

**IL PIACERE,
SICURAMENTE**



**FALLO MA
PROTEGGITI!
CONSIGLI DA
UOMO A UOMO**

LOVE LIFE
STOP AIDS

Colophon

Edito da: Aiuto Aids Svizzero © 2008

Realizzazione: Thomas Bucher, Urs Wittwer, Lukas Meyer, Claire Comte, Steven Derendinger, Benedikt Zahno, Roger Markowitsch, Vincent Jobin, Andrea Ostinelli

Grafica: schloss-ludwig.ch

Con il sostegno dell'Ufficio federale della sanità pubblica



<i>Non conosci lo status sierologico del tuo partner sessuale</i>	6
<i>Problemi con il preservativo?</i>	8
<i>Rapporti a rischio, che fare?</i>	9
<i>Influenza o infezione primaria?</i>	10
<i>Ospiti guastafeste</i>	12
<i>Sesso non protetto? Sì, ma ...</i>	16
<i>False certezze</i>	20
<i>Sieropositivo e non contagioso?</i>	26
<i>Altri metodi</i>	28
<i>Indirizzi</i>	30

Da uomo a uomo

Sei uomo e fai sesso con altri uomini?

Ultimamente sempre più uomini, anche giovani, contraggono l'HIV o altre infezioni sessualmente trasmissibili durante un rapporto sessuale con altri uomini. Il rischio di infettarsi con il virus HI fra omosessuali è dieci volte superiore a quello tra eterosessuali.

Questo opuscolo ti mostra come fare sesso sicuro, in ogni situazione.

Il piacere veloce

Sesso veloce e con uno sconosciuto? Spesso funziona anche senza parole. Proprio per questo tutti devono sapere come proteggersi. Ognuno è responsabile per se stesso.



Fidarsi è bene...

Lo fai di tanto in tanto con amici o conoscenti di lunga data? OK, ma non fidarti ciecamente! La sicurezza assoluta non esiste. Se lui è risultato sieronegativo all'ultimo test, non vuol dire che lo sia tuttora. Perciò parlatene e decidete come proteggervi.

Amore eterno

Hai trovato il grande amore? Se sei innamorato non è facile parlare apertamente di questioni come il sesso sicuro. Chiedi consiglio a un Checkpoint o all'Aiuto Aids più vicino.

Hai un partner fisso? Ricordati che una relazione stabile è soddisfacente e sicura solo se le aspettative e le promesse valgono, per entrambi, oggi come ieri. È così anche per voi? Tenete vivo il dialogo!

Non conosci lo status sierologico del tuo partner sessuale

Il sesso sicuro è il miglior alleato!

- ★ ***Fallo sempre con il preservativo* e il lubrificante***
- ★ ***Evita di ricevere lo sperma in bocca!***

Vale se fai sesso con sconosciuti, partner occasionali o con il nuovo partner.

*Preservativo, profilattico e condom sono la stessa cosa.



- ★ Usa preservativi della misura giusta. Eviterai così che scivolino o si rompano. Per stabilire la taglia del tuo pene: **www.mysize.ch**.
- ★ Usa lubrificanti solubili con acqua o a base di silicone e non olio o vaselina: potrebbero danneggiare il profilattico.
- ★ Se capita che lo sperma finisca in bocca: sputalo subito. Sciacqua la bocca più volte senza inghiottire, possibilmente con acqua o superalcolici come whisky o cognac.

Problemi con il preservativo?

- ★ Il preservativo ti blocca l'eccitazione o temi di perdere l'erezione?
- ★ Il tuo partner si rifiuta di usarlo?

Non sei l'unico ad avere questi problemi.
Fatti aiutare!

Contatta il **Checkpoint** o l'Aiuto Aids più vicino (indirizzi alle pagine 30/31).



Rapporti a rischio, che fare?

Entro 72 ore dalla situazione a rischio (rapporto non protetto, profilattico rotti), puoi sottoporerti a un trattamento medico d'urgenza (profilassi PEP) per evitare il contagio da HIV.

- ★ Contatta subito un Checkpoint o va' al Pronto soccorso (indirizzi pagine 30/31).
- ★ Quanto prima reagisci, tanto maggiori saranno le possibilità di evitare il contagio

La profilassi PEP non sostituisce il sesso sicuro!

Influenza o infezione primaria?

- ★ Hai avuto un rapporto a rischio e non ti sei sottoposto a una profilassi PEP?
- ★ Nelle settimane dopo il rapporto hai accusato sintomi simili a quelli dell'influenza (febbre, mal di testa, ghiandole ingrossate, alterazioni cutanee, dolori muscolari, diarrea, nausea)?

