

As mulheres trans têm necessidades de saúde tanto a nível geral como mais específico. Entre as necessidades gerais está a assistência médica básica, incluindo a saúde sexual, tendo em conta a diversidade de identidades de género e as suas expressões, a anatomia, a sexualidade e as práticas sexuais neste coletivo.

MULHERES TRANS E SAÚDE SEXUAL



01 SEXO SEGURO

Falar de sexo seguro ao falar de mulheres trans implica reconhecer que estas mulheres podem ter parceiros/as de qualquer género e com diferentes tipos de corpos. Entre as suas preferências sexuais incluem-se ser o/a parceiro/a recetivo/a ou insertiva no sexo anal, oral ou vaginal.

Em geral, quer tenhas sido submetida a cirurgia ou não, a melhor forma de te protegeres e aos/às teus/tuas parceiros/as sexuais do VIH e das infeções de transmissão sexual (ITS) é usar **preservativos (internos ou externos) e lubrificante para o sexo anal e vaginal, bem como barreiras de látex** (que evitam o contato entre a boca e o ânus ou os genitais) para o sexo oral.

No momento de gerir as diferentes estratégias de prevenção nas relações sexuais deves ter em conta que:

- Se te submeteste a uma cirurgia é possível que se tenha utilizado pele do cólon para reconstruir a vagina, pelo que o risco de contrair uma ITS ou o VIH é maior, uma vez que a mucosa é mais fina que a da vagina. Se a pele usada proceder do pénis e da pele testicular, o risco é menor, mas também há risco de dano.
- O uso do preservativo interno depende da profundidade da vagina.
- A profilaxia pré-exposição (PrEP) frente ao VIH consiste no emprego de fármacos antirretrovirais para prevenir a infeção por este vírus. Esta ferramenta previne com eficácia a infeção quando se segue com precaução a prescrição médica.
- Em Espanha, a PrEP está indicada para determinados coletivos, entre os quais as mulheres trans. É facilitada pelo sistema de saúde público e é gratuita para a pessoa usuária.
- Existem várias pautas no que respeita à toma da PrEP; contudo, no caso das mulheres que fazem um tratamento feminizante, é recomendável a pauta diária. A PrEP não afeta a terapia hormonal.
- Se considerares que estiveste em risco de exposição face ao VIH, podes solicitar no serviço de urgências de um centro hospitalar a profilaxia pós-exposição (PEP).
- A PEP consiste num tratamento com fármacos antirretrovirais administrado durante 28 dias que deve ter início o quanto antes, preferivelmente nas 6 primeiras horas após a exposição ao VIH e sempre antes de transcorridas 72 horas. Tem em conta que alguns fármacos antirretrovirais da PEP podem interagir com o tratamento hormonal.

gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

SUBVENCIONA

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE SANIDAD
MINISTERIO DE SANIDAD DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA SECRETARÍA DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA

FOR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat de Catalunya Agència de Salut Pública de Catalunya
Generalitat de Catalunya Departament de Justícia

Ajuntament de Barcelona ÀREA DE QUALITAT DE VIDA, IGUALTAT I ESPORTS
Diputació de Barcelona ÀREA DE BIENESTAR SOCIAL

COLABORA

ETIS EQUIP DE TREBALL SOBRE MIGRACIÓ I SALUT
Vall d'Hebron eSPIC Equip de salut pública i comunitària



¿TIENES DUDAS SOBRE EL TEMA? PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org

02

REDUÇÃO DO RISCO NAS PRÁTICAS SEXUAIS

Sexo vaginal

- Existe a possibilidade de sangrar, sobretudo se a cirurgia tiver sido recente, pelo que é aconselhável o uso do preservativo (interno ou externo) para proteção das ITS e do VIH.
- A capacidade de lubrificação da tua vagina dependerá do tipo de cirurgia, pelo que é aconselhável utilizar lubrificante à base de água para prevenir uma rotura.
- Depois de usar um dilatador vaginal para esticar a pele da vagina, é recomendável utilizar preservativos nas tuas relações sexuais.

Sexo anal

- Neste tipo de relações podem-se produzir micro lesões na mucosa do reto, que aumentam o risco de contrair ITS ou o VIH. Utiliza preservativo (interno ou externo) e lubrificante à base de água ou de silicone para uma proteção mais eficaz.

Sexo oral

- Ainda que o risco seja baixo, é possível contrair algumas ITS (herpes, sífilis ou gonorreia) ou o VIH (ainda que seja extremamente difícil). O risco aumenta se se produzir uma ejaculação na boca.
- Procura evitar esta prática se tiveres problemas nas gengivas, úlceras, dor de garganta ou te tiverem realizado de alguma intervenção dental recentemente.
- Não é aconselhável procederes à higiene dental ou enxaguar a boca antes de praticares sexo oral, pois pode fazer sangrar.
- Se te tiveres submetido a uma cirurgia, procura não receber sexo oral até estares completamente curada.
- O uso de um preservativo ou uma barreira de látex (que evite o contato entre a boca e os genitais) ajudar-te-á na prevenção das ITS. As barreiras de látex podem ser confeccionadas cortando um retângulo de um preservativo.

Rimming (sexo oral-anal):

- Esta prática acarreta o risco de contrair hepatite A e algumas ITS bacterianas como a gonorreia, shigella ou mesmo o coronavírus SARS-CoV-2. O risco de contrair o VIH é muito baixo.
- Manter uma boa higiene ajuda a reduzir o risco.
- Também se podem usar barreiras de látex como método de prevenção.

Frotage (a fricção dos genitais sem penetração)

- Implica o risco de transmissão de alguns vírus e bactérias como a sífilis, herpes ou verrugas genitais, ou ainda de parasitos como sarna ou piolhos.

Sexo duro

- É aconselhável utilizares um preservativo diferente com cada parceiro/a sexual ou brinquedo sexual.
- Aumentar a vigorosidade pode fazer sangrar ou provocar roturas no ânus, vagina ou boca que podem facilitar a transmissão de ITS, do VIH ou da hepatite C.
- Ao praticar fisting é recomendável utilizar luvas de látex.
- A hepatite C também pode ser transmitida a partir de pequenas gotas de sangue. Por isso, evita partilhar qualquer brinquedo sexual que possa ter vestígios de sangue, incluindo os recipientes de lubrificante.

A DESTACAR:

- Deves sentir-te segura e cómoda nas tuas práticas sexuais. Podes estabelecer os limites com os que te sentires mais satisfeita e consensuar as tuas práticas sexuais com os/as teus/tuas parceiros/as sexuais.
- O pessoal médico ou social que te atender deve fazê-lo com respeito de maneira a oferecer-te o melhor atendimento. Se sentires que não é este o caso, podes apresentar uma queixa ou falar com algum serviço de apoio.
- Se tiveres o VIH precisas de tomar ao mesmo tempo e de forma segura o tratamento antirretroviral e hormonal. É importante que o pessoal médico que te atender saiba que medicação é que estás a tomar (incluindo o tratamento hormonal), uma vez que se podem produzir interações com a medicação antirretroviral.
- Se tiveres o VIH e a tua carga viral for indetetável graças ao tratamento antirretroviral, não poderás transmitir este vírus aos/as teus/tuas parceiros/as sexuais.



¿TIENES DUDAS

SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org