

SE

**REDUÇÃO DE DANOS**  
**é uma apologia ao cuidado**

É convite para cuidar de si e daqueles que estão com você

X



Os **Direitos Sexuais** são os direitos que garantem que toda e qualquer pessoa pode viver sua vida sexual com prazer, acesso à saúde e livre de discriminações. **Incluem os direitos a:**

- Viver e expressar livremente a sexualidade, sem medo, culpa, falsas crenças, violência, discriminações e imposições.

- Escolher livremente os(as) parceiros(as) sexuais.

- Exercer a sexualidade independente do estado civil, idade ou condição física.

- Escolher se quer ou não ter relações sexuais.

- Expressar livremente sua orientação sexual.

- Ter relações sexuais independentes da reprodução.

- Ter acesso a métodos de prevenção para o sexo seguro.

**Nosso corpo é nossa primeira forma de estar no mundo.**

Com ele, experienciamos tudo da nossa vida. Por isso, temos direito de nos conhecer e conhecer as possibilidades de cuidado que existem para os diferentes corpos e então escolher a que mais combina com a gente!

## **Você sabe o que são Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs)?**

**São infecções causadas por vírus, bactérias ou outros microrganismos.** Elas são transmitidas, principalmente, por meio do **contato sexual** (oral, vaginal, anal) **sem o uso de preservativos**, com uma pessoa que esteja infectada. A transmissão pode acontecer, ainda, da mãe para a criança durante a gestação, o parto ou a amamentação.

**Existem muitas IST  
que não apresentam  
sinais ou sintomas em  
suas fases iniciais.**

**São exemplos de IST:**  
as hepatites virais, o HIV, a Sífilis,  
entre outras. Busque conhecer outras  
**formas de transmissão, sintomas  
e possibilidades de tratamento!**

# **Observe e conheça seu corpo, ele dá sinais e conversa com você!**

**Preste atenção em alterações nos fluidos corporais; dores, incômodos, feridas ou outras alterações nas regiões da prática sexual (cor, textura). Caso identifique algum desses sinais, busque orientações e atendimento em uma unidade de saúde.**

## **Conheça como funcionam os diferentes métodos contraceptivos.**

A Prevenção Combinada associa diferentes métodos de prevenção ao HIV, às ISTs e às hepatites virais (ao mesmo tempo ou em sequência), conforme as características e o momento de vida de cada pessoa. É uma estratégia que faz uso simultâneo de diferentes abordagens de prevenção. Dentre essas estratégias, temos a Profilaxia Pré Exposição (PreP) e a Profilaxia Pós Exposição (PeP), você já ouviu falar sobre elas?

**A PreP** é uma nova medicação de prevenção à infecção pelo HIV. É um comprimido diário, que impede que o vírus causador da AIDS infecte o organismo antes de a pessoa ter contato com ele, protegendo o corpo para que o HIV não se estabeleça e se espalhe.

**A PEP** é uma medicação de prevenção de urgência à infecção pelo HIV, hepatites virais e outras ISTs, que reduz o risco de contaminação. Deve ser utilizada após qualquer situação com risco de contágio, como violência sexual e relação sexual desprotegida. Deve ser iniciada preferencialmente nas primeiras duas horas após a exposição e, no máximo, em até 72 horas. Tem duração de 28 dias.

**O serviço de saúde de referência para Prep e Pep é o Hospital Dia, na EQS 508/509- Asa Sul. Você também pode pedir informações na Unidade Básica de Saúde mais perto de você.**

**Violência sexual** é qualquer ato ou tentativa de ato sexual indesejados, que aconteça por força, coerção ou quando a vítima não tem condições de consentimento (por exemplo se estiver sob efeito de álcool ou outras drogas).

Caso seja vítima de violência sexual,  
**busque ajuda!**

**DEAM** Delegacia Especial de Atendimento  
à Mulher: EQS 204/205 - Asa Sul.

Contatos: Plantão - **3207-6172**

Plantão - **3207-6195**

Plantão (Celular) - 98362-5673

**DEAM II** QNM 2 Conj G (Praça da Estrela)  
Ceilândia Centro - Contato: **32077391**

Realização:



Apoio:



**Mulheres  
em Movimento**  
Building Movements

Informações e doações: [elasnard.com.br](http://elasnard.com.br)