

900 601 601

gl ▼ stop sida  
coordinadora gai-lesbiana

Finlàndia 45, 3r  
08014 Barcelona  
Tel.: 902 120 140

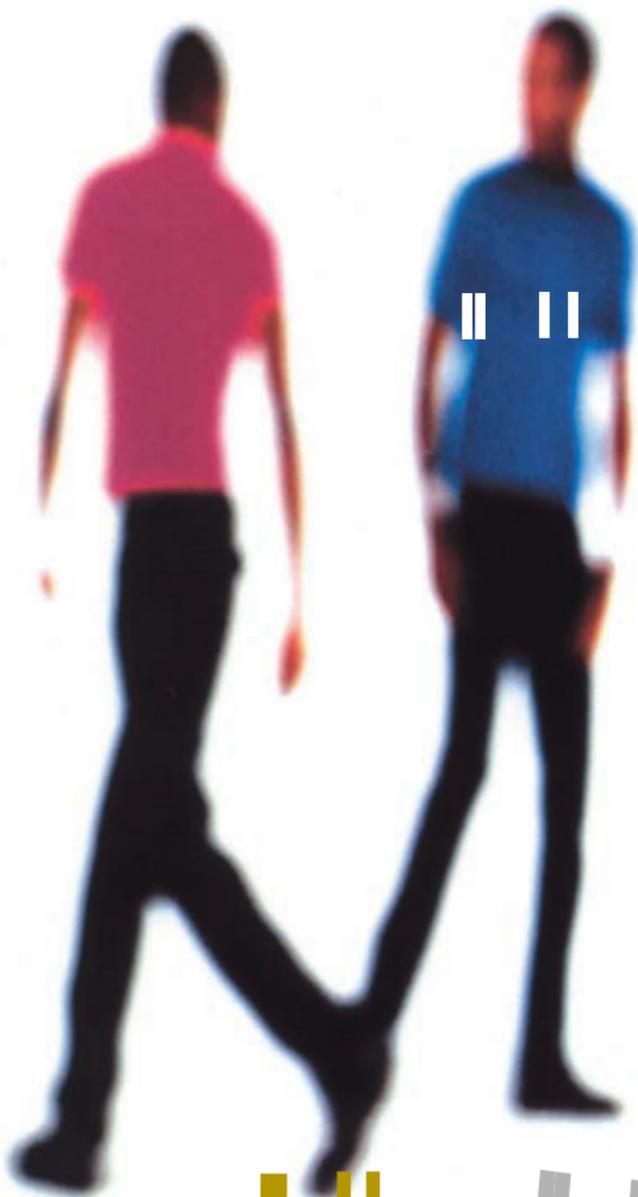
[www.stopsida.org](http://www.stopsida.org)  
[stopsida@stopsida.org](mailto:stopsida@stopsida.org)

Con la colaboración del  
**Ministerio de Sanidad y Consumo**

Nuestro agradecimiento a la  
**asociación Terrence Higgins Trust**  
y a la **Red Europea GAP**



No supongas  
nada





# ¿Te sientes tan seguro como te gustaría?

**Queremos** sentirnos seguros.  
Pero a veces follamos sin condón.  
En ese momento podemos sentirnos bien y seguros.  
Pero ¿cómo nos sentimos después?

**“¿tiene el VIH? ... ¿lo tengo yo?”**

Estamos haciendo suposiciones.  
Nos estamos equivocando.

¿Cómo aprender del pasado?  
¿Cómo evitar que ocurra otra vez?



“**e**spero que él no sea seropositivo.  
Muchos gays no lo son”

“**s**oy VIH negativo y yo soy el que  
penetra; eso es suficientemente seguro”

“**n**o llegará a correrse; la sacaré antes”

“**e**staba demasiado bebido para evitarlo”

“**c**uando me he hecho la prueba siempre  
me ha dado negativo, creo que ya no  
voy a infectarme”

“**m**uchos de mis amigos ya son  
seropositivos; probablemente lo acabaré  
cogiendo de todos modos”

“**e**l VIH no es siempre tan infeccioso.  
Sólo una vez no es suficiente para  
infectarse”

“**e**l VIH ya no es tan serio como antes.  
Dicen que la curación no está tan lejos”

“**s**i me pongo la goma me corto y pierdo  
mi erección”

“**e**stoy en tratamiento con los nuevos  
fármacos del VIH; probablemente ya no  
puedo transmitirlo”

“lo haré solo una vez.

