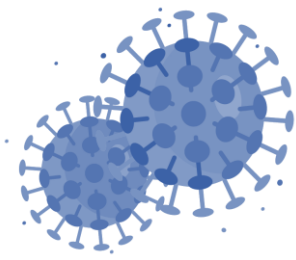


PREVENCIÓN DE LA TRANSMISIÓN DEL VIH, OTRAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y COVID-19 EN LAS RELACIONES SEXUALES



> Tras el periodo de confinamiento a causa del estado de alarma por COVID-19, es previsible que las personas comiencen a retomar los encuentros sociales, incluidas las relaciones sexuales.



> Por ello es importante ser conscientes del riesgo que supone una exposición con contacto interpersonal directo y estrecho que puede ser de riesgo tanto para el SARS-CoV-2 como para el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS).

TRANSMISIÓN

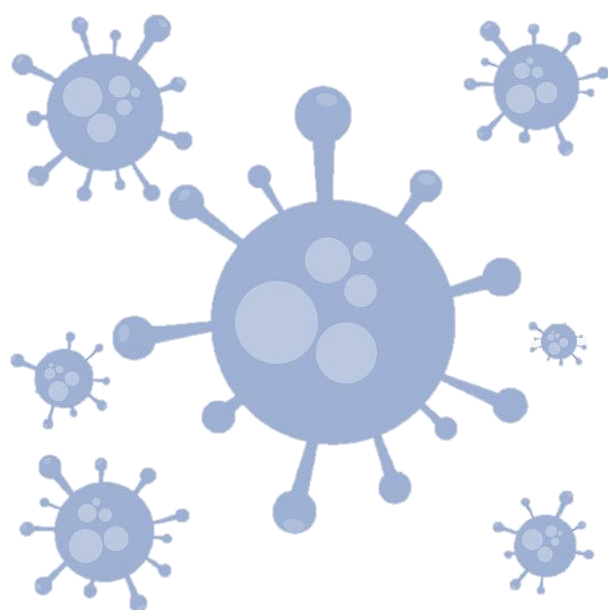
VIH y otras ITS

Hay riesgo de transmisión del VIH y otras ITS en las relaciones sexuales con penetración anal o vaginal sin preservativo:

- Riesgo tanto para el que penetra como para la persona que es penetrada (es mayor para esta última).

-El riesgo aumenta con la presencia de lesiones genitales e ITS.

En el sexo oral existe riesgo si hay lesiones en la boca, en los genitales, se ingiere el semen o se mantiene en la boca.

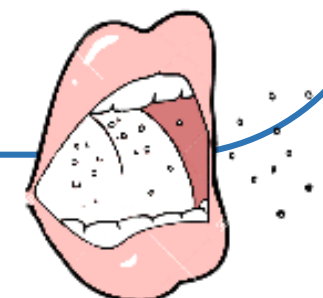


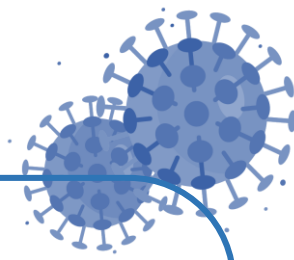
SARS-CoV-2

Se transmite por contacto directo a través de las gotas respiratorias que se emiten con la tos o el estornudo de una persona enferma.

El SARS-CoV-2, hasta ahora, no se ha detectado en los fluidos vaginales, pero está presente en semen, saliva, y heces. Su mayor transmisibilidad ocurre desde 2 días antes del inicio de síntomas y durante la primera semana por contacto con las gotas respiratorias. Estas gotas infectan a otra persona a través de la nariz, los ojos o la boca directamente. También pueden infectar al tocar la nariz, ojos o boca con las manos que han tocado superficies contaminadas por estas gotas. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de 2 metros.

La mayoría de las personas adquieren COVID-19 de otras personas infectadas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves.





- Los preservativos son una buena herramienta para prevenir el VIH y la mayoría de las ITS.
- Además, existen otras estrategias para prevenir el VIH en las relaciones sexuales, como la profilaxis preexposición, la profilaxis postexposición o la indetectabilidad viral gracias al tratamiento antirretroviral en el caso de tener el VIH.



Actualmente las medidas de prevención de COVID-19 son las siguientes:



Realizar una higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohológicas)



Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.



Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.



Utilizar mascarilla: su uso es obligatorio en el transporte público y cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad en la vía pública, en espacios al aire libre, espacios cerrados de uso público o abiertos al público.



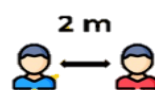
Usar pañuelos desechables, tirarlos tras su uso y lavarse las manos inmediatamente después.



Si se presentan síntomas compatibles con COVID-19, la persona debe aislarse en una habitación y seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias.



Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.



Mantener una distancia física de seguridad de 2 metros de otras personas.

✓ Evita mantener relaciones sexuales si tú o tu pareja tenéis síntomas de COVID-19 (fiebre, tos, sensación de falta de aire, disminución del olfato y el gusto, escalofríos, dolor de garganta y cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos). En estos casos, se deben seguir las recomendaciones del Decálogo si tienes síntomas.

✓ La pareja sexual más segura frente al COVID-19 es alguien con quien vives habitualmente y no presenta síntomas compatibles con la enfermedad.



✓ Lávate las manos con agua y jabón antes y después de mantener las relaciones sexuales.

✓ Si tienes síntomas de COVID-19 deberás quedarte en tu domicilio, aislarse en una habitación y contactar con los servicios de salud telefónicamente.

✓ Si has tenido una práctica de riesgo de infecciones de transmisión sexual acude a tu médico o centro sanitario donde valorarán tu caso y te realizarán las pruebas pertinentes.