



## **CONOCETE, CULTIVATE Y SE FIEL A TI MISMO**

### **Conócete**

Muchos antes que la epidemia del VIH/SIDA llegara al “ambiente” ya las violaciones a los derechos humanos de los gay era una realidad violenta, cruel y oculta. La opresión y represión generada por la discriminación, estigma y negación permitió y aún permite que la libre orientación sexual sea un asunto aun no comprendido por la sociedad, familia, justicia, democracia y los propios gay. Por ello, actualmente una débil y desarticulada comunidad, todavía soporta la vergüenza, los embates de la policía, la extorsión, la indiferencia, la tortura, el asesinato, los maltratos de los circuitos comerciales y desde hace un tiempo la epidemia del sida con su dolor y enfermedad.

Cuando se hace referencia a los derechos humanos de los gay se están esgrimiendo aquellas garantías y libertades contenidas en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, que en su artículo 19 dice que el Estado garantizará a toda persona el principio de la progresividad y sin discriminación alguna, el goce y el ejercicio irrenunciable, indivisible e interdependiente de los derechos humanos. O lo que es lo mismo, todos los derechos individuales, sociales, culturales y políticos también son de las personas gay, léase: igualdad ante la ley, libre tránsito, vida privada, seguridad personales, libre desenvolvimiento de la personalidad, salud, trabajo, educación, libre asociación y todos los inherentes a la condición de ser humano.

Quiere decir, que no se requieren de leyes especiales para la protección de los derechos humanos de las personas homosexuales pues el conjunto de derechos, garantías y libertades es un bien de todos (as) los (as) ciudadanos (as) que viven en Venezuela. Ciertamente lo contenido en la Constitución y en las leyes de la República no opera automáticamente, es menester que cuando se produzcan violaciones o amenazas de violación a los derechos humanos de los gay, bien sea individual o colectivamente, se utilice la legislación existente y se concurra a las instancias correspondientes, pues mas allá de los prejuicios

es mucho lo que estas movilizaciones pueden lograr en el campo del reconocimiento de los derechos fundamentales y consolidación de una comunidad.

El Defensor del Pueblo en declaraciones dadas a El Universal el 26 de diciembre de 2000, con relación a la situación de los homosexuales en Venezuela, afirmó: “Pienso que es un sector importante al que se excluye... Es bueno que la sociedad se organice. Si ellos (los homosexuales) se organizan maravilloso. ¿Porqué no van a tener derechos?. Si como organización tocan a mi puerta, se las voy a abrir.

Entonces las puertas están abiertas, sólo queda que los gay “salgan del closet” y organizados denuncien los constantes atropellos a sus derechos humanos.

Toca también afrontar la epidemia del VIH / Sida como una cuestión de derechos humanos. Se debe entender que siendo la comunidad homosexual el grupo más afectado de Venezuela varias son las acciones que corresponde emprender y mejorar. Una, demandar el derecho a la información que se vincula con programas adecuados de prevención adaptados a las necesidades y realidades de los hombres que tienen sexo con hombres, y otra ejercer nuestro derecho a la participación ciudadana para el mejoramiento de los programas de atención y acceso a tratamientos, que actualmente implementa el Ministerio de la Salud y Desarrollo Social y la Seguridad Social.

No se puede permitir que las autoridades continúen utilizando la epidemia como un justificativo para cometer atropellos contra las personas homosexuales, porque no es por la orientación sexual que se es susceptible a la infección por VIH/Sida, es por la condición de ser humano, y más bien lo que coopera enormemente en la expansión de la epidemia en la comunidad gay son: discriminación, estigma y negación.

*Edgar Carrasco*  
*Coordinador General ACCSI*

## **Cultívate**

Antes de que se notificaran los primeros casos de SIDA en los años 80, la diseminación de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) entre la gente gay en el ámbito mundial era una realidad frecuente y muy diversa. El herpes genital, al sífilis, hepatitis C y la gonorrea constituían problemas de salud pública importantes, pero controlables dada la medicación existente. Con la aparición del VIH/SIDA la situación reviste caracteres de gravedad, por la alta

de mortalidad y la complejidad clínica para tratar las enfermedades oportunistas. Esta preocupante situación lleva a una toma de conciencia y al desarrollo de campañas de prevención para la infección por VIH y otras ITS, que se han entrado en el llamado "sexo seguro", el cual se basa en la promoción de una sexualidad responsable, el uso del condón y lubricantes. Sin embargo, en Venezuela los gays continúan siendo las personas más afectadas. Un reciente informe del Programa Nacional de ITS/SIDA del Ministerio de Salud y Desarrollo Social revela que de cada 100 casos de SIDA notificados, 51 son personas homosexuales.