Potrebbero essere i sintomi di un'infezione da HIV recente (***infezione primaria***)!

Quindi: consulta subito un Checkpoint o un centro per il test HIV per un controllo. Non aspettare in nessun caso!

(indirizzi pagine 30/31)



Perché svolgere un accertamento?

- ★ Per dissipare dubbi e paure. La chiarezza ti consente di agire.
- ★ Se non ti sei infettato: ti è andata bene! Proteggiti d'ora in poi, non avrai preoccupazioni.
- ★ Se ti sei infettato: sei in tempo per curarti. La terapia precoce limita i danni al sistema immunitario.
- ★ Se ti sei infettato di recente, sei particolarmente contagioso. Perciò: fa' sesso sempre e solo con il preservativo.

Maggiori informazioni sull'infezione primaria:
www.drgay.ch/infezione-primaria.

Ospiti guastafeste

Oltre all'HIV ci sono altri virus, batteri e miceti (funghi) sessualmente trasmissibili, talvolta anche durante i rapporti protetti. Alcuni causano fastidiose malattie e moltiplicano il rischio di contrarre l'HIV.

I più conosciuti sono: gonorrea, sifilide, epatite, clamidie, herpes e verruche anogenitali (creste di gallo).

La maggior parte di tali infezioni è curabile se diagnosticata in tempo.



Come si manifestano?

- ★ Secrezioni dal pene o dall'ano
- ★ Bruciori nell'urinare, prurito all'uretra
- ★ Dolori anali acuti
- ★ Testicoli ingrossati e doloranti
- ★ Ulcere, vesciche, arrossamenti, prurito al pene, ai testicoli, all'ano o in bocca
- ★ Eruzioni cutanee

Che cosa fare in presenza di un «guastafeste»?

- ★ Chiedi assistenza a un Checkpoint, al medico o al reparto di dermatologia di una struttura ospedaliera.
- ★ Se c'è infezione, informa il tuo partner sessuale in modo che anch'egli possa curarsi.



Cambi spesso partner?

Allora:

- ★ vaccinati contro l'epatite A e B;
- ★ fa' analisi specifiche sulle infezioni sessualmente trasmissibili almeno ogni sei mesi;
- ★ contatta un Checkpoint o rivolgiti a un medico di fiducia, con il quale puoi parlare della tua sessualità;
- ★ se sei sieropositivo, nei controlli di routine sottoponiti sempre ad analisi specifiche sulle altre infezioni.

Sesso non protetto? Sì, ma ...

Fare sesso non protetto con il tuo partner fisso può essere sicuro, se:

- 1.** andate a un Checkpoint o in un centro per il test HIV per un esame con consulenza;
- 2.** fai sesso protetto per tre mesi, con qualsiasi partner;
- 3.** fai un test HIV insieme al partner;
- 4.** se entrambi siete risultati sieronegativi, stringete un patto di coppia: fedeltà o, se capita la scappatella, profilattico (sempre);
- 5.** se uno dei due non sta ai patti, conviene dirlo subito. Accordatevi in anticipo sul modo. Dopo valgono le stesse regole, cioè: sesso protetto finché non si conoscono i risultati del test.



È un metodo sicuro?

Sì, purché tutti e due si attengano ai patti.

- ★ Se avete optato per la fedeltà, raccontare la scappatella sarà ancora più difficile perché, oltre alla fiducia, c'è in gioco la propria salute e quella altrui.
- ★ Affrontate l'argomento prima che il fatto succeda, di modo che, nell'eventualità, l'informazione sia immediata.

Sesso non protetto con diversi partner?

È possibile fare un simile patto con diversi partner, sottoporsi insieme ai test e fare sesso non protetto?

Teoricamente sì tuttavia molti uomini sono stati contagiati da partner occasionali di loro conoscenza.

Per maggiori informazioni sul sesso non protetto con diversi partner: ***www.drgay.ch***/infezione-primaria.

**FALLO MA PROTEGGITI!
CONSIGLI DA
UOMO A UOMO**

19



**Vieni
a trovarmi
su internet**



www.drGay.ch

Servizio di consulenza on line per uomini

False certezze

Molti uomini cercano di evitare il contagio da HIV praticando sesso non protetto, anche se non conoscono lo stato sierologico del partner.

Nelle pagine successive troverai le “teorie” più ricorrenti sul tema.



