativo, uma vez que estão em jogo os nossos sentimentos. Mas antes de deixar o preservativo, é importante se certificar, com análises, de que você não tem HIV nem outras IST. O amor é necessário, mas não nos protege das doenças. Lembre-se de que uma única prática de risco pode ser suficiente para infectá-lo com o HIV. Negar-se a ter relações sexuais sem preservativo é cuidar de sua saúde e da saúde das pessoas que são importantes para você.

O exame do HIV

Se você tiver tido uma prática de risco (penetração sem preservativo, ejaculação na boca, rompimento do preservativo, etc.) o exame de HIV é a única forma de saber se está ou não infectado. Não espere: peça para fazer o exame, para que avaliem o seu caso, para que o façam se for necessário e, em caso de obter um resultado negativo, para que lhe digam se deve repeti-lo e quando deve fazer isso. Não é necessário ir em jejum.

Também convém que você e o seu parceiro façam o exame se estiverem pensando em deixar de usar preservativo.

Além do exame de HIV convencional que você pode realizar em seu posto de saúde e centros de IST, agora você também pode fazer o **exame rápido** através de uma picada no dedo ou de saliva.

Eles são rápidos porque é possível obter o resultado em cerca de 20 minutos. Um **resultado positivo deve ser sempre confirmado** posteriormente em um posto de saúde. Por sua vez, um **resultado negativo**, é totalmente **fidedigno**. Algumas ONG, farmácias e postos de saúde oferecem testes rápidos.

Se você tiver uma vida sexual ativa, com clientes ou parceiros, considere repetir o exame de forma periódica, duas vezes por ano.



Informe-se!

www.felgtb.com/haztelaprueba

Viver com HIV

É uma realidade que muitos de nós temos HIV. Pelo nosso trabalho, ou por causa do que as pessoas irão dizer, não queremos falar sobre isso abertamente. É importante que você saiba que em algumas associações existem grupos e profissionais que podem ajudá-lo com os temas relacionados com o HIV de forma confidencial ou, se você precisar, falar com outras pessoas na mesma situação.

Se você estiver em tratamento para o HIV, pode ser necessário ajustar a dose de outros medicamentos, como os utilizados para estimular a ereção ou os antidepressivos. Não faça isso sozinho e consulte seus médicos.



Como obter assistência médica



Aos homens profissionais do sexo, especialmente se formos imigrantes, às vezes é difícil usar os serviços de saúde porque nos sentimos discriminados ou sabemos que o fizeram com outros amigos. Por isso, nem sempre vamos ao médico quando precisamos.

Mas cada vez há mais profissionais sensíveis à nossa realidade que aprendem a **nos conhecer melhor**.

Para ter acesso ao posto de saúde e às unidades de HIV, **você precisa de um cartão de saúde**.

A lei vigente desde 2012 garante a assistência médica às pessoas que tenham a **condição de seguradas**, ou seja, que estejam afiliadas à previdência social, sejam pensionistas, tenham uma prestação periódica da Previdência Social ou estejam inscritas em um sistema nacional de emprego sem seguro-desemprego. Também é garantido o direito à assistência médica aos cônjuges ou ex-cônjuges destas pessoas, bem como aos seus descendentes (filhos e filhas) menores de 26 anos.

Se não estiver segurado, mas seus **rendimentos forem inferiores a € 100.000** por ano, você tem direito ao cartão de saúde, caso seja de nacionalidade espanhola ou seja **estrangeiro e tiver autorização de residência**.

Se não tiver autorização de residência, você tem direito ao **cartão DASSE** (Documento de Assistência Médica em Situações Especiais) se for **menor de 18 anos**.

Da mesma forma, você tem direito a assistência médica integral (prevenção, diagnóstico, tratamento, acompanhamento) se estiver em uma situação que seja considerada como um risco para a saúde pública da população. Entre estas premissas estão todas as doenças infecciosas sujeitas a vigilância epidemiológica, tanto a nível nacional como internacional, bem como as que necessitem de um tratamento médico prolongado ou crônico, como o HIV/AIDS, vírus da hepatite B e C, tuberculose e lepra.

