

## CAMPAÑA ORGULLO GAY MADRID 2019

O vindeiro xoves 27 de xuño arranca a gran festa de celebración da “Semana do orgullo LGTBI” en Madrid. Neses días desenvolverase unha importante axenda de eventos culturais e festivos de proxección internacional. Dende o Plan galego anti VIH/sida e outras ITS celebramos a xornada do orgullo co desexo de que os dereitos de todas as persoas LGTBI sexan garantidos e respectados en todo o mundo.

Aproveitando que un dos eventos máis importantes se celebra en Madrid, lembramos que xustamente aí atópase o **Centro Sanitario Sandoval**, un dos centros máis relevantes de Europa en infeccións de transmisión sexual (ITS). Este centro dispón dun equipo multidisciplinar cuxo obxectivo principal é a atención destas infeccións. Entre as súas actividades atópase a asistencia sanitaria destas patoloxías e o seu diagnóstico e tratamento temperán. Un aspecto moi valorado deste centro é que as persoas que o desexen poden acudir a el sen cita previa nin tarxeta sanitaria para seren atendidos. Os datos de contacto deste centro son:

Tfno.: 91 445 23 28 / 25 62

Enderezo: R/Sandoval, núm. 7. Chamberí. Madrid, 28010.

Co gallo de promover unha celebración sen riscos lembramos cales son as **prácticas sexuais de risco** para a transmisión do VIH e doutras ITS:

1. Sexo oral sen preservativo: tanto realizar unha felación como recibila, sen usar o preservativo, é unha práctica de risco para ITS, coma o VIH ou a gonorreia, entre outras.
2. Penetración anal sen preservativo: tanto penetrar analmente como ser penetrado sen preservativo, son as dúas prácticas de maior risco para a transmisión de ITS.
3. Sexo oro-anal (boca-ano) sen lámina de látex: esta práctica é especialmente relevante para a transmisión de infeccións que tamén se poden transmitir por vía feco-oral, como a hepatite A.

Para diminuír o risco de transmisión destas infeccións convén lembrar cales son as **medidas de protección** que permiten gozar dunha sexualidade saudable:

1. Vacinación: as vacinas son unha ferramenta moi importante na prevención de ITS como a hepatite A. Se aínda non estás vacinado de hepatite A, acode á consulta do teu médico/a de familia para valorar a posibilidade de vacinar-te.
2. Uso constante do preservativo: para que o preservativo sexa efectivo debe empregarse en todas as ocasións e sempre antes de poñer en contacto as mucosas. Para lembrar todos os aspectos que debemos ter en conta podes consultar a seguinte ligazón: <https://www.sergas.es/Saude-publica/O-preservativo>. Non esquezas levar preservativos no peto, podes conseguilos de balde en calquera dos centros Quérote+ da Xunta de Galicia: <http://xuventude.xunta.es/querote-mais>.
3. Uso de bandas de látex: este material está especialmente deseñado para o sexo oral, tanto oro-xenital (boca-xenital) como oro-anal (boca-ano). Este material está dispoñible nas oficinas de farmacia. Na súa ausencia, tamén podes desenvolver totalmente un preservativo e cortalo ao longo do seu eixo lonxitudinal para abrilo á metade lonxitudinalmente. Deste xeito obterás unha lámina de látex para o sexo oral.
4. Lubricante: o lubricante é un material que pode empregarse no sexo anal facilitando a penetración e reducindo o risco de lesións. Este material tamén está dispoñible en calquera oficina de farmacia.
5. Consumo de drogas: é importante ter presente que o consumo de drogas, como o alcohol, reduce a percepción de risco, favorece o sexo con maior número de parellas, interfire no seu desfrute e favorece a asunción de prácticas de risco que non se asumirían se non se estivese baixo o efecto das drogas.

En caso de que asumiras **prácticas sexuais de elevado risco para a transmisión do VIH** debes saber que podes solicitar a profilaxe post-exposición non ocupacional ao VIH (PPENO) nos servizos de urxencias hospitalarios para reducir o risco de transmisión deste virus. É un tratamento antirretroviral que debe tomarse durante un mes baixo seguimento médico. Non obstante, a efectividade deste tratamento diminúe a medida que pasan as horas dende a práctica de risco. Para obter a máxima eficacia, debe tomarse o antes posible e sempre antes das 72 horas posteriores á práctica de risco. Despois deste período de tempo non se considera efectivo.

Por outra banda, se despois de asumir prácticas sexuais de risco aprecias sintomatoloxía como lesións, inflamación ou emisión de fluído de características que non son normais nas zonas implicadas nas prácticas sexuais, debes acudir á consulta do médico/a de familia para que faga unha exploración e solicite probas se procede. Deste xeito beneficiaraste dun diagnóstico e tratamento precoces que mellorarán moito a túa calidade de vida, evitando fases máis graves da infección e impedindo a transmisión ás túas parellas sexuais.