Hoy en día con la aparición de los antirretrovirales (ARV), las llamadas enfermedades oportunistas son más controlables y la tasa de mortalidad por SIDA ha descendido considerablemente, sobre todo, en países en donde estos medicamentos (ARV) están disponibles a través de los programas públicos de salud. Es decir, se puede vivir con el VIH/SIDA, como el caso de las personas con diabetes, pero es bueno recordar que nos encontramos ante una situación crónica, aún sin cura y que lo mejor es la prevención para evitar la infección por VIH. Ahora más que nunca, en esta etapa de cronicidad del SIDA debemos atender la prevención para evitar:

1. Que más gente se continúe infectando.
2. Las re-infecciones, cuestión a atender en aquellos que ya viven con VIH/SIDA
3. La transmisión de virus que se pueden hacer resistentes a las terapias existentes
4. El consumo de los antirretrovirales, que requieren una rígida disciplina (ADHERENCIA), para el cumplimiento de sus efectos en el sistema inmunológico y el descenso de la replicación viral.

Muy especialmente las personas gays deben estar atentas a las ITS y al VIH/SIDA, sobre todo aquellas que están activas sexualmente, pues por lo general un diagnóstico de una ITS se relaciona con la presencia del VIH. Actualmente, las ITS más frecuentes continúan siendo el herpes genital, la sífilis, la gonorrea, las hepatitis B y C, y el condiloma o VPH, las cuales se transmiten por las relaciones sexuales anales y urogenitales, para evitarlas debemos acudir frecuentemente a los médicos especialistas, para prevenirlas y/o tratarlas adecuadamente. El uso de condones y lubricantes en las relaciones sexuales garantiza relaciones seguras y placenteras.

Hay que vencer los miedos y temores relacionados a la infección por VIH, para así poder actuar fuerte y con PREVENCIÓN. La gente gay debe informarse y estar abierta a recibir la información, sin tabúes ni prejuicios. Reiteramos que se tiene que acudir al médico frecuentemente y tener en cuenta que se está expuesto a la infección mientras estamos activos sexualmente. Se debe actuar

con PREVENCIÓN, en vez de tener que decir posteriormente “yo creía que esto no me ocurriría a mí”.

Los gays deben ser fieles a sí mismos, sabios, inteligentes y convertirse en verdaderos agentes de la salud sexual, cuidándose y cuidando a los otros con los que mantienen relaciones sexuales.

## **Y sé fiel a ti mismo**

Alegría, música luces de colores y hombres bailando. Unos tiernamente abrazados, otros seduciendo a otros observan un video que muestra a varios hombres vestidos de policías manteniendo un ardiente sexo. Musculosos y hermosos cuerpos se entrelazan y fusionan en uno solo. La sensual danza de las sombras nos indica lo que está sucediendo entre ellos. Al final, los hombres se dispersan, cada quien sigue en lo suyo, se termina la magia.

En los baños, la barra, los videos y las paredes de la disco no se transmite la importancia y las ventajas sobre el sexo seguro entre los hombres que tenemos sexo con hombres. La información sobre sexo seguro no existe en los bares, tascas, discotecas, fiestas privadas, saunas y cuarto oscuros. Nosotros los gays debemos conocer la información básica sobre el VIH/SIDA, sus modos de transmisión y las formas de cuidarnos, pues que muchos de nosotros somos VIH+, tenemos amigos, parejas, vecinos, compañeros de trabajo y hasta conocidos que son portadores del VIH. Entonces nos preguntamos si sabemos las consecuencias de tener VIH o SIDA ¿por qué no hacemos mucho para prevenirnos y proteger a los demás?

El ser gay no es solamente que nos gusten las personas del mismo sexo, el disfrutar de placeres y plenas libertades, el mantener relaciones afectuosas con nuestros seres más allegados, pareja, amigos y conocidos. Es también mantener una actitud de dignidad, de solidaridad y de respeto hacia nosotros mismos como individuos, como comunidad y como miembros de la sociedad. Ser gay es asumir nuestra responsabilidad como seres humanos con los mismos derechos y deberes de todas las personas.