Solo quiero saber lo que se siente al follar sin condón...”

“**p**arar ahora para ponerme el condón lo estropeará todo”

“lo quiero. Quiero compartirlo todo con él. No me importa lo que pase.”

“**c**uando voy muy rallado no puedo parar”

“**p**robablemente ya he cogido el VIH, he follado sin condón muchas veces antes”

“**e**s muy joven e inexperto, seguro que no corro riesgo, y es tan guapo...”

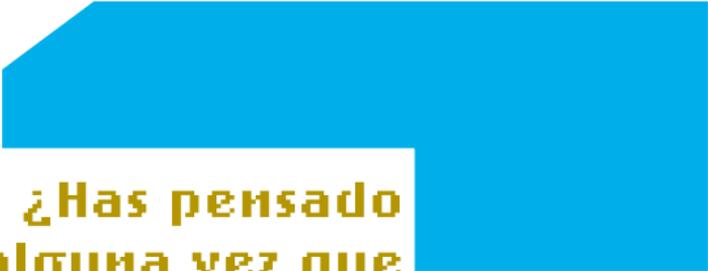
“**s**oy seropositivo; él debe serlo también. Si fuera seronegativo seguro que hubiera hablado del condón“

“**e**stá tan bueno... no puedo imponerle el condón o lo perderé”

“**s**omos novios. Y ya hemos follado sin condón. ¿Qué sentido tiene utilizarlo ahora?”

“**é**l me lo diría si tuviera el VIH, ¿no?”





## ¿Has pensado alguna vez que puedes estar infectado?

“Creo que esto no es algo de lo que pueda hablar con mis amigos. Pero a veces, no muy a menudo, acabo follando sin condón. Me preocupó después, pero cuando me hice la prueba di negativo. De todas maneras, si él estuviera infectado, me daría cuenta ¿no?

Hace poco, con un chico, yo quería follar sin goma. Le dije que no pasaba nada, porque yo era seronegativo. Pero él insistió para que usáramos condón. Después dijo que no quería correr ningún riesgo. Me preguntó que por qué había de crearme y cómo estaba yo tan seguro de mí mismo. No me gustó oír eso. Todavía pienso en ello. Hace mucho de mi última prueba y me parece que no estoy totalmente seguro. ¿Soy seronegativo todavía?”.



Si tu última prueba dio negativo, es fácil pensar y comportarse como si todavía fueras seronegativo. Incluso si te la hiciste hace algunos años. Incluso si desde entonces has follado sin precauciones. Cuando se trata del VIH muchos hombres tienden al optimismo. Creer que eres seronegativo hace que follarse sin precauciones sea más fácil.

No es fácil hacer frente a la realidad. - ¿Has corrido riesgos? ; ¿puedes realmente estar seguro de que no te has infectado?-. Quizás eres todavía seronegativo. Quizás no. Tu última prueba de VIH puede que no signifique nada si no estás haciendo sexo más seguro. La pregunta es: ¿tienes el VIH ahora?.

Saber con seguridad que eres seropositivo por medio de la prueba del VIH hace posible que puedas tomar decisiones importantes para tu salud. Hablarlo con alguien que esté familiarizado con la prueba del VIH puede ayudarte a decidir si podrías enfrentarte al resultado, sea cual sea.



## Ámale. confía en él

“En nuestro primer encuentro hablamos un poco sobre el VIH y nuestro pasado. Ambos estábamos muy seguros de que éramos seronegativos. Él había salido seronegativo en una prueba 4 años antes. Yo nunca me había hecho la prueba. Al principio usamos condones para estar del todo seguros. Después, una noche en las vacaciones follamos sin condón, nos preocupamos, pero con el tiempo nos calmamos. Hacerse la prueba parecía un mal rollo (y nos daba un poco de miedo).

