

GUÍA

práctica

¿Puedes contagiarte de
SARS-Cov-2 al tener
Relaciones Sexuales?



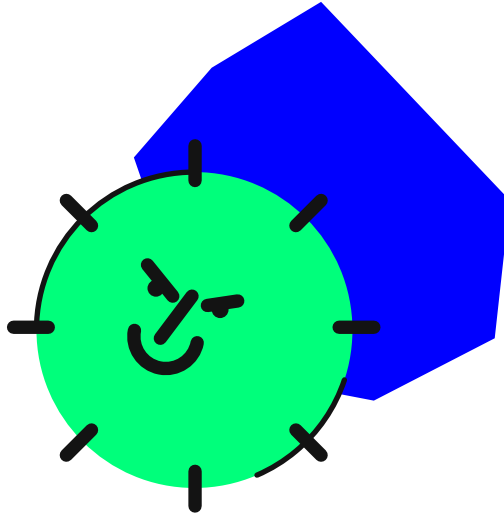
SÁCATSE LA
DUDA



GUÍA

práctica



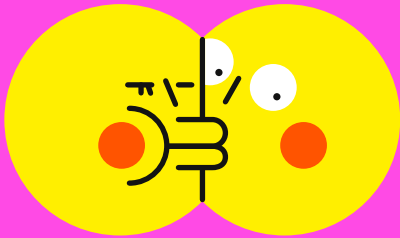


¿Puedes contagiarte de COVID 19 al tener **Relaciones Sexuales**? ?

Lo primero que debes saber es que la COVID-19 no es una enfermedad de transmisión sexual. Sin embargo, nos ha quedado claro que la cercanía física con las personas sí es un factor de riesgo.

Aquí te compartimos información que es importante tener en cuenta para poder mantener un ejercicio libre de tu sexualidad y protegerte de esta enfermedad.

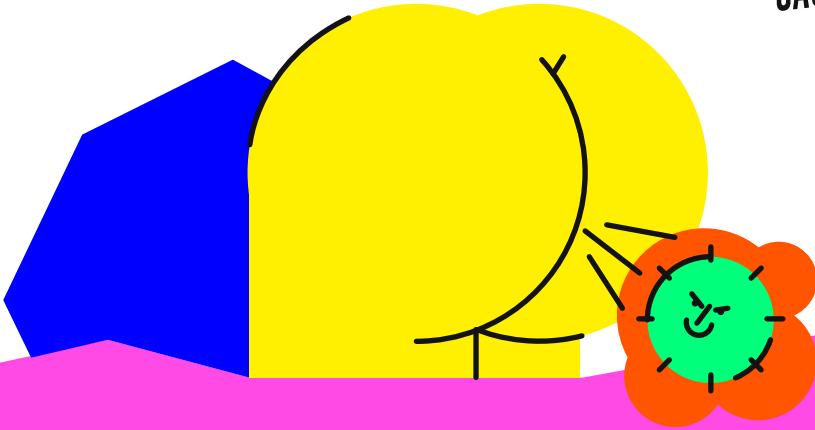
- 1** Lávate bien (por lo menos durante 20 segundos) las manos antes y después de tener una relación sexual.



- 2** Las actividades íntimas que implican el contacto directo con la saliva –como besar y fajar– pueden propagar fácilmente el virus.

¡beso de tres!





