



SEX

no sex

en programari de



PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL

amb el suport de:



SIDA
800 212222



en col·laboració amb:



Institut d'Estudis de la
Sexualitat
i la Parella





ARA TINC UNA ALTRA PARELLA

Parelles, "rotllos" i "rotllets"

Potser un dia fem un plis-plas amb algú que no coneixem.
O potser estem amb la nostra parella i pensem que com que sabem qui és,
no tindrà res (cap malaltia, virus, o el que sigui).
Però, potser en té alguna i no ho sap.
O ho sap i no ens ho diu (per por al rebuig, per vergonya, perquè passa de
tot...).

Cada vegada que canviem de parella ens podem infectar del que pugui tenir.
A més, en cada relació pot haver-hi risc d'embaràs. Cal estar sempre a
l'aguait.



Però tu... què passa, que
has sortit amb moltes?

Sí, jo amb elles i elles amb mi,
però sempre amb condó!

plafó



M'ACOMPANYA A TOTES LES FESTES

el preservatiu per a ell

De vegades nosaltres hem de portar la iniciativa, i decidir quan l'hem d'utilitzar. I això pot ser difícil. A més, s'hi afegeixen els nervis. Si es té a mà, no talla el "rotllo". Però va bé practicar, sols o amb la parella, per aprendre a posar-lo bé:

Miro que estigui homologat i que no hagi caducat, l'obro sense trencar-lo. El col·loco quan el penis està erecte, agafant-lo amb dos dits per l'extrem per evitar que quedi aire a l'interior de la bosseta i procurant que cobreixi el penis totalment fins a la base.

Quan ha fet la seva feina, el trec tot subjectant-lo per la base i el llenço a les escombraries; mai al vàter.



Penó, qué faràs amb una capsa de dotze?

A tu qué et sembla?

plafó



JO HO TINC CLAR!

el preservatiu per a ella

També podem utilitzar el preservatiu femení. Premo l'anella interior fins a formar un 8 i l'introdueixo verticalment a la vagina. Puc introduir el dit dins del preservatiu per acabar de col·locar-lo bé, però vigilant per no fer-lo malbé (ungles, anells...). Acabat el coit, dono un parell de voltes a l'anell exterior perquè el semen no se'n surti, i estiro el preservatiu per treure'l.

Es pot col·locar abans d'iniciar la relació sexual. Si tenim dubtes, podem demanar-li com es posa a una amiga amb més pràctica. En tot cas, sempre podem consultar un professional de la salut.

Ah! Per si algú no ho té clar: tant el preservatiu masculí com el femení el poden posar tant els nols com les noies.



Són més cars.

Però està bé provar-los!

Surt més car arriscar-se.

També es poden comprar a mitges.

Es poden obtenir de franc als PASSER, FET i ONG.

plafó





SI EM PASSO, "DESCONTROLO"

la sexualitat quan s'ha pres drogues

Hi ha gent que associa la sexualitat a la festa, i la festa a l'alcohol o altres drogues.

Anar "col·locat" o "col·locada" pot ajudar a deixar-se anar o a passar-s'ho bé. Però també ens podem acabar penedint del que hem fet o de com ho hem fet; hi ha més risc de fer-ho amb qui no volíem, d'arribar més lluny del que ens hagués agradat o de fer-ho sense condò.

Si volem i podem fer sexe, ens convé no barrejar-hi alcohol o altres drogues. Així tindrem el cap clar.



plafó



FENT-HO BÉ NO EM "RATLLO"

els riscos d'agafar el VIH

No tenim risc d'infectar-nos pel VIH fent-nos petons, carícies, abraçades, masturbant-nos...

Si que ens arrisquem en les relacions sexuals amb penetració (anal, vaginal o oral) sense preservatiu.

Si practiquem sexe oral, el risc és més baix. I amb preservatiu: tranquil·litat absoluta!



També podem infectar-nos compartint estris d'higiene personal (raspall de dents, maquineta d'afaitar...) o fent-nos un tatoo o un piercing en un establiment sense prou garanties sanitàries.

Quan ens "emboliquem" i no portem condons, fem altres coses.

Quines?

Carícies, petons, focaments, masturbar-nos mútuament, "petting" ...

plafó



EM PICA I EM COU

Altres infeccions per via sexual

Durant les relacions sexuals es poden transmetre diferents gèrmens (bacteris, virus, fongs...) causants d'infeccions de transmissió sexual (ITS). Els òrgans sexuals ho posen fàcil per agafar i mantenir aquests gèrmens: tenen portes d'entrada, i la temperatura i humitat adients.

