

# PRÁCTICAS SEXUALES EN TIEMPOS DE COVID-19

ESTOS DÍAS ESCUCHAMOS CHISTES, HABLAMOS DE DOS EN DOS, DE TRES EN TRES, ENVÍAMOS MENSAJES...

El Ayuntamiento de Nueva York, en su área de Salud, decidió mostrar algunos consejos.

<https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/imm/covid-sex-guidance-sp.pdf>

## LO QUE NOS INFORMAN SOBRE EL COVID-19

Por el momento no se ha encontrado COVID-19 en el semen o en el fluido vaginal.



Autor pictogramas: Sergio Palao  
Procedencia: ARASAAC (<http://catedu.es/arasac/>) Licencia: CC (BY-NC-SA)

Otros corona-virus no se transmiten de forma eficaz por estos fluidos. Sin embargo se ha encontrado COVID-19 en las heces.

Por el momento tampoco hay evidencias de transmisión intrauterina entre gestante y feto.

## LO QUE SABEMOS SOBRE LA TRANSMISION DEL COVID-19. IMPLICACIONES.

El 17 de marzo el Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias sanitarias informaba:

"Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona contagiada -con síntomas o no-. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de 1-2 metros".

Con estos datos prácticas sexuales que impliquen *besar* o *chupar* -saliva en contacto con mucosas- boca, nariz, ano, vulva, pene, son arriesgadas.

## ALGUNAS APORTACIONES EXPERTAS

El memorandum del Ayuntamiento de Nueva York señalaba con un criterio razonable:



1.-Usted es su pareja sexual más segura



2.-La siguiente pareja sexual más segura es aquella con la que convive y con la que practica sexo desde el respeto y la seguridad.



3.-Debe evitarse el contacto con cualquier persona con la que no hay convivencia y por tanto no se conoce de forma cotidiana su estado de salud.



4.-El uso de condones o barreras bucales pueden reducir el contacto de la saliva si practica el sexo oral o anal.



5.-Lávese las manos antes y después de relaciones sexuales, también cuando haya usado juguetes sexuales o haya practicado sexo mediando una pantalla o un teclado.

No estás afectada o afectado por el COVID-19 ni tu pareja sexual/parejas tampoco.

**PRÁCTICAS SEXUALES FÍSICAS, SÍ CUANDO:**  
(u otras opciones...)



TIENES GANAS. Puede parecer obvio pero no es raro que tu deseo sexual haya bajado en una situación de estrés o de ansiedad, no es raro que tengas otros deseos prioritarios que atender.



SI QUIERES IMPLICAR A OTRA PERSONA, a otras personas, en singular o en plural, CONSIENTE/CONSIENTEN, te has puesto de acuerdo en lo que desean, en lo que sienten, en lo que deseas, en lo que sientes.

TE SIENTES EN UN ENTORNO SEGURO Y SE LO PROCURAS A LA OTRA PERSONA.

En un entorno VIRTUAL, Vídeos, mensajes de contenido sexual son posibles con los medios telemáticos que tenemos a nuestro alcance...Esos contenidos están pactados con la otra persona, con las otras personas. Recuerda que si se produce algo indeseado en esa práctica cabe cerrar la relación, cabe bloquearla y podría haber denunciarla:



[https://www.gdt.guardiacivil.es/webgdt/home\\_alerta.php](https://www.gdt.guardiacivil.es/webgdt/home_alerta.php)

[https://www.policia.es/org\\_central/judicial/udef/bit\\_quienes\\_somos.html](https://www.policia.es/org_central/judicial/udef/bit_quienes_somos.html)



ESTA SITUACIÓN PUEDE SER UNA OPORTUNIDAD PARA REPLANTEAR TUS RELACIONES, TAMBIÉN LAS SEXUALES, PARA CONOCERTE MEJOR EN EL PLACER SEXUAL, PARA EXPRESAR MEJOR LO QUE QUIERES Y LO QUE SIENTES, PARA DAR TIEMPO AL CONSENSO SIN QUE PAREZCA UN CONTRATO.

Como siempre, valora la posibilidad de un embarazo deseado o no deseado en tus relaciones sexuales o la transmisión de enfermedades infecto-contagiosas. Toma las precauciones debidas.

Estamos contigo

LA VIOLENCIA DE GÉNERO LA PARAMOS UNIDAS

Si eres víctima de violencia de género, recuerda:

016 INFORMACIÓN

112 EMERGENCIAS

682916136 APOYO

682508507 PSICOLÓGICO

WhatsApp



Si tus relaciones sexuales son una forma de violencia de género, no lo dudes.



GOBIERNO DE ESPAÑA  
MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES Y IGUALDAD

