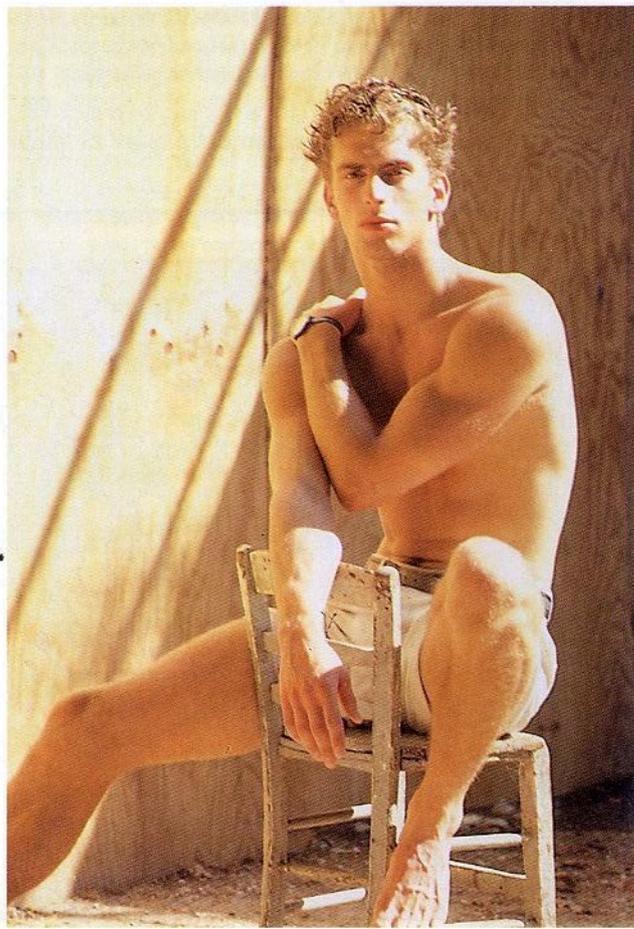


HOTEL
ROMANTIC
SITGES
8940643



RECUERDA:

Una boca o unas encías lesionadas o sangrantes, una piel o unas mucosas irritadas (heridas, llagas, ulceraciones...) no deben entrar nunca en contacto con la sangre, el esperma o la saliva del compañero.



Este folleto publicitario publicado por el Grupo **GAIS PER LA SALUT** es la traducción de un tríptico editado por la Agencia Francesa de Lucha contra el SIDA (AFLS)

GAIS PER LA SALUT RECIBE LA COLABORACION:

- **INSTITUTO MUNICIPAL DE LA SALUD** (Ayuntamiento de Barcelona).
- **DEPARTAMENTO DE SANIDAD DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA**

DIRECCIONES DE INTERES:

- **COLECTIVO LAMBDA DE VALENCIA**
A. Correos 1197 - 46080 VALENCIA.
- **GAIS PER LA SALUT (GPS), COORDINADORA DE INICIATIVAS GAYS (CIG), VOTA ROSA, JOVES D'INICIATIVES GAYS (JIG), CARNET bG**
Lunes a viernes, de 7 a 9 tarde en
C. Tallers, 45, 2º 1ª - Tel. 318 26 10
08001 Barcelona
- **VOTA ROSA MADRID**
Tel. 429 94 96
- **INICIATIVAS GAYS DE MADRID**
Reuniones: Sábados a las 8 tarde en
C/. Barbieri, 3, 3º - Tel. 255 48 85
28004 MADRID.
- **CASAL LAMBDA (CENTRO ASOCIATIVO DE GAYS Y LESBIANAS)**
Paseo Picasso, 40, 2º 1ª - Tel. 310 43 22
08003 BARCELONA.
- **FEDERACION DE COMITES ANTI-SIDA DE ESPAÑA**
C/. Sandoval, 7, 1ª planta - Tel. 593 10 04
MADRID.
- **SOLIDARIDAD GAY**
C/. Sandoval, 7
MADRID.
- **ASOCIACION CIUDADANA ANTI-SIDA DE CATALUNYA**
Sepúlveda, 181 bajos - Tel. 254 71 93
08011 BARCELONA.
- **COMITÉ CIUDADANO DE LUCHA CONTRA EL SIDA EN BARCELONA**
Jaume I, 15 1º 1ª - Tels. 315 00 95 - 417 10 51
08002 BARCELONA.
- **SIDA-STUDI**
Bruc, 26, pral. - Tel. 318 57 43
08010 BARCELONA.
- **GENERALITAT DE CATALUNYA**
Departamento de Sanitat i Seguretat Social
Teléfono de información confidencial: 339 87 56