Podem tenir infeccions sense saber-ho (hi són, però encara no es manifesten). N'hi ha que tenen vacuna, com l'hepatitis A o B. D'altres es poden curar, com la gonorrea i la sífilis. I n'hi ha que no, com l'herpes genital, el papil·loma humà i el VIH/sida.

La utilització del preservatiu pot protegir ambdós membres de la parella del risc d'infecció d'una ITS, entre elles el VIH/sida.

Si sospitem que podem tenir alguna ITS, cal anar al centre de salut. Únicament una detecció precoç evitarà més problemes.



Sart que vam utilitzar condó!

Sí, perquè li has dit que ho "pillet" no sé què!

plafó





EM FA UNA POR ...

la possibilitat de tenir el VIH

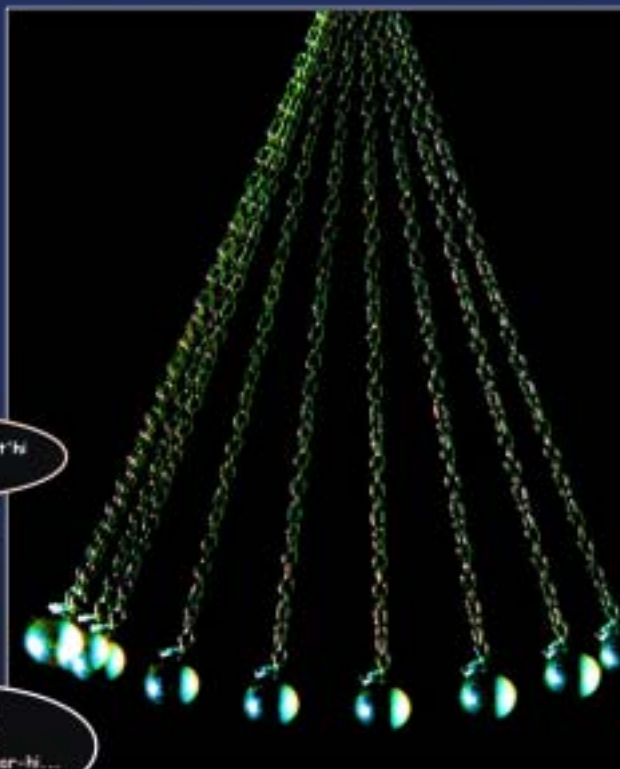
Potser perquè no teniem prou informació, o perquè no li vam donar prou importància..., hem tingut una relació sexual de risc i potser ens hem pogut infectar pel VIH.

Si ha estat així, cal fer-se la prova del VIH. Si hem tingut sort i surt negativa, intentarem no repetir conductes de risc, i si surt positiva, podrem rebre l'atenció sanitària i el suport psicològic necessaris.

La prova es pot sol·licitar de manera confidencial i gratuïta al metge de capçalera, a les unitats d'infeccions de transmissió sexual i a algunes ONG de servei en sida.

Va, vinga, que jo t'hi
acompanyo!

D'acord,
gràcies.
Em feia por d'ator-hi...



plafó



NO EM VE LA REGLA

un embaràs no previst

Quan es tenen relacions sexuals sense protecció: no posar el preservatiu des de l'inici de la relació, fer marxa enrere..., també hi ha risc d'embaràs. Qui es pot quedar embarassada és la noia, però és cosa de dos. Si falla el mètode anticonceptiu, es pot recórrer a la "píndola de l'endemà" (anticoncepció d'emergència). És un recurs útil però excepcional, ja que no es pot utilitzar com un anticonceptiu habitual. Si hi ha risc d'embaràs o bé retard en la regla, cal anar al metge.



Quina mala sort!

No. Quin problemall!

plafó





PASSA, PASSA

centres de salut

Als Centres de Salut ens poden resoldre els dubtes que tinguem sobre sexualitat, sida o infeccions de transmissió sexual. També poden fer-nos una revisió ginecològica o assessorar-nos sobre els diferents mètodes anticonceptius.

Podem trobar preservatius en alguns centres de salut, a les ONG de servei en sida, en màquines expenedores, a les farmàcies, a les condoneríes, als sùpers, etc.

Em fa "tall" anar-hi.

No sé per què! Si et donen informació i t'ajuden!

No t'adonnis, mox-te.



Informació sobre la sida i la prova del VIH:
Teléfon d'informació gratuïta i confidencial:
900 21 22 22
Informació sobre salut:
Sanitat Respon 24 hores:
902 111 444
www.gencat.net/salut

plafó

