MUITA CALMA NESSA HORA

SEXO, SÓ COM CAMISINHA

Faça o teste anti-HIV. Use camisinha em todas as relações sexuais.
O diagnóstico precoce do HIV possibilita ao portador do vírus melhor qualidade de vida.

TODOS SOMOS VULNERÁVEIS. PROTEJA-SE
Então vamos conhecer um pouco mais sobre prevenção da DST/AIDS?

**ASSIM PEGA**
- Sexo vaginal sem camisinha
- Sexo anal sem camisinha
- Sexo oral sem camisinha
- Uso de seringa por mais de uma pessoa
- Transfusão de sangue contaminado
- Da mãe infectada para seu filho durante a gravidez, no parto e na amamentação
- Instrumentos não esterilizados que furam ou cortam

**ASSIM NÃO PEGA**
- Sexo com camisinha
- Masturação a dois
- Beijo no rosto ou na boca
- Suor e lágrima
- Picada de inseto
- Aperto de mão ou abraço
- Sabonete/toalha/lençóis
- Talheres/copos
- Assento de ônibus
- Piscina
- Banheiro
- Doação de sangue
- Pelo ar

---

**Como se prevenir?**

**Como usar a camisinha masculina:**
1. Ponha a camisinha quando o pênis estiver duro.
2. Aperte a ponta para sair o ar (e na ponta que o esperma vai ficar).
3. Desenrole a camisinha até a base do pênis, cuidadosamente.
4. Use somente lubrificante a base de água.
5. Tire a camisinha após a relação sexual com o pênis ainda dura.
6. Depois, dê um nó e jogue-a no lixo, com cuidado.

**Como usar a camisinha feminina:**
1. Encontre uma posição confortável.
2. Segure a camisinha pela argola interna (e a que está solta dentro da camisinha).
3. Aperte a argola interna e introduza-a na vagina com o dedo indicador.
4. Empurre a argola com o dedo até sentir o colo do útero (fundo da vagina).
5. A camisinha deve cobrir o colo do útero e recobrir a vagina.
6. Após a relação sexual, torça a argola externa e puxe a camisinha com cuidado. Jogue-a no lixo e nunca no vaso sanitário.

---

Faça o teste de AIDS, sifilis e hepatites virais. Procure o Centro de Saúde próximo da sua casa ou o CTA - Centro de Testagem e Aconselhamento · R. Joaquim Felício, 141, Sagrada Família - BH.

Camisinha: um direito seu. Jovens, idosos, mulheres e homens devem buscá-la em qualquer Centro de Saúde.