PUEDES HACERTE LAS PRUEBAS DEL SIDA DE FORMA GRATUITA Y ANONIMA EN:

- **PREVENCIÓ DE M.T.S.**
Avd. Drassanes, 17-21, bajos - Tel. 329 44 95

R.00837 B



SEXO ENTRE HOMBRES

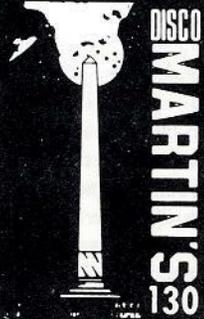
GAIS PER LA SALUT



PRÁCTICAS SEXUALES CON RIESGO MUY ELEVADO DE CONTAGIO

- Hacerse penetrar sin preservativo.
- Penetrar sin preservativo, incluso retirándose antes de correrse (gotas de semen aparecen antes de eyacular y pueden transmitir el virus).
- Utilizar un mismo consolador para varias personas.
- Penetrar a varios compañeros sexuales con un mismo preservativo.
- Practicar el **fist-fucking** (activo o pasivo) sin guantes desechables.
- Realizar prácticas sadomasoquistas en que llagas o sangre puedan entrar en contacto con las mucosas de la pareja o con los utensilios eróticos (su desinfección después de cada uso es indispensable).

**ESTOS SON LOS LOCALES DEL CARNET D.G.,
EL CARNET QUE TE OFRECE VENTAJAS
Y QUE HACE QUE LAS COSAS MEJOREN.**

| | | |
|---|--|--|
| <p>ΣΑΥΝΑ ΡΑΔΥΑ</p>  <p>SAUNA VAPOR Y FINLANDESA RELAX COLECTIVO BAR • VIDEO-TV. MASAJES CABINAS La Gleva, 34 08006 BARCELONA Tel. 212 16 54 (nuevo)</p> | <p>DISCO TONER</p>  <p>DISCOTECA C/ Bruniquer 59</p> | <p>HERMAS</p>  <p>Diputación, 46 • Tel. 325 93 46 08016 BARCELONA</p> |
| <p>CASANOVA</p>  <p>GYM FITNESS SAUNA FINLANDESA BAÑOS TURCOS MASAJE SOLARIUM LAVA SNACK BAR Cl. Casanova, 57 (esq. Diputación) 08011 BARCELONA Tel. 323 78 60</p> | <p>DISCO MARTIN'S 130</p>  | <p>Sauna Bruch BRUCH, 65</p> <p>SAUNA FINLANDESA VAPOR • RELAX MASAJE SALA TV • PROYECCIONES Tel. 301 20 79 08009 BCN</p> |
| <p>SAUNA SPARTA</p>  <p>C/ SANT PAU, 82 FIGUERES (GIRONA) 25 51 17 05</p> | <p>MAN'S BCN</p> <p>JEANS & LEATHER SHOP ROPA TEJANA Y CUERO C/ VALDONCELLA, 49 08001 BARCELONA-ESPAÑA</p> | <p>HERAS</p>  |
| <p>EL NUEVO MULTIESPACIO GAY DE BARCELONA</p>  <p>METRO</p> <p>SEPULVEDA, 185 (CERCA UNIVERSIDAD)</p> | <p>EXTENSIÓN (GAY SHOP)</p>  <p>FERRAN PLAZA CALLE RAURIC, 11 08002 BARCELONA</p> <p>ZEUS</p>  <p>CAV SHOP</p> | <p>EL PRIMER SEX-SHOP GAY DE LA HISTORIA DE ESPAÑA</p> <p>RIERA ALTA, 20 08001 BARCELONA</p> |

