

Qualquer uma de nós **MULHERES** podemos pegar doenças inclusive **AIDS** através de relações sexuais.

Quem de nós já não pensou...

Naquela transa ele(a) poderia estar com **AIDS**!

Será que eu peguei **AIDS** naquela relação?

Como eu fui me deixar levar pela emoção e na hora nem pensei no preservativo?

Será que meu marido tem relação só comigo?

O que será que ele vai achar de mim se eu pedir para ele usar o preservativo?

Viva sem medo, use preservativo, converse com seu (sua) parceiro (a) e faça o teste da AIDS

Andar com camisinha na bolsa, fazer o teste da **AIDS** (mesmo sendo casada), usar preservativo e conversar com o (a) parceiro (a) são atitudes de uma mulher preocupada com o bem estar de ambos. Atitudes que a sociedade, homens e mulheres, precisam aprender a respeitar e valorizar.



Disque DST AIDS 0800 16 25 50



Disque Direitos Humanos - disque 100
Central de Atendimento à Mulher - disque 180

Lembre-se: A maioria das mulheres que está com HIV se infectou através de relações sexuais sem camisinha.



SECRETARIA DA SAÚDE



Se você é uma mulher:

A masiada

N amorada

C asada

A mante

V iúva

A mada

S eparada

L oucamente apaixonada

VOCÊ JÁ PENSOU em...

...Usar preservativos?

...Fazer o teste do **HIV**?

...Fazer **exames ginecológicos**?

Lembre-se que tratar corrimento ou qualquer lesão vaginal é importante para prevenir o HIV.

Transe com segurança.

Estudos mostram que a principal forma de transmissão do **HIV** entre as mulheres é através do **SEXO COM HOMENS**. Cerca de 4 em cada 10 mulheres com **AIDS** tinham um **ÚNICO** parceiro sexual quando foi feito o diagnóstico e 4 entre 10 eram **DONAS DE CASA**.

A AIDS ATINGE MULHERES DE TODAS AS CLASSES SOCIAIS.

Faça o teste do HIV e peça para o seu parceiro fazer o teste também. Você pode fazer o teste nos Centros de Testagem e Aconselhamento (CTA) ou em qualquer unidade básica de saúde. O teste é gratuito. Se você tiver dúvidas ligue para o disque DST/AIDS 0800 16 25 50.

E OS ACORDOS ENTRE OS CASAIS, O QUE SÃO?

Se você e seu parceiro estão em uma relação mais estável, já fizeram o teste HIV, são ambos negativos e decidem abrir mão do preservativo um com o outro, é preciso conversar muito sobre isso e fazer um acordo de transarem sem preservativos, mas tem que se comprometer a usar camisinha se qualquer transa acontecer com outra pessoa.

O diálogo tem que ser constante e sempre aberto. Converse com o seu parceiro sobre repetir o teste mais ou menos a cada 2 anos, assim vocês se sentirão mais seguros de manter o acordo.

Isso não é possível em casos de violência doméstica. É preciso que o casal tenha uma relação **AMIGÁVEL** e de confiança **MÚTUA** para estabelecer acordos.

Estes acordos não são tão seguros quanto usar preservativos em todas as relações, mas com certeza são mais seguros do que simplesmente abandonar o uso do preservativo. Para fazer esses acordos, é importante que os dois façam o teste, um só fazendo o teste não garante a saúde do outro.

PRESERVATIVO FEMININO

INSTRUÇÕES DE USO

1 Retire o preservativo da embalagem e segure a argola interna com o polegar e o dedo indicador.

2 Aperte a argola interna e a introduza na vagina.

3 Com o dedo indicador, certifique-se que a argola interna esteja bem no fundo da vagina.

4 A argola externa deve ficar para fora da vagina. No momento da penetração, segure a argola externa com uma das mãos.

5 Após a relação torça a argola externa e retire o preservativo com cuidado. Jogue no lixo.

DICAS!

- NUNCA use o preservativo feminino junto com o preservativo masculino.
- Verifique sempre a data de validade.
- Dúvidas? Procure o serviço de saúde.
- Se desejar lubrificação adicional, utilize somente lubrificante à base de água.

FAÇA O TESTE DA AIDS.

Toda mulher tem **DIREITO** à proteção e a **USAR PRESERVATIVOS**.

PRESERVATIVO MASCULINO

INSTRUÇÕES DE USO

1 Abra a embalagem com cuidado e pegue o preservativo com as mãos.

2 Desenrole o preservativo até a base do pênis, apertando a ponta para retirar o ar.

3 Depois da relação, retire o preservativo com o pênis ainda ereto, evitando que o esperma saia do preservativo.

4 Faça um nó no meio do preservativo e jogue no lixo. Nunca use o preservativo mais de uma vez.

DICAS!

- NUNCA use o preservativo feminino junto com o preservativo masculino.
- Verifique sempre a data de validade.
- Dúvidas? Procure o serviço de saúde.
- Se desejar lubrificação adicional, utilize somente lubrificante à base de água.

O preservativo é o método anticoncepcional natural mais seguro que se conhece. Desde que utilizado corretamente, o preservativo evita a gravidez e previne doenças sexualmente transmissíveis.

Alguns direitos sexuais e reprodutivos das mulheres

- Direito de exercer a sexualidade e a reprodução, livre de discriminação, imposição e violência;
- Direito de expressar livremente sua orientação sexual, quer seja heterossexual, homossexual ou bissexual;
- Direito de ter relação sexual independente da reprodução;
- Direito de escolher o parceiro sexual;
- Direito ao SEXO PROTEGIDO (com preservativo masculino ou feminino) para prevenção da gravidez não planejada e das doenças sexualmente transmissíveis (DST e HIV/AIDS);
- Direito a informações, meios, métodos e técnicas para decidirem ter ou não ter filhos;
- Direito a mulher que vive com AIDS de ter filhos;
- Direito a serviços de saúde que garantam privacidade, sigilo e atendimento de qualidade sem discriminação.

Os direitos te protegem, a camisinha também, sintá-se livre para amar com segurança.