

**¡AL FIN UN FOLLETO
QUE NO ME EXPLICA
CÓMO PONER
UN PRESERVATIVO!**

**AL FIN UN FOLLETO
QUE ME HABLA!**

CAMPAÑA GRÁFICA DE PROMOCIÓN DE SALUD
PARA LESBIANAS, GAYS, BISEXUALES Y TRANS

MUJERES LESBIANAS Y BISEXUALES

**SIETE COSAS QUE LAS LESBIANAS
DEBERÍAMOS DISCUTIR CON
NUESTRO EQUIPO DE SALUD**

Servicio:



asesalud



Publicado con apoyo de Programa Global de
Aseguramiento de insumos de SSyR (UNFPA).

1. Visibilidad

Antes que nada, sacá a tu salud del closet. Quien te atiende debe saber que sos lesbiana o bisexual. Es un dato importante que hará que pueda brindarte una mejor atención, más sensible a tus intereses y necesidades

2. Prevención de ITS

Las mujeres que tenemos sexo con mujeres no estamos libres de contraer Infecciones de Transmisión Sexual (ITS). Las formas de prevención son distintas según la práctica sexual, y la mayoría pueden resolverse o tratarse si se detectan a tiempo. Pero si no hablamos con el equipo de salud sobre los métodos de barrera, o tardamos en consultar podemos perdernos de disfrutar nuestra vida sexual, o exponernos al cáncer genital.

3. Consulta ginecológica

Es importante ir regularmente a la consulta con ginecólogo/a o médico/a de familia y solicitar el Papanicolau (PAP) al menos cada dos años. Así podremos, por ejemplo, detectar a tiempo el Virus del Papiloma Humano (HPV), que puede aumentar el riesgo de desarrollar cáncer de cuello de útero.

4. Cuidado de las mamas

Examinar nuestras mamas una vez al mes e ir a la consulta para un examen clínico son algunos de los cuidados que necesitamos. Las mujeres que no hemos amamantado tenemos mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama. La mamografía está recomendada para algunas mujeres, de acuerdo a su edad y antecedentes familiares. Consultá a tu equipo de salud.

5. Vida sin violencia

En una pareja de mujeres también puede existir violencia doméstica y/o de género. Si la estás viviendo, es importante que tu equipo de salud lo sepa. También podés acudir a alguna de las Comunas Mujer que existen en Montevideo, o a las oficinas del Ministerio de Desarrollo Social (MIDES) para asesoramiento de víctimas de violencia doméstica (en todo el país). Podés asesorarte telefónicamente al 0800 4141, o buscar apoyo en el Colectivo Ovejas Negras comunicándote con el 092962532. Animate. Hablalo.

6. Salud mental

La discriminación nos vuelve más proclives a la depresión y la angustia. Animate a hablarlo. En tu servicio de salud hay profesionales que pueden ayudarte, y orientarte si sentís que estás siendo discriminada en tu trabajo, familia o centro de estudios. Eso sí, no aceptes que te ofrezcan terapias de "cura" de tu homosexualidad (en este caso podés denunciar al Ministerio de Salud Pública y al Colectivo Ovejas Negras), ni que trate este aspecto como el único relevante o problemático. Si sentís que tu terapeuta cuestiona tu orientación sexual, PLANTEALO.

7. Reproducción asistida y adopción

Las leyes de nuestro país permiten que ambas sean accesibles a las mujeres independientemente de su orientación sexual y estado civil. También puede ser que convivas con un/a niño/a y vos o tu pareja quieran regularizar la adopción. O puede que ambas quieran adoptar. Dentro del equipo de salud hay profesionales que pueden orientarte para cada caso.

Fuente: Katherine A. O'Hanlan, MD, Former President, GLMA, Co-Founder, Lesbian Health Fund, Gynecologist, Portola Valley, CA.
www.glma.org

Las personas lesbianas, gays, bisexuales y trans tenemos derecho a la salud, al igual que todas y todos quienes vivimos en Uruguay.

Las instituciones y organizaciones que editan este folleto realizan talleres y capacitaciones con equipos de salud para que las/os profesionales conozcan y puedan atender nuestras necesidades específicas. Nos toca a nosotras/os plantear abiertamente nuestra orientación sexual e identidad de género en la consulta.

iSaquemos a nuestra salud del closet!

Garantizar y promover el acceso a la salud es tarea del Estado, pero además responsabilidad de todos y todas.

Si no sos gay, lesbiana, bisexual o trans pero tu hija, tu hermano, tu amiga, o alguien cercano a ti lo es, comparte esta información con ella/él.

RECORDÁ:

Tanto en los Servicios de Atención al Usuario de cada centro como llamando al

0800 4444

podés asesorarte y denunciar una atención incorrecta en cualquier centro de salud público o privado del país (NÚMERO GRATUITO).

Elaborado por el Colectivo Ovejas Negras



www.ovejasnegras.org