

Série Saúde Preventiva

CONVERSANDO SOBRE AIDS

Você sabe o que é Aids ?

A aids é um conjunto de sinais e sintomas, associado a um conjunto de doenças, causadas por um vírus chamado HIV - vírus da imunodeficiência humana. Este vírus ataca o sistema de defesa do organismo, podendo causar diversas doenças. Mas como cada pessoa é diferente da outra e cada organismo reage ao vírus de um modo diferente, algumas pessoas adoecem mais rapidamente, já outras convivem com o vírus por um longo tempo. Estas pessoas são chamadas de portadores/as assintomáticas, porque não apresentam sintomas nem doenças. É importante lembrar que mesmo sem nenhum sintoma, elas podem transmitir o vírus.

Os/as portadores/as sintomáticos/as, que apresentam sintomas, são as pessoas que têm o vírus HIV e já começaram a desenvolver doenças características da Aids. São chamadas pessoas soropositivas ou portadora de HIV.

A AIDS não tem cura ainda. Os avanços da ciência e a descoberta de remédios têm permitido o tratamento das doenças decorrentes da Aids. Mas todos nós podemos ajudar a melhorar a qualidade de vida das pessoas que têm o vírus. São coisas simples como Solidariedade, Carinho, Amizade e Respeito. Remédios são importantes, sim; mas expressar estes sentimentos faz a diferença!.

Como se prevenir?

Primeiro é preciso entender que todas as pessoas podem contrair o vírus HIV. Por isso, saber se prevenir é muito importante. Este vírus só é transmitido de uma pessoa infectada para outra através do contato com:

- sangue;
- o líquido lubrificante e o esperma do homem;
- a secreção vaginal e a menstruação;
- através do leite materno;
- através do uso da mesma seringa ou agulha quando duas ou mais pessoas a usam sem desinfetá-la;
- na transfusão de sangue e derivados contaminados. Sempre que for necessário uma transfusão, exija que o sangue tenha sido testado;
- é possível transmitir o HIV para o feto, durante a gestação, na hora do parto ou durante a amamentação, esse risco diminui bastante se a mulher souber que é portadora do vírus e se for tratado.

O HIV/Aids não é transmitido:

Através do convívio com pessoas que têm o vírus, seja no ambiente de trabalho ou em espaços sociais; abraço; saliva; lágrima; doação de sangue; vaso sanitário; dormir na mesma cama; beijo; aperto de mão; através de tosse, espirro, suor, lágrima, e picada de insetos.

VOCÊ SABIA QUE É ENTRE AS MULHERES COM PARCEIROS FIXOS QUE MAIS CRESCE O NÚMERO DE MULHERES COM O VÍRUS HIV?

A relação sexual é a forma mais comum das pessoas se contaminarem com o vírus da Aids. A paixão e sentimento de proteção levam as pessoas a não usarem a camisinha. Pedir ao companheiro o uso do preservativo pode gerar desconfiança e até violência, mas usar camisinha é a única maneira segura de evitar a contaminação pelo HIV e por outras doenças sexualmente transmissíveis (as chamadas DSTs). Parece fácil, simples, mas a gente sabe que muitas pessoas não gostam nem de ouvir falar em camisinha, por preconceito, falta de informação, vergonha ou medo. E aí, o que é que a gente faz ? Existem algumas dicas que podem ajudar as pessoas a aceitarem numa boa o uso da camisinha. Vamos conhecê-las ?

É importante escolher um momento legal para conversar antes da transa e propor o uso da camisinha sem criar clima de desconfiança ou embaraço, deixando bem claro que esta é uma atitude de cuidado consigo mesma e com a outra pessoa. Fazer sexo com camisinha não é igualzinho a fazer sem camisinha, as sensações são diferentes e pode até mesmo aumentar o tempo que a pessoa leva para gozar, mas ser diferente não quer dizer que é ruim ou impede que a transa seja bem gostosa. Afinal, transar com camisinha, pode até dar mais prazer!

Cuidando da camisinha para não estourar ou rasgar:

- toda camisinha tem um prazo de validade, preste atenção e não use se estiver fora deste prazo. Não guardar em lugar quente e onde possa prejudicar sua embalagem.
- observe se a embalagem está seca (sem o ar dentro dela), com as pontas se arrebitando ou abrindo em duas, neste caso a camisinha não deve ser utilizada.
- existem várias marcas e padrões de fabricação, tendo oportunidade, observe a marca que se acomoda melhor ao seu tamanho.
- a embalagem não deve ser aberta com dentes ou com tesoura, para não danificar a camisinha. Ela tem uma marquinha, por onde deve ser aberta. Na hora da colocação tome cuidado para não rasgar a camisinha sem que se perceba.
- a camisinha só deve ser colocada na hora da penetração antes da hora do gozo, para que ela não se estrague nas brincadeiras iniciais. Não esqueça que é para usar uma camisinha a cada transa. A camisinha não pode ser reutilizada.

É importante todo mundo aprender a colocar corretamente a camisinha, assim no momento da transa fica muito fácil, rápido e gostoso.

- use sempre camisinhas lubrificadas em todas as relações sexuais.
- tire a camisinha do envelope apenas na hora em que for colocá-la.
- coloque a camisinha quando o pênis estiver duro, aperte a ponta para sair o ar evitando que a camisinha estoure.
- encaixe a camisinha na ponta do pênis, e vá desenrolando até onde estão os pelos.
- depois de ejacular (gozar), retire o pênis ainda duro, segurando a camisinha na base do pênis para o esperma não vazar.
- dê um nó e jogue a camisinha no lixo.
- não use vaselina ou produtos oleosos, só use lubrificantes à base de água (KY, glicerina líquida).

Se você tem o vírus HIV, é muito importante usar sempre a camisinha em todas as relações, evitando se reinfectar e aumentar sua carga viral. Usar o preservativo em todas as relações é importante porque assim você se previne de outras doenças sexualmente transmissíveis (DST) ou de uma gravidez indesejada e também preserva a saúde da pessoa com quem você se relaciona. Fazer sexo seguro e com prazer, essa é a nossa dica!! Fique ligada, na hora da transa camisinha... o resto a gente inventa!!!

Apoio:

EED / Novib / Fund. Mac Arthur
UNESCO / MS/CNDST-AIDS (Financiado no âmbito do projeto 914/BRA/59)

SOS CORPO - Gênero e Cidadania
Rua Real da Torre, 593 Madalena
CEP 50610-000 Recife-PE
Fone: 81 3445.2086 Fax: 81 3445.1905
E.mail: sos@soscorpo.org.br