

QUEM SE CUIDA VIVE MAIS SEGURO

Sexo

Você pode beijar, abraçar, soltar a imaginação. Mas, para chegar lá, só com camisinha. Você entendeu, não? Então, se quiser ficar por dentro, consiga uma camisinha de alguma forma e converse com seu(sua) parceiro(a) sobre isso. Carícia vai, carícia vem, aproveite o clima e vista a camisinha.

Drogas

As drogas podem mudar o comportamento e causar dependência. Sob o efeito do alcool e de outras drogas, a pessoa pode perder a noção das coisas e esquecer a camisinha. E, para aqueles que usam drogas injetáveis, existe o alto risco de contrair o vírus compartilhando seringas, agulhas e equipamentos de diluição (colher etc.). Por isso, utilize sempre material descartável.



APRENDA A TRANSAR COM A
EXISTÊNCIA DA
AIDS



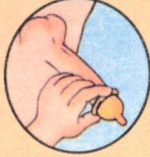
MINISTÉRIO DA
SAÚDE



DISQUE SAÚDE / PERGUNTE AIDS 0800 61 1997
www.aids.gov.br

O jeito certo de usar a camisinha

A camisinha protege do vírus da aids e de outras doenças transmitidas em relações sexuais. Por isso, é importante aprender a usá-la direito. Veja como é:



Ponha a camisinha quando o pênis estiver duro.



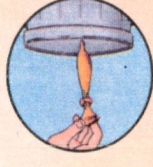
Aperte a ponta para o ar sair (é aí que o espermatozoide vai ficar).



Desenrole até o embaixo cuidadosamente.

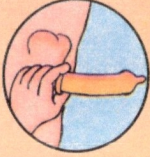


Use somente lubrificante à base de água.



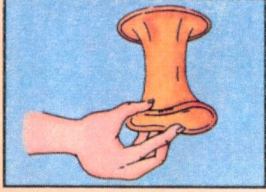
Use uma vez só. Dê um nó e jogue no lixo.

Tire a camisinha com o pênis ainda duro.

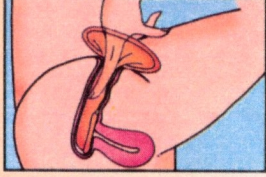


A camisinha feminina

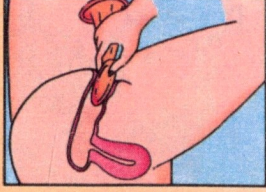
Agora, você pode cuidar de sua saúde de uma outra maneira: com a camisinha feminina, que – como o nome diz – é usada pela mulher. A camisinha feminina também protege contra as doenças sexualmente transmissíveis e a aids. Além disso, é fácil de colocar (veja as ilustrações):



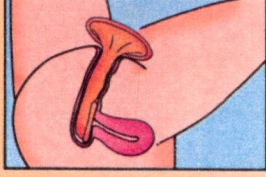
Abra a embalagem e segure o anel interno conforme a figura.



Empurre com o dedo até sentir tocar o colo do útero.



Introduza esse anel na vagina.



Deixe o anel externo para fora da vagina.

- fique atento a feridas, verrugas e corrimentos no ânus, na vagina e no pênis. Esses sinais podem indicar a existência de uma doença sexualmente transmissível (DST). Se você perceber algum desses sintomas, procure o serviço de saúde mais próximo.

Seja radical com a sua saúde

Com um pouco de cuidado, você evita a aids e muitos outros problemas:

- nas relações sexuais (sexo genital, oral e anal), use sempre camisinha;