Se você precisar tratar de seu cartão de saúde ou se quiser ir a alguma consulta, não hesite em entrar em contato com as associações ou em nos pedir acompanhamento. Você também pode se informar em seu posto de saúde ou ligar para o 012.

Se, devido à sua situação legal ou administrativa, você não tiver direito ao cartão de saúde, lembre-se de que em muitas cidades existem centros gratuitos onde é possível fazer o controle do HIV e outras IST. Consulte as associações de sua zona.

Na Atenção Básica, você tem direito a escolher um médico em seu posto de saúde se não se sentir confortável com o médico que lhe foi atribuído. Denuncie qualquer maltrato ou discriminação no atendimento ao paciente.

Seja respeitador e exija o mesmo respeito para você.

Se tiver dúvidas ou precisar de apoio relacionado com seus papéis ou se está abrangido pelo sistema de saúde, você pode entrar em contato com:



Médicos do Mundo
O número de telefone de sua central é o 91 543 60 33, onde o informarão sobre o centro que estiver mais próximo de sua casa.

Mais informações: informacion@medicos.org

Se não tiver autorização de residência e tiver mais de 18 anos, você tem direito à assistência nos serviços de urgência por doença grave ou acidente até a alta médica. Se estiver nesta situação e se sentir mal, **dirija-se ao Serviço de Urgência de seu Hospital ou Posto de Saúde** e peça para ser consultado por um médico ou uma médica. É seu direito.

Tenha em conta que **o serviço de urgência não é cobrado**. Ao chegar ao serviço de urgência, você tem direito a que um profissional de saúde avalie se sua situação é ou não uma urgência.

Se lhe apresentarem uma pré-cobrança, o melhor é não assiná-la. Se fizer isso, dirija-se aos assistentes sociais do hospital assim que sair do serviço de urgência, para que lhe ajudem a recorrer a cobrança. Se não, você também pode entrar em contato com as associações que estão incluídas na lista no final, para que elas possam aconselhá-lo. No caso de assinar o referido documento, você também pode escrever ao lado da assinatura “No conforme” (Não conforme), o que lhe facilitará futuras reclamações.



Seja como for, não deixe o assunto sem solução. Se você não reclamar a cobrança, mesmo se não pagá-la, ela ficará como uma dívida que pode impedi-lo de regularizar sua situação administrativa.

Lembre-se de que a lei pela qual se limitou o direito à assistência médica pode mudar e depende do local onde você vive. Por isso, é importante estar atualizado quanto a mudanças legislativas. Você pode ligar para o número de telefone dos Médicos do Mundo, que aparece à esquerda, para se manter atualizado.

Recomendações sobre a Segurança e Saúde Ocupacional

Tenha em conta que o **álcool e as drogas são más companhias do sexo**. Eles podem fazer com que você perca o controle do que faz. Tente não misturar o ócio e as drogas com seu trabalho.

Se sofrer alguma agressão física ou sexual por parte de clientes, parceiros ou outras pessoas, faça uma denúncia na polícia. Se não souber como fazer isso ou tiver dúvidas sobre as consequências de denunciar, consulte uma das organizações que se encontram no final do guia. Todos nós temos direito à proteção e a um tratamento igualitário por parte das forças e corpos de segurança.

Proteja-se em suas relações sexuais, tanto com clientes como com parceiros. O preservativo e o lubrificante são a melhor proteção e ferramentas básicas de trabalho.



Associações que têm programas para você:

Em muitas associações da FELGTB, você tem à sua disposição preservativos recomendados para a penetração anal, vaginal e também com sabores, para o sexo oral. Além disso, você também encontrará lubrificante. Tudo isto gratuitamente.

Em seguida, disponibilizamos uma lista de associações que participam no programa de Profissionais Masculinos do Sexo ou que têm programas específicos para você.



Participam no programa de Profissionais Masculinos do 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

Outras entidades com programas para você:

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



Editora:

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.

Design gráfico e paginação:

Pilar Tornero

© da edição: FELGTB

© dos textos: os autores

Madrid, março de 2014

Editado por:

www.felgtb.org



FELGTB

Federación Estatal de Lesbianas,
Gais, Transexuales y Bisexuales

Subvencionado por:



Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida

