



WHERE'S AIDS? ONDE ESTÁ A AIDS?

Use camisinha, não compartilhe seringas e proteja-se da aids.

Todo mundo precisa estar atento à aids, inclusive você. Porque a verdade é que nunca se sabe quem tem o vírus. A pessoa pode ser bonita, parecer saudável e ainda assim ter o vírus da aids. Por isso, a única maneira de se proteger é estar informado e se cuidar sempre. E é disso que fala este folheto. Você até pode conhecer o que vamos dizer, mas o assunto é tão sério que sempre vale a pena recordar. Leia com atenção e só leve boas lembranças da sua viagem!

COMO SE PEGA AIDS

- Nas **relações sexuais sem camisinha**. Pode ser sexo anal, vaginal ou oral e basta que um dos parceiros esteja infectado.
- **Usando agulhas e seringas que outra pessoa já usou**.
- Em **transfusões de sangue contaminado** pelo vírus da aids.
- **A mãe infectada** pode transmitir o vírus da aids para o filho na gravidez, no parto ou na amamentação.

COMO NÃO SE PEGA AIDS

- Abraço, aperto de mão, beijo na boca, afagos
- Masturbação a dois
- Lágrima, suor, saliva ou espirro
- Uso comum de copos, pratos, talheres, roupa de cama e toalhas
- Alimentos preparados por uma pessoa infectada
- Aparelhos sanitários, pias e piscinas
- Picadas de inseto

NÃO SE ARRISQUE. APRENDA A SE CUIDAR.

- Faça sexo seguro: **use camisinha em todas as relações sexuais**. Você se protege não apenas da aids, mas também das doenças sexualmente transmissíveis (DST).
- Saiba que a presença de DST, ferimentos ou infecções na vagina e no pênis aumenta as chances de contágio. Procure um serviço médico para se tratar adequadamente.
- Se você usa drogas injetáveis, **nunca compartilhe agulhas e seringas** com outras pessoas.
- Todo material cortante ou perfurante (aparelho de barbear, alicate de unha etc.) deve ser de uso individual ou desinfetado antes de ser usado.

COMO USAR O PRESERVATIVO



1. Tire a camisinha da embalagem só na hora em que for usá-la.



2. Aperte a ponta para sair todo o ar. É aí que o esperma vai ficar na hora da ejaculação.

3. Coloque a camisinha quando o pênis estiver duro.

4. Desenrole a camisinha até a base do pênis.



5. Se quiser lubrificação adicional, use somente lubrificantes à base de água. Não use lubrificantes do tipo vaselina, óleo mineral ou outros derivados do petróleo.

6. Quando a relação terminar, tire a camisinha com o pênis ainda duro, segurando-a pelo anel para evitar vazamentos.

7. Use uma nova camisinha para cada relação sexual.



¿DÓNDE ESTÁ EL SIDA? ONDE ESTÁ A AIDS?

Usa condón, no compartas jeringas y protégete del SIDA.

Todos necesitan estar atentos al SIDA,

inclusive tú. Porque la verdad es que nunca se

sabe quién tiene el virus. La persona puede ser linda,

parecer saludable y aun así tener el virus del SIDA.

Por lo tanto, la única manera de protegerte es estar

informado y cuidarte siempre. Es de eso que habla

este folleto. Ya puedes conocer lo que vamos a

decir, pero el asunto es tan serio que siempre es

bueno recordarlo. Léelo con atención y sólo

llévate buenos recuerdos de tu viaje!

CÓMO SE CONTAGIA EL SIDA

- En **las relaciones sexuales sin condón**. Puede ser sexo anal, vaginal u oral y sólo es necesario que uno de los compañeros esté infectado.
- **Usando agujas y jeringas que otra persona ya usó.**
- En **transfusiones de sangre contaminada** por el virus del SIDA.
- **La madre infectada** puede transmitir el virus del SIDA al hijo durante el embarazo, en el parto o en el amamantamiento.

CÓMO NO SE CONTAGIA EL SIDA

- En un abrazo, apretón de manos, beso en la boca, caricias
- Masturbación entre dos
- Lágrima, sudor, saliva o estornudo
- Uso común de vasos, platos, cubiertos, ropa de cama y toallas
- Alimentos preparados por una persona infectada
- Artefactos sanitarios, fregaderos y piletas
- Picaduras de insecto

NO TE ARRIESGUES. APRENDE A CUIDARTE.

- Haz sexo seguro: **usa condón en todas las relaciones sexuales**. Tú te proteges no sólo del SIDA, sino también de las enfermedades de transmisión sexual (ETS).
- Debes saber que la presencia de estas enfermedades (ETS), heridas o infecciones en la vagina y en el pene aumenta las chances de contagio. Busca un servicio médico para tratarte adecuadamente.
- Si usas drogas intravenosas, **nunca compartas agujas y jeringas con otras personas**.
- Todo material cortante o que perfora (aparato de afeitar, alicate de uñas, etc.) debe ser de uso individual o desinfectado antes de ser usado.

Protect yourself from AIDS. Use a condom. Do not share syringes.

Everyone needs to be aware of AIDS, including

you. Because the truth is that you never know who

has the virus. A person can be beautiful and appear

healthy yet still be carrying the AIDS virus. So the

only way of protecting yourself is to be informed and

always take care. That's what this pamphlet is for.

Maybe you already know this stuff. That's good. But

this subject is serious enough that it's worth repeating.

Read this pamphlet carefully and take home only

happy memories from your vacation!

HOW TO GET AIDS

- Having **sex without a condom**. Whether it's anal, vaginal or oral sex, all you need is an infected partner.
- **Using needles and syringes that someone else has already used.**
- Through **blood transfusions contaminated** by the AIDS virus.
- **Women who are infected** can transmit the AIDS virus to their child during pregnancy, delivery, or through breast-feeding.

HOW NOT TO GET AIDS

- By hugging, holding hands, kissing on the mouth, caressing
- Through mutual masturbation
- From tears, sweat, saliva or spit
- By sharing cups, plates, silverware, sheets and towels
- By eating food prepared by someone who is infected
- Using toilets, urinals, sinks and swimming pools
- From insect bites

DO NOT TAKE THE RISK. LEARN TO TAKE CARE.

- Always practice safe sex. **Use a condom every time you have sex**. You're not just protecting yourself from AIDS, but also from other sexually transmitted diseases (STDs).
- Having STDs, cuts or infections in the vagina and on the penis increases the chances of contracting AIDS. Get yourself proper medical attention.
- If you inject drugs, **never share needles or syringes with anyone**.
- Items that can cut or perforate the skin, such as razors or nail clippers, are for individual use only or should be sterilized before using.

CÓMO USAR EL CONDÓN



1. Saca el condón del embalaje solamente cuando lo vayas a usar.

2. Aprieta la punta para sacar todo el aire. Ahí es donde el esperma se quedará en el momento de la eyaculación.



5. Si quieres lubricación adicional, usa solamente lubricantes a base de agua. No uses lubricantes del tipo vaselina, aceite mineral u otros derivados de petróleo.

3. Pon el condón cuando el pene esté erecto.

4. Desenrolla el condón hasta la base del pene.



7. Usa un nuevo condón para cada relación sexual.

6. Cuando termines la relación, saca el condón con el pene todavía erecto, sosteniéndolo por el anillo para evitar pérdidas.



2. Squeeze all the air out of the tip. This is where the sperm will collect at the time of ejaculation.

1. Open the package only when you are ready to use the condom.



5. If you need additional lubrication, use only water-based lubricants. Do not use vaseline, mineral oil and other petroleum-related products.

3. Put the condom on when the penis is erect.

4. Unroll the condom down to the base of the penis.



7. Use a new condom every time you have sex.

6. When finished, remove the condom while the penis is still erect. To avoid any leakage, hold the condom by the ring.