

COVID-19 (coronavirus) Preguntas frecuentes

Información para las personas activas sexualmente

Durante la crisis de salud pública del COVID-19, recomendamos fuertemente que todos sigan las indicaciones de quedarse en casa y mantener el distanciamiento social. Sin embargo, si eres sexualmente activo(a), estos son algunos puntos importantes para que tomes en cuenta a fin de evitar la transmisión del COVID-19:

1. Entérate de cómo se transmite el COVID-19

Tú puedes contraer el virus de una persona que lo tenga, incluso si no muestra ningún síntoma

- Si estás a menos de 6 pies de distancia (unos 2 metros) de una persona que tose o estornude podrías contraer el virus.
- El virus puede transmitirse a través del contacto directo con la saliva o la mucosidad de otra persona.

Todavía tenemos mucho que aprender acerca del COVID-19 y el sexo

- El virus ha sido encontrado en las heces (excrementos) de las personas que están infectadas con el virus.
- El virus aún no ha sido encontrado en el semen o en los fluidos vaginales.
- Sabemos que otros tipos de coronavirus no se transmiten eficientemente a través del sexo.

2. Ten sexo con personas cercanas a ti

Tú mismo(a) eres tu compañero(a) sexual más seguro(a)

- La masturbación no propaga el virus, especialmente si te lavas las manos durante 20 segundos antes y después del sexo.
- Si utilizas algún juguete sexual, asegúrate de seguir las instrucciones de limpieza del fabricante o lávalos con agua y jabón antes y después de cada uso.

El siguiente compañero sexual más seguro es alguien que viva contigo

- Solo ten contacto cercano, que incluye el sexo, con un círculo muy pequeño de personas para prevenir la transmisión del virus.

Evita el contacto cercano, como el sexo, con cualquiera fuera de tu hogar

- Si tienes sexo con otras personas, ten el menor número de compañeros posible.
- Si buscas compañeros sexuales en línea o si te ganas la vida teniendo sexo, considera hacer una pausa de las citas en persona. Las citas por video, los mensajes de tipo sexual (sexting) o los chats son opciones más seguras para ti.

3. Cuídate durante el sexo

- Besar puede transmitir fácilmente el virus. Evita besar a cualquiera que esté fuera de tu pequeño círculo de contactos cercanos.
- El *rimming* (la boca en el ano) podría transmitir el virus si entra alguna hez (excremento) a tu boca.
- El uso de condones y de barreras dentales reduce el contacto con la saliva o las heces, especialmente durante el sexo oral o anal.
- Asegúrate de lavarte bien antes y después del sexo.
- Limpia y desinfecta cualquier juguete sexual, teclado y pantallas de contacto (*touch screens*) que uses para los video-chats, ver pornografía o hacer otra cosa.

4. Evita el sexo si tú o tu(s) compañero(s) no se está(n) sintiendo bien

- Los síntomas del COVID-19 incluyen fiebre, tos, dolor de garganta y falta de aire.
- Si tú o tus compañero(s) pudieran tener el COVID-19, evita el sexo y especialmente los besos.
- Si tú o tu(s) compañero(s) tienen otra condición médica, esto podría ponerlos en mayor riesgo del COVID-19. Estas condiciones incluyen enfermedades de los pulmones o el corazón, diabetes y un sistema inmune debilitado (p. ej, las personas con recuentos bajos de CD4 o que no estén en tratamiento para el VIH).

5. Prevén el VIH, otras ETS y los embarazos no planeados

Aún estamos ofreciendo estos servicios:



Condomes y lubricante



Pruebas del VIH (resultados en un minuto)



Pruebas de detección de ETS y tratamiento



PrEP y PEP (medicamento diario para prevenir el VIH antes o después de la exposición)



Atención médica del VIH



Control de la natalidad



Tratamiento anticonceptivo de emergencia



Pruebas de embarazo



Las consultas en persona están disponibles para citas necesarias.

Si estás interesado(a) en cualquiera de nuestros servicios para prevenir el VIH, otras ETS y los embarazos, llama al:

(888) 499-9303

Para recibir más información acerca del COVID-19, visita

AltaMed.org/coronavirus