**Pero no  
supongas  
nada!**

Nos convencimos mutuamente de que estábamos bien. Y que si uno de nosotros tenía el VIH, asumimos que ambos lo tendríamos ahora”.

“Ya lo habíamos hecho una vez y pensamos que era demasiado tarde. Acabamos practicando sexo cada vez menos seguro (sin pensar verdaderamente en los riesgos). Ahora he oído que un antiguo novio es seropositivo y realmente tengo miedo. Me doy cuenta de que podría estar infectado. Ha sido duro para ambos, pero hemos decidido hacernos la prueba juntos. No puedo creerme que hayamos sido tan inconscientes y nos hayamos arriesgado tanto.”

## Nunca hemos hablado de ello

Muchos hombres se infectan en su relación de pareja. Quizás, después de un tiempo juntos, crees que lo conoces bien, y te sientes más seguro con él que con un rollo de una noche. En pareja el condón parece menos importante. Pero igual que con un rollo ocasional, ¿cómo puedes estar realmente seguro de su estatus del VI





Quizás has follado sin precauciones una vez. ¿Supones que ya es demasiado tarde, que ya no merece la pena volver a usar el condón?, ¿usas esta situación como excusa para dejar los condones?. Incluso si uno de los dos fuera seropositivo, el otro no siempre se infecta. La única manera de asegurarse es haciéndose la prueba.

Esta pareja supuso que era correcto dejar de usar condones sin realmente pensar o reflexionar. Si ambos reciben el mismo resultado de la prueba, quizás entonces puedan plantearse no usar condones. Pero necesitarás pensar seriamente y hablar mucho. ¿Qué pasa si recibís resultados diferentes? ¿la tuya es una pareja abierta o cerrada?, ¿qué pasa con el sexo con otros hombres?. Necesitarás un claro compromiso, completa honestidad y confianza. Hay muchas preguntas. Muchas parejas eligen continuar usando condones como la opción más segura.





# Sé que soy seropositivo pero NO depende de mí

“¿Se lo digo a los tíos con los que me lío? A veces lo hago. Pero después de algunas de las reacciones con las que me he

encontrado... me pregunto a mí mismo -¿por qué molestarme?- Si quiere follar sin condón... supongo que ellos son seropositivos también. Creo que muchos hombres seropositivos piensan así.

Si me encuentro con alguien que va a los mismos sitios que yo, se lía con el mismo tipo de hombres, y después no nombra el condón, supongo que también es seropositivo. Algunas veces cuando estoy hablando a un tio quizás aclaro que tengo el VIH. Quizás no lo digo en voz alta, pero ya sabes, supongo que él leerá entre líneas sin que yo tenga que deletreárselo. Quiero decir, el sexo más seguro, ¿no tiene que ver tanto con él como conmigo? Yo no puedo leer la mente. Yo no puedo ser siempre el que esta pendiente de que usemos condón”

Por eso ambos follan sin condones. Ambos suponen que el otro tiene el mismo estatus de VIH. Ambos creen que es seguro. Pero ambos se equivocan. Se necesitan dos para que el VIH se transmita.

Tanto el hombre con VIH (si sabe que es seropositivo o no) como el hombre no infectado pueden prevenirlo. Y si ambos ya tienen el VIH, entonces follar sin condón podría desembocar en una reinfección. La decisión del sexo más seguro es cosa de dos.

Hay todo tipo de razones por las que no le decimos a los demás si tenemos el VIH o no. Es nuestra decisión. ¿Piensas que todo el mundo con VIH lo dice?. Algunos ni siquiera sabemos que estamos infectados. ¿Supones que los hombres no infectados siempre sugieren usar el condón?. Todos podemos implicarnos en prevenir el VIH.

**NO SUPONGAS NADA.**

### **¿Prácticas sexuales no seguras?**

Piénsalo seriamente.