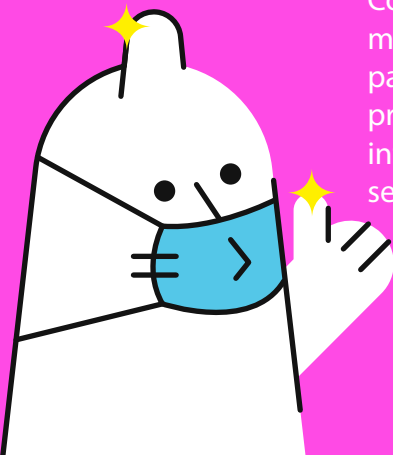
3

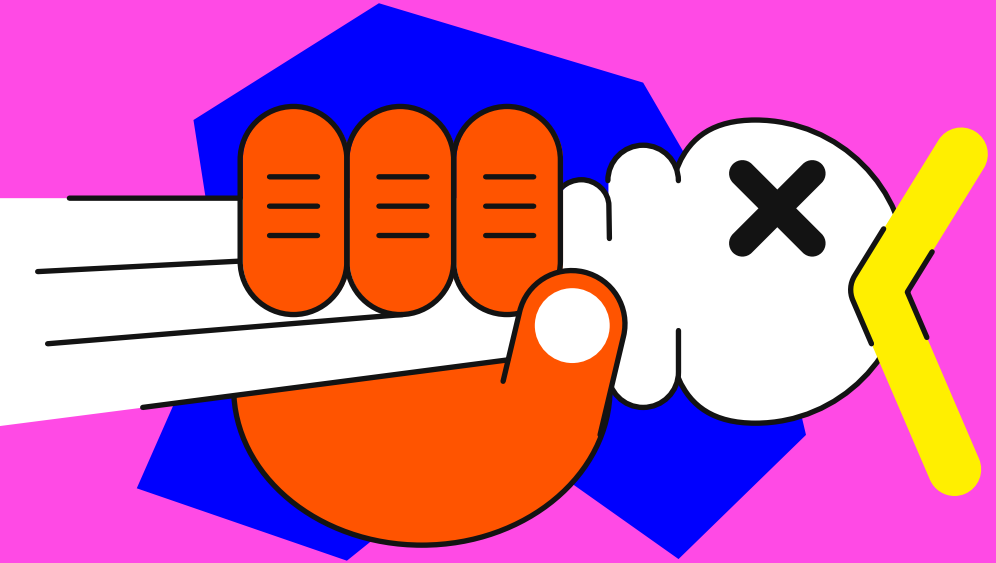
La COVID-19 también se transmite a través de las heces fecales. Es posible contagiarse al realizar prácticas orales anales (beso negro) o al compartir con alguien un juguete sexual que ha sido introducido en el ano.

4

Aunque se ha encontrado coronavirus en el semen, no así en los fluidos vaginales, no hay evidencia de que éste sea una vía que permita el contagio de una persona a otra.

Como sea es una buena idea usar métodos de barrera para que tú y tu(s) pareja(s) estén protegidos de otras infecciones que sí se transmiten sexualmente.





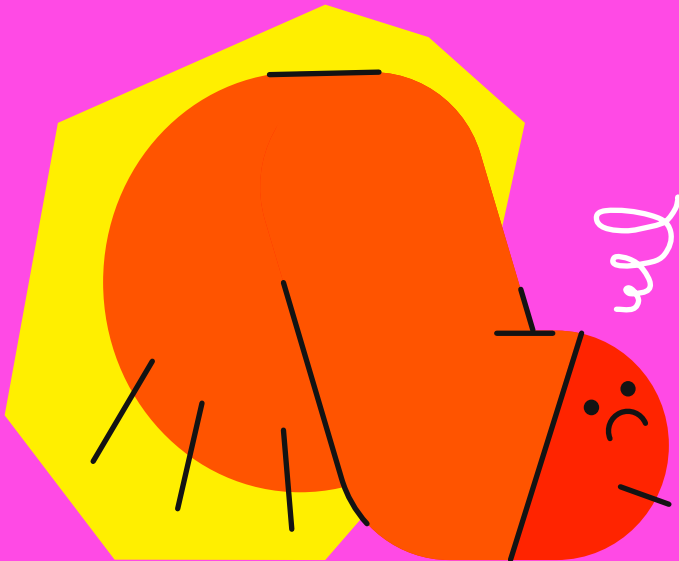
Algunas personas que tienen COVID-19 no presentan ningún síntoma, por lo que no puedes tomar como medida precautoria juzgar tu(s) pareja(s) por cómo se ve(n) o se siente(n).

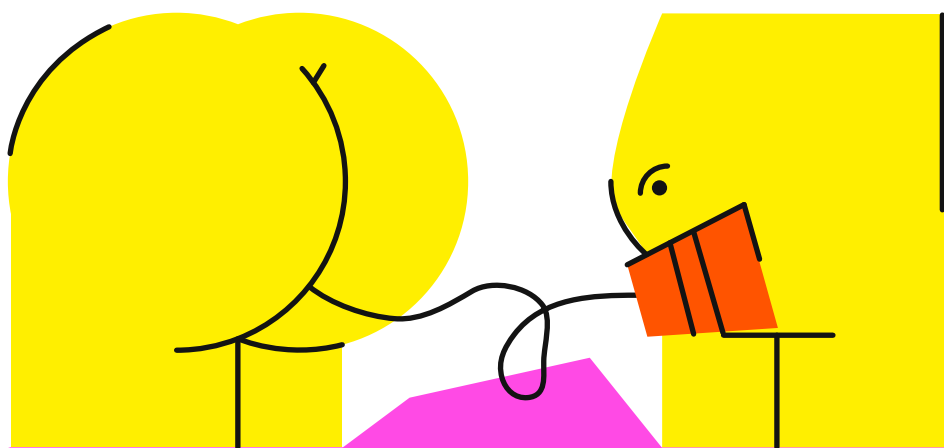
Masturbarte es hasta ahora la única manera 100% segura de no contraer ésta y otras infecciones. Sabemos que esto es una opción un poco aburrida para algunxs, pero si eres de aquellos que decide practicar esta medida no te olvides de lavarte bien las manos y tus juguetes sexuales antes de iniciar la acción.

Si tu pareja o tú presentan algún síntoma relacionado con la COVID-19, es importante que suspendan su actividad sexual para no contagiarse. Llama a las líneas de apoyo para saber qué hacer y cómo evitar la propagación del virus.