CONSEJOS PRACTICOS

- Si te sangran las encías con facilidad, evita irritarlas y, por lo tanto, no te cepilles los dientes antes de hacer el amor.
- Evita hacerte lavativas y duchas rectales antes de una relación sexual con penetración; debilitan la mucosa anal y pueden favorecer la introducción del virus en la sangre.
- Algunos jabones, detergentes i cremas irritan y debilitan la mucosa anal. No los uses creyendo que te protegen.



- En la peluquería exige hojas de afeitar de un solo uso.
- Procura dejar el máximo de horas entre tu afeitado y el contacto sexual, por si tuvieras heridas.
- No uses nunca lejía o alcohol de 90° para hacerte lavativas en el interior del ano so pretexto de que estos productos matan el virus del SIDA.
- Si pasas la noche en casa de un compañero sexual ocasional, no uses ni su cepillo de dientes ni su máquina de afeitar.
- Y, desde luego, nunca insistiremos lo bastante en que te laves antes y después de cada relación sexual.

HOY PUEDE LLEVARSE UNA VIDA SEXUAL AGRADABLE ENTRE HOMBRES

El sexo entre hombres de los años 90 es el sexo seguro, en el que seguro deber ser sinónimo de placer.

El sexo seguro evita también que, en las relaciones sexuales, la sangre o el esperma de un individuo infectado por el VIH (virus responsable del SIDA) entre en el cuerpo del compañero a través de las heridas y mucosas.

Todos los posibles términos empleados para designar el sexo seguro se refieren a técnicas que permiten vivir la sexualidad satisfactoriamente protegiéndose a la vez del SIDA.

Algunas prácticas sexuales son seguras, otras conllevan pocos riesgos de infección y por último las hay muy arriesgadas, que son las que conviene evitar.

Debes elegir pues, en este documento, las prácticas sexuales que te procuren el mayor placer... y que reducen a la vez los riesgos de infección.

Sírvete además de tu imaginación e inventa un nuevo erotismo adaptado a la situación actual y a tus deseos...

QUE ES CONCRETAMENTE EL SEXO SEGURO

En primer lugar es utilizar correctamente un preservativo «condón», mejor desde el primer momento, cuando penetramos y cuando nos penetran desde la primera penetración.

También es tener prácticas eróticas múltiples y variadas: (la lista siguiente no es exhaustiva; con imaginación, cada cual sabrá encaminar sus deseos):

- acariciarse, abrazarse, ducharse juntos (dos o más), darse masajes uno a otro;
- lamerse recíprocamente por todo el cuerpo, excepto el ano. Hay muchas zonas excitantes que descubrir, además de los testículos (la piel no debe tener ni heridas ni ulceraciones);
- excitarse las tetillas con la boca o los dedos (quienes sean propensos a tener costras en las tetillas deben abstenerse de hacérselas chupar).
- chuparse mutuamente el pene con preservativo (no lubricado, es más agradable; sin preservativo si no hay eyacuación el riesgo es mínimo);
- correrse frotando el cuerpo contra el compañero (para evitar calentamiento, lubricar bien);
- masturbarse de dos en dos o entre varios (no usar saliva ni esperma como lubricante);

Evidentemente, masturbarse a solas nunca ha hecho mal a nadie... ni mirar videos o películas porno, leer textos eróticos o correrse fantaseando por teléfono (cuidado con la factura).