La represión y exclusión sexual, la ausencia de educación sexual, la homofobia, los atropellos policiales y la pasmosa pasividad de nuestra comunidad para ejercer la ciudadanía, son algunos de los factores que producen nuestra vulnerabilidad ante el VIH/SIDA, y a la que nosotros los gays no le damos su importancia.

Por ello se hace necesario que los gays demos respuestas efectivas y adecuadas a nuestra realidad, a la epidemia del VIH/SIDA. ¿Cómo hacerlo?, es muy fácil y lo mejor de todo, que no tienes que dejar de hacer lo que tanto te

gusta. Utiliza tu ingenio y creatividad. SOLO DEBES PROTEGERTE Y EVITAR TENER CONTACTO CON EL SEMEN, LIQUIDO PRESEMINAL Y LA SANGRE. Recuerda que el VIH se encuentra en la saliva, sudor y lágrimas en cantidades muy mínimas, lo que se hace imposible su transmisión por esta vía. Así mismo el VIH no se transmite por las picaduras de los insectos, usar los mismos vasos, platos, cubiertos, ropa de cama y baños. Utiliza TU ASTUCIA E INTELIGENCIA.

**SEXO ANAL:** Cuando mantengas relaciones sexuales con penetración, usa un solo condón de latex cada vez. Evita utilizar doble condón, ya que pueden romperse. No penetres ni te dejes penetrar sin condones de látex. No permitas que tu semen, liquido preseminal y sangre entren en el cuerpo de tu pareja sexual, ni permitas que el semen, líquido preseminal ni la sangre de tu pareja sexual entren en tu cuerpo.

**SEXO ORAL (felatio):** No acabes ni permitas que te acaben en la boca. En el mercado existen condones y gelatinas de ricos y variados sabores.

**CUNNILINGUS (lamer el ano):** Te recomendamos hacerlo o que te lo hagan solo por la superficie externa del ano. Evita realizarlo de forma directa, ya que puedes tener contacto con fluidos corporales potencialmente infectantes. Recomendamos utilizar el látex del condón o plástico para envolver.

**PENES ARTIFICIALES, DILDOS O VIBRADORES:** Evita compartirlos con tu pareja sexual. También debes utilizarlos con condón de latex cuando los compartas

**PENETRACION CON EL PUÑO (la mano):** Se debe utilizar guantes de látex con suficiente lubricante o base de agua. Esta práctica tiene grandes posibilidades de producir desgarramientos en el ano (sobre todo si se hace con violencia), pudiéndose contraer infecciones de transmisión sexual, entre ellas, el VIH.

**SEXO SEGURO:** Besarse, darse masajes, acariciarse, masturbarse y cualquier fantasía sexual que se te ocurra son prácticas seguras, siempre y cuando no tengan contacto con el semen, la sangre y otros fluidos corporales (orina y heces).

**DROGAS ENDOVENOSAS:** Usa jeringas o inyectadoras desechables. No las intercambies con otras personas. Limpia tus jeringas con una solución de cloro y agua en partes iguales y varias veces, para evitar riesgos de infección por VIH.

**LUBRICANTES:** Sólo utiliza los que son elaborados a base de agua. Evita los aceites, vaselina, lociones y cremas a base de petróleo, ya que pueden romper el latex del condón.

Como bien conoces, aún no existe cura ni vacuna contra el VIH/SIDA, tan sólo se ofrece un complejo tratamiento que detiene la acción del VIH en las células del sistema inmunológico, permitiendo que las personas estén asintomáticas (sin síntomas) por muchos años.

Si realmente deseas ser un hombre gay libre, aumenta tus conocimientos en materia de VIH/SIDA, intercambia información con tus amigos, tu pareja y tus conocidos sobre este importante problema de salud pública. Incorpora las recomendaciones que aquí te ofrecemos a tu vida cotidiana.

Todavía ser gay es todo un desafío ante la sociedad. Para ser libre es necesario respetarse, respetar a los demás y vivir con dignidad. Entiéndelo sin miedos, como un asunto tuyo y de nuestra comunidad. Conócete, cultívate y se fiel a ti mismo.

Detengamos el VIH y el SIDA en nuestra comunidad

*Alberto Nieves*  
*Coordinador MIPA de ACCSI*  
*Acción Ciudadana contra el Sida*