Recuerda que el sexo es una actividad que debe realizarse siempre con el consentimiento de todas las partes involucradas. Si tu pareja no desea tener relaciones sexuales por la razón que sea incluyendo que le preocupa contraer la COVID19 es importante que la respetes.

Estar en casa todos los días, con más tiempo a tu disposición, puede hacer que desees tener relaciones sexuales más a menudo, también como una manera de reducir el estrés y la ansiedad que el confinamiento provoca. Eres libre de decidir qué hacer con tu cuerpo, así como de asumir los riesgos que pueden conllevar tus prácticas, pero es importante que comuniques a tu(s) pareja(s), de modo somero pero claro, el modo en que llevas tu sexualidad para que ellxs también decidan. Su cuerpo y su salud también importan.





E

l distanciamiento social es muy importante durante esta pandemia. Puede que en este momento tengas que hacer cambios en tu vida sexual y tus relaciones para mantenerte a ti y a tu comunidad saludables. Sabemos que eso puede llevarte a sentir frustración y soledad. Aún así puedes conectar con tu(s) pareja(s) de otras maneras (masturbación a distancia en el mismo espacio físico, sexting, videollamadas, etc.). Ponte creativo, no te desespere y recuerda que esto no durará para siempre. Entre más personas pongan en práctica el distanciamiento social ahora, más vidas se salvarán y más rápido podremos regresar a la normalidad.



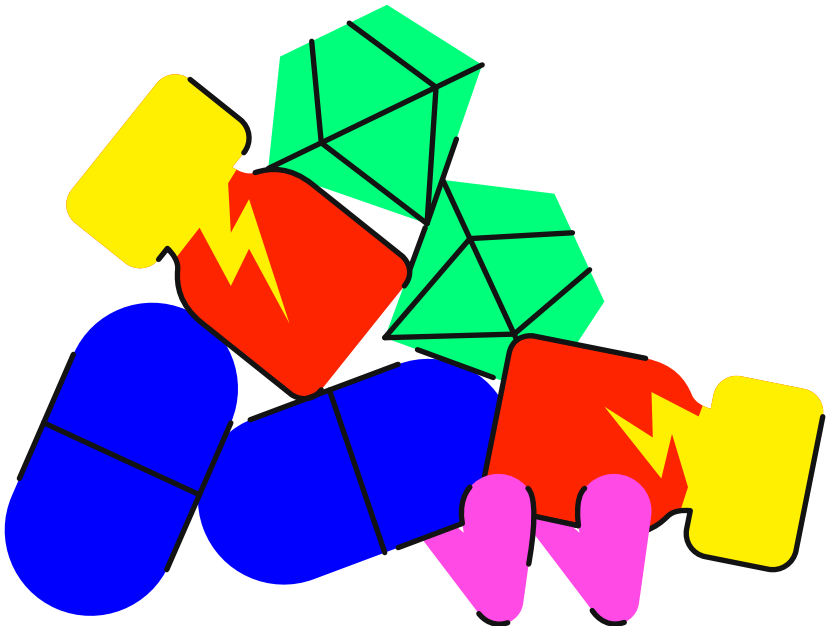
COVID 19

confinamiento y violencia sexual

Pltimo, hay otra cosa que es muy importante y que tiene que ver con las circunstancias psicológicas y sociales a las que el confinamiento por la COVID-19 nos orilla. Para algunas personas estar aisladas en su casa las puede llevar a vivir formas de violencia sexual, abuso físico o coerción reproductiva o respecto a su salud sexual (cuando tu pareja te presiona para que tengan sexo, altera o trata de decidir sobre los métodos anticonceptivos que utilizas)

El caso de los HSH también es un ejercicio de violencia intentar decidir sobre los métodos de protección que tu pareja utiliza para cuidar su salud sexual. Todo con consentimiento, no tienes porque aceptar sexo bareback (a pelo) si no quieres, tampoco consumir sustancias (dulces) o iniciar un tratamiento (PrEP) si tú no estás enteramente convencido. Si sientes que estás viviendo alguna de estas situaciones u otras ante las que te sientas vulneradx, busca ayuda.

Recuerda que la sexualidad debe ser siempre un ejercicio consensuado y libre. Ningún abuso es tolerable bajo ninguna circunstancia. Decide siempre junto con tu(s) pareja(s) cómo, cuándo y de qué foma tener sexo.



 inspira

GUÍA *práctica*

GUÍA PRÁCTICA

¿Puedes contagiarte de SARS-Cov-2 al tener relaciones sexuales?

contenido

Miguel Angel Ferrer
Tonatiuh López

diseño

Jafet Arellano
Rogelio Valerio
Ricardo Farfán

Inspira Cambio A.C.
Insurgentes Centro 51 Int. 601
Col. San Rafael 06470. Alcadia
Cuahtemoc, CDMX
info@inspiracambio.org
inspiracambio.org

SÁCATE LA
DUDA



 inspira