Mi informo sullo stato sierologico

Parlare dell'HIV con partner fissi è giusto e importante. Ma all'inizio di un rapporto o con partner occasionali la cosa non ha molto senso, perché:

- ★ molti uomini non sanno di essere stati contagiati;
- ★ molti sieropositivi non dicono nulla al partner occasionale, per ovvie ragioni, nemmeno se interpellati al riguardo.

False certezze

Stabiliamo un accordo tacito

Stabilire un accordo tacito sullo stato sierologico di un nuovo partner o di uno sconosciuto non protegge affatto. Facciamo un esempio:

tu sei sieronegativo e pensi: «Se lui fosse sieropositivo, mi proteggerebbe. Se non lo fa allora vuol dire che è sieronegativo come me»;

tu sei sieropositivo e pensi: «Se lui fosse sieronegativo, si proteggerebbe. Se non lo fa, vuol dire che è sieropositivo come me».

Forse sbagliate tutti e due e correte un rischio entrambi!



L'aspetto sano conta?

L'HIV è invisibile a occhio nudo. La sieronegatività o sieropositività non si riconosce dall'aspetto.

Il fatto che un tipo sia giovane, bello e forte non è una garanzia circa il suo stato sierologico né su eventuali altre infezioni.

False certezze

Ritirarsi in tempo prima di venirgli dentro

- ★ Per il partner attivo, l'estrazione del pene non riduce il rischio di infezione (v. pagina a lato).
- ★ Per il partner passivo il rischio è minore se non c'è contatto con lo sperma. Ma: senza profilattico il rischio di infettarsi sussiste pur sempre.
- ★ Attenzione: l'eiaculazione non è controllabile al 100%!

Questa è una pratica a rischio!

**FALLO MA PROTEGGITI!
CONSIGLI DA
UOMO A UOMO**

25



Sesso attivo e basta

Fare solo sesso attivo non protegge dall'HIV.
Puoi infettarti anche se sei sempre tu a penetrare.

Sieropositivo e non contagioso?

I sieropositivi in terapia antiretrovirale efficace non trasmettono il virus nei rapporti sessuali a condizione che:

- 1.** la carica virale non sia rilevabile da almeno 6 mesi;
- 2.** la terapia anti HIV sia seguita sotto stretto controllo medico;
- 3.** si escludano altre infezioni sessualmente trasmissibili (es. sifilide).



Ciò riguarda:

- ★ ***le coppie fisse*** nelle quali un partner è sieropositivo e l'altro sieronegativo;
- ★ perché solo in una ***relazione basata sulla fiducia*** il partner sieronegativo può essere sicuro che le tre condizioni siano rispettate;
- ★ solo così si giunge a una ***decisione condivisa***, presa insieme al medico curante, sul fatto di usare il profilattico o no.

Con partner nuovi e occasionali l'unica protezione è il sesso protetto.

Altri metodi

Esistono metodi diversi dal profilattico per ridurre il rischio di contrarre l'HIV?

Circoncisione: nei rapporti sessuali con le donne, gli uomini circoncisi sono meno esposti al rischio HIV.

Non è detto che ciò valga anche nei rapporti tra uomini. E, anche se fosse vero, la cosa riguarderebbe solo il partner **attivo** circonciso (cioè chi penetra).

La circoncisione non protegge dall'HIV né da altre infezioni sessualmente trasmissibili!

**FALLO MA PROTEGGITI!
CONSIGLI DA
UOMO A UOMO**

29



Pillole e gel: sono allo studio la PREP (profilassi pre-esposizione) e i gel microbici che, usati prima del rapporto, potrebbero agire da inibitori. Finora però nessun prodotto è in grado di prevenire il contagio.

Evita l'assunzione di farmaci HIV se non sei sieropositivo. Non fanno al caso tuo e possono causarti seri danni.

Indirizzi

Checkpoint Zurigo

www.checkpoint-zh.ch

Tel. 044 455 59 10



Checkpoint Ginevra

www.checkpoint-ge.ch

Tel. 022 906 40 40



**FALLO MA PROTEGGITI!
CONSIGLI DA
UOMO A UOMO**

31



Indirizzi e link: ***www.aids.ch***

- ★ Le antenne regionali
- ★ Gli indirizzi dei centri per il test HIV e i numeri d'urgenza PEP

Questo opuscolo ti è stato consegnato da:



AIDS-HILFE SCHWEIZ
AIDE SUISSE CONTRE LE SIDA
AIUTO AIDS SVIZZERO