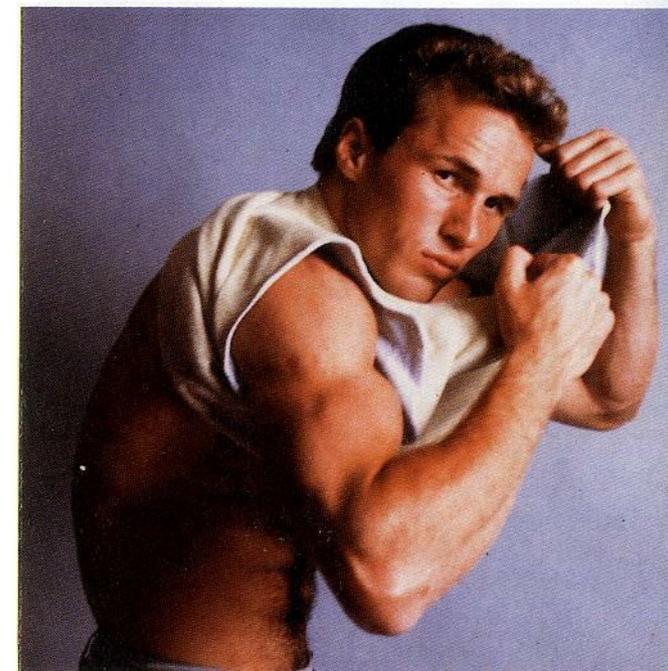
SOBRE PRESERVATIVOS

Compra sólo preservativos de primera calidad y respeta la fecha límite de utilización. El preservativo es de un solo uso y debe estar bien lubricado; usa sólo cremas hidrosolubles. Nunca te pongas saliva, vaselina, aceite solar o mantequilla, ni cremas grasas.

Si el preservativo se rompe durante la penetración esparciéndose el esperma en el ano, lo mejor es lavárselo con agua tibia a baja presión. En caso de resultarte dificultoso utilizar el preservativo con tus compañeros sexuales, aprende primero a ponértelo tú solo.

Para una minoría, que tiene otras prácticas eróticas, el sexo seguro también es:

- utilizar consoladores de uso estrictamente personal (por razones de higiene, pueden recubrirse con un preservativo),
- excitarse con escenas mediante el «voyeurismo», el exhibicionismo, los chistes obscenos, la dominación y la sumisión. Llevar cierta ropa (cuero, disfraces eróticos, caucho) da pie también a fantasías en que el **sexo seguro** se integra fácilmente;
- introducir el brazo por el ano con guante desechable de látex (el fist-fucking pasivo no es una práctica totalmente segura, ya que puede entrañar traumatismos de la mucosa anal que quedará extremadamente debilitada frente a una posterior penetración);
- recibir o verter orina o heces sobre el cuerpo, sin contacto con la cara, el ano o el glande (**la piel no debe tener ni llagas ni heridas**).



RECUERDA QUE...

La reducción del número de compañeros sexuales no es una garantía contra la infección: un solo contacto puede ser suficiente; La edad de tu compañero no es en sí misma un valor seguro: ¡un «carroza» puede gozar de buena salud.

No existen lugares de encuentro «bien» y otros «de mala fama»; del mismo modo, el aspecto del chico que acabas de conocer no significa nada. Finalmente, los sentimientos que puedas tener por tu compañero no impiden que el virus sea activo... La única protección eficaz reside en las prácticas sexuales de menor riesgo; sea cual sea el lugar o el compañero, lo mismo si eres seropositivo, seronegativo o si no te has hecho la prueba, como si gozas de buena salud o si estás enfermo.

La pasión amorosa, el flechazo, el deseo de ayudar a un amigo que pasa una mala racha no protegen de los efectos del virus... El desafío que haces así a una posible infección no es de ningún modo una prueba suplementaria de apego a tu compañero.

Hay quien disminuye considerablemente su actividad sexual o incluso la interrumpe. Esta abstinencia puede ser, durante algún tiempo, una protección personal pero también puede hacerte sucumbir de golpe a prácticas sexuales arriesgadas. Prevéelo, pues, desde ahora y adopta los principios del **sexo seguro**.

Gracias al sexo seguro, puedes superar los miedos y desconfianzas que el encuentro de un nuevo compañero sexual te puede suscitar. Protegiéndote del virus responsable del SIDA, te proteges asimismo contra otras enfermedades de transmisión sexual (ETS), contribuyendo así a preservar tu salud: una sífilis o una hepatitis cuando se es portador del virus VIH es mucho más peligrosa.

