



Aggiornamento delle regole del safer sex

Perché nuove regole del safer sex?

Negli ultimi anni, i messaggi del safer sex sono diventati più complessi: safer sex, infatti, non significa più solo prevenzione dall'HIV, ma comprende anche messaggi sulla prevenzione di altre infezioni sessualmente trasmissibili (IST). I progressi della medicina, inoltre, hanno ampliato le possibilità di proteggersi da un contagio da HIV (p. es. la profilassi pre-esposizione, PrEP). Infine, sono state fatte recenti scoperte scientifiche nel campo dei rischi di contagio. Tutte queste motivazioni dimostrano che il safer sex è diventato più individuale. L'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) punta quindi a fornire alla popolazione messaggi utili a livello individuale.

Solo due regole del safer sex, ma in compenso arriva il safer sex check

Ora le regole del safer sex saranno solo due:

1. Sesso vaginale e anale con il preservativo.
2. E perché ognuno/-a lo ama a modo suo: fai ora il tuo safer sex check personale su lovelife.ch.

La prima regola del safer sex che raccomanda l'uso del preservativo in rapporti vaginali e anali è sempre valida: i preservativi, infatti, restano una protezione affidabile ed economica contro l'HIV, e diminuiscono inoltre il rischio di contagio da altre IST.

Tutte le altre raccomandazioni in merito al safer sex da ora vengono comunicate individualmente grazie al safer sex check.

Che ne è delle altre due regole che erano state proposte sinora?

Sperma e sangue

La seconda regola che sinora raccomandava di evitare il contatto di sangue e sperma con la bocca era stata pensata per proteggere dall'HIV. Tale regola, ad oggi, fornisce un'idea sbagliata di sicurezza perché non mette in guardia da altre IST che si possono contrarre con il sesso orale anche senza il contatto con sperma o sangue. Inoltre, il pericolo di trasmissione dell'HIV tramite sperma e sangue a contatto con la bocca è meno elevato di quanto si pensasse un tempo. Il messaggio introdotto ora dal check è che il rischio di trasmissione di questo tipo di infezioni c'è, ma si tratta normalmente di IST curabili, che ad ogni modo è importante riconoscere in una fase precoce.

In caso di sintomi nell'area genitale, subito dal medico

Invece che suggerire una visita medica al manifestarsi dei sintomi, come indicava la terza regola sinora, ora il consiglio di consultare uno specialista e di considerare IST e relativi test è rivolto a tutte le persone che cambiano partner sessuale. I sintomi nell'area genitale, infatti, non sono un indizio affidabile di una IST. Infatti, ciò che aumenta in modo decisivo la possibilità di contrarre una IST è il cambiamento di partner sessuale. Ecco quindi che sottoporsi a consulenze e test alla luce delle proprie abitudini sessuali diventa importante tanto quanto prestare attenzione a eventuali sintomi.

Sintomi influenzali

Cionondimeno, febbre e altri sintomi influenzali in seguito a un rapporto a rischio possono essere un importante indizio di un'infezione da HIV allo stadio iniziale. Ciò deve essere tenuto a mente in particolare dagli uomini che hanno rapporti omosessuali non protetti come anche dalle persone che hanno avuto rapporti non protetti in viaggio o con partner che provengono da Paesi in cui l'HIV è molto diffuso. Riconoscere l'HIV precocemente ha un'importanza cruciale. Prima una persona che ha contratto di recente l'HIV inizia una terapia, meglio è per il decorso della malattia, tanto più che una volta che è in trattamento con la terapia giusta, nessuno può più contrarre il virus da lei.

Il safer sex check

Il safer sex check è uno strumento online disponibile all'indirizzo www.lovelife.ch, ma può essere incluso anche in altri siti. Grazie al check online vengono diffuse raccomandazioni sul safer sex in modo anonimizzato, comprensibile e personalizzato. Dopo aver risposto ad alcune domande sulla propria vita sessuale, alla fine del check l'utente riceve delle raccomandazioni sul safer sex personalizzate che lo istruiscono su come proteggersi al meglio dal contagio da HIV o da altre IST.

Nel safer sex check vengono presentate tutte le categorie di raccomandazioni rilevanti per la protezione: protezione attraverso il preservativo e le vaccinazioni, informazioni su pratiche sessuali potenzialmente a rischio, colloqui di consulenza con esperti sull'HIV e altre IST e test. Le raccomandazioni personalizzate possono essere stampate come promemoria ed essere usate come spunto per un colloquio di consulenza.

In caso di novità nella propria situazione personale, che si tratti di un cambiamento di pratiche sessuali o di partner, è importante rifare di nuovo il check. Solo in questo modo, infatti, ci si può assicurare che le raccomandazioni siano sempre aggiornate rispetto alla propria situazione attuale.

Materiale informativo

Per informare i pazienti e la clientela presso studi medici, servizi specialistici, centri di consulenza, ma anche farmacie e drogherie, l'UFSP mette a disposizione il seguente materiale divulgativo: un manifesto di piccole dimensioni e un dispenser di opuscoli della grandezza di una carta di credito. Questo materiale può essere ordinato gratuitamente all'indirizzo: www.pubblicazionifederali.admin.ch > Campagne > Prevenzione HIV/STI- LOVE LIFE

Strumento di informazione del partner

Nel caso in cui venga accertata un'infezione sessualmente trasmissibile è importante che il paziente affronti questa tematica con i suoi partner sessuali. Le persone coinvolte possono trovare informazioni e materiale di supporto all'indirizzo: www.lovelife.ch/it/hiv-co/partnerinfo/. Si possono inoltrare informazioni al proprio partner comodamente con i moduli o per e-mail, in modo personalizzato o anonimizzato.