Habla más sobre ello.

Toma decisiones claras.

**A Coruña.** CASCO. 981 14 41 51  
**Albacete.** ALVAS- Asc. por la libertad de vida afectivo-sexual. 967 50 88 60  
**Bilbao-Bilbo.** Asociación T4. 944 22 12 40  
**Cádiz.** COLEGA-Colectivo de lesbianas y gays. 902 11 89 82  
**Cádiz.** ARCADIA. 956 21 22 00  
**Cádiz POSITIVA** 956 28 77 52  
**Cartagena.** CASMU. 968 52 18 41  
**Castellón.** CASDA-Asoc. Ciudadana contra el Sida. 964 21 31 06  
**Córdoba.** Asoc. CONVHIDA. 957 43 03 92  
**Gijón.** Comité Ciudadano Antisida de Asturias. 985 33 88 32  
**Granada.** Comité Ciudadano Antisida de Granada. 958 52 13 52  
**Granada.** NOS-Asoc. Andaluza de lesbianas y gays. 958 20 06 02  
**Huelva.** COLEGA-Colectivo de lesbianas y gays. 959 28 49 55  
**Huelva.** Comité Antisida de Huelva. 959 15 24 27  
**Huesca.** Centro de Prevención del sida o Cambalache. 974 24 64 51  
**La Laguna-Tenerife.** UNAPRO. 901 51 20 35  
**Las Palmas.** Amigos contra el sida. 928 29 16 84  
**León.** CCASLE-Comité Ciudadano Antisida de León. 987 23 56 34  
**Logroño.** Comisión Ciudadana Antisida de la Rioja. 941 25 55 50  
**Lugo.** Comité Ciudadano Antisida de Lugo. 982 24 45 60  
**Madrid.** COGAM-Colectivo de lesbianas y gays de Madrid. 91 523 00 70  
**Málaga.** ASIMA-Asoc. Ciudadana Antisida de Málaga. 952 60 17 80  
**Maspalomas.** Amigos contra el sida. 928 76 48 49  
**Murcia.** CASMU-Comité Ciudadano Antisida

Región de Murcia. 968 28 88 31  
**Oiartzun-Guipúzcoa.** Asoc. Antisida Harri-Beltza. 943 49 35 44  
**Oviedo.** Xente Gai Astur. 985 22 40 29  
**Palencia.** Comité Ciudadano Antisida de Palencia. 979 74 94 51  
**Palma de Mallorca.** BEN AMICS-A.Gai i Lesbianas de les Illes Balears. 971 72 30 58  
**Palma de Mallorca.** ALAS-Asoc. de lucha Antisida de Mallorca . 971 71 55 66  
**Pamplona.** SARE. 948 17 72 44  
**Pamplona.** Comisión Ciudadana Antisida de Navarra. 948 21 22 57  
**Ponferrada.** Asoc. CARACOL. 987 40 25 51  
**Puertollano.** Comité Antisida de Puertollano. 926 41 01 42  
**Santander.** ALEGA-Asoc. de Lesbianas y Gais de Cantabria. 942 03 80 00  
**Santander.** ACCAS-Asoc. Ciudadana Cántabra Antisida. 942 31 32 32  
**Santiago de Compostela.** Comité Ciudadano Galego Antisida. 981 57 34 01  
**Tomelloso.** AMHO-Amigos Homosexuales C. La Mancha. 926 51 08 16  
**València.** Col·lectiu Lambda-Stop Sida. 963 91 32 34  
**València.** AVACOS. 963 34 20 27  
**Valladolid.** Comité Ciudadano Antisida de Valladolid. 983 35 89 48  
**Valladolid.** Fundación Triángulo. 983 39 54 94  
**Vitoria.** Comisión Ciudadana Antisida de Alava. 945 25 77 66  
**Zamora.** Comité Antisida de Zamora. 980 53 31 89  
**Zaragoza.** LYGA-Lesbianas y Gais de Aragón. 976 39 55 77  
**Zaragoza.** Asociación OMSIDA. 976 37 01 97

