

Faixa etária  
10-15



vamos

usar o

preservativo



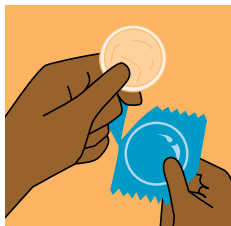
Os preservativos podem prevenir a gravidez e proteger você e seu parceiro contra infecções sexualmente transmissíveis (ITSs), incluindo o HIV. Mas só se você usá-los corretamente.

Não há pressa em ter relações sexuais e é uma boa ideia esperar até você ficar mais velho. Mas se tiver certeza de que está pronto, você deve usar o preservativo corretamente toda vez que ter relações sexuais.

O uso um preservativo é algo que você e seu parceiro precisam conversar antes de ter relações sexuais. A informação aqui irá ajudá-lo.

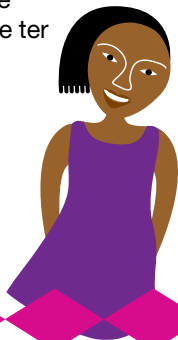
## o que são preservativos?

Existem dois tipos de preservativos:



### **Preservativos masculinos**

– feitos de borracha fina ou plástico – que são puxados sobre o pênis quando ele está ereto (duro) antes de ter relações sexuais.





**Preservativos femininos** – feitos de plástico – que são inseridos na vagina antes de ter relações sexuais.

Os preservativos são fáceis de usar e saudáveis. Usados corretamente, os preservativos impedem que fluidos, incluindo sêmen (contendo esperma) e fluidos vaginais, entrem em contato com o pênis, a vagina, o ânus ou a boca.

## coisas que você precisa saber sobre preservativos

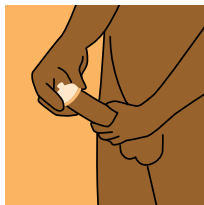
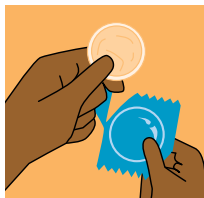
- ▲ Pegue seus preservativos de um lugar onde eles estão mantidos fora do sol.
- ▲ Verifique se o pacote não está aberto ou rasgado.
- ▲ Verifique o prazo de validade e use o preservativo antes da data final na embalagem.
- ▲ Se o preservativo aderir aos seus dedos como cola, jogue-o fora.
- ▲ Os preservativos masculinos vêm em tamanhos diferentes. Se é muito solto, tente um menor.



- ▲ Use lubrificação à base de água para impedir que o preservativo quebre e para tornar o relações sexuais mais confortável. Nunca use loção para as mãos ou vaselina.
- ▲ Use um novo preservativo cada vez que tiver relações sexuais.
- ▲ Use apenas um preservativo de cada vez.

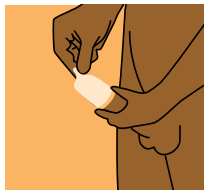
## como colocar um preservativo masculino

1. Não se apresse! Espere até que o pênis esteja ereto e você esteja pronto.
2. Tenha cuidado para não rasgar o preservativo quando abrir o pacote.
3. Certifique-se de que o preservativo está no caminho certo: com a ponta para cima e o rolo para o lado de fora.
4. Coloque o preservativo na ponta do pênis. Segure a ponta do preservativo entre o dedo e o polegar para se livrar de qualquer ar.
5. Ainda segurando a ponta, use a outra mão para enrolar suavemente o preservativo todo o caminho até o pênis. Faça isso antes de tocar a vagina ou ânus.



## Depois da relação sexual ...

1. Enquanto o pênis ainda estiver duro, segure firmemente a borda do preservativo na base do pênis e puxe-o para fora. Faça isso devagar para que o sêmen não seja derramado.
2. Tire o preservativo, embrulhe-o e jogue-o fora com segurança.



## Alguma pergunta?

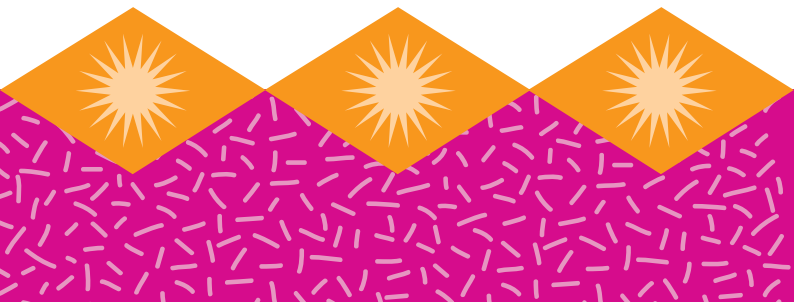
Pedir um preservativo é corajoso. Isso mostra que você está pensando na sua saúde e também na do seu parceiro. Se você se sentir tímido pedindo um preservativo, tente encontrar uma clínica com serviço amigáveis para jovens ou serviços onde você não será julgado.

“Eu me sinto muito envergonhada de pedir um preservativo. As pessoas podem pensar que sou muito jovem para ter relações sexuais.”

“Meu namorado não quer usar camisinha. Como posso convencê-lo?”

É difícil manter a sua decisão de usar um preservativo se o seu parceiro se recusar. Fale com ele e seja claro sobre o motivo de você escolher usar preservativo. Se ele ainda não quiser usar um, você precisará decidir por si mesmo se quer ter

relações sexuais ou esperar até que ele esteja pronto para usar o preservativo. Ter relações sexuais sem camisinha pode mudar o resto da sua vida. É o seu corpo e você está fazendo a coisa certa cuidando da sua saúde.



“Eu sou HIV positivo. Eu tomo meu medicamento regularmente e me sinto saudável. Ainda tenho que usar camisinha?”

Sim. A quantidade de HIV no seu sangue pode variar, então você ainda pode transmitir o HIV para o seu parceiro. Você também pode se reinfectar com o HIV. E os preservativos podem proteger você contra outras DTSS e evitar a gravidez.



“E se o preservativo quebrar?”

Você deveria ir para a sua unidade sanitária local. Pergunte sobre um teste de ITSs e contracepção de emergência (para evitar a gravidez).



“Onde posso obter preservativos?”

Vá para a sua unidade sanitária local. Você não precisa de receita médica. Algumas clínicas ou outros espaços públicos fornecem preservativos em salas de espera ou banheiros, e você pode levar tantos quanto você.