Practicando el **sexo seguro**, piensas en ti y también en tu pareja; se trata por tanto de un comportamiento respetuoso y solidario. El alcohol y los «poppers» pueden sumirte en un estado en que pierdas el control y te olvides del **sexo seguro**.

El empleo de otras drogas debilita la salud y disminuye el sistema inmunitario; no olvides que esas drogas pueden ser además una vía de infección adicional mediante la jeringilla...

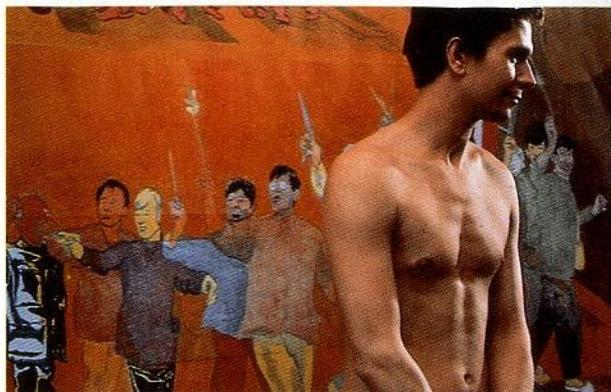
La prostitución no debe ser en ningún caso una excusa para dejar de lado los principios del **sexo seguro**.

TIENES UNA PAREJA ESTABLE

El **sexo seguro**, a veces, es más difícil vivirlo de forma constante y regular cuando se tiene una pareja estable... ¡el amor y el afecto no son vacunas contra el virus!

Hablad entre vosotros del sexo seguro a fin de integrarlo en vuestra vida cotidiana: inventad, por ejemplo, juegos eróticos con preservativos.

Por otro lado, interrumpir las relaciones sexuales cuando alguien de la pareja está infectado puede conllevar problemas psicológicos importantes. La práctica del **sexo seguro** permite restablecer entre dos amigos complicidad, intercambios, ternura, etc.



Si ambos sois seronegativos (es decir no infectados por el virus VIH), tal vez os parezca que no os concierne el **sexo seguro**... Sin embargo, practicándolo entre vosotros, os será mucho más fácil tener luego relaciones sexuales sin riesgo, si teneis contactos ocasionales fuera de vuestra relación. Debeis de saber igualmente que existen centros de análisis anónimos y gratuitos.

Si uno de los dos es seropositivo (es decir portador del virus VIH), podeis seguir haciendo el amor gracias al **sexo seguro**.

Si ambos sois seropositivos podeis practicar el **sexo seguro** entre vosotros. Haber sido infectado una vez por el virus no te protege en absoluto ante una nueva infección. Al contrario, una reinfección sería un nuevo ataque a vuestra inmunidad que podría tener graves consecuencias.

¿Y EL BESO PROFUNDO?

Actualmente no hay ninguna prueba científica de infección por el virus VIH al besarse en la boca con intercambio de saliva.

CHUPAR O NO CHUPAR

La infección por felación (chuparla o que te la chupen) es posible. Algunos científicos piensan que el riesgo es pequeño, otros que es bastante elevado. Así pues, es recomendable no tragar el líquido seminal (gota que aparece a menudo, debida a la excitación, al final del canal urinario) ni tomar esperma en la boca o tragarlo...

Te recordamos también que la felación facilita la transmisión de gérmenes (virus de la hepatitis B, gonococo, clamide...) responsables de otras enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Lamer el culo parece ser una práctica con un bajo riesgo de infección, siempre que no sea después de una penetración y no haya heridas sangrantes. Por lo contrario, esta práctica sexual puede transmitir otras enfermedades como la sífilis, la hepatitis vírica o parasitosis. La utilización de una película transparente protectora, en este tipo de prácticas sexuales, evita toda posible infección.

El contacto de la boca con la orina favorece igualmente la transmisión de algunas enfermedades infecciosas, pero no se ha comprobado que transmitan el SIDA.