



## **ABC sobre las relaciones sexuales y las enfermedades por coronavirus (COVID-19)**

*Frente a las relaciones sexuales, se recuerda que durante la medida de aislamiento preventivo obligatorio, todas las personas deben quedarse en casa y minimizar el contacto con otros.*

### **¿Se pueden tener relaciones sexuales?**

Sí, pero debe tener en cuenta que puede adquirir la COVID-19 de una persona que tiene el virus, incluso si esta es asintomática.

### **¿Cómo se propaga la COVID-19?**

- El virus puede propagarse a menos de 2 metros cuando una persona con COVID-19 tose o estornuda.
- El virus puede propagarse a través del contacto directo con saliva o moco.

### **¿Puedo contraer la COVID-19 a través del semen o fluido vaginal?**

De acuerdo a las más recientes investigaciones internacionales, el virus no se ha encontrado en semen o fluido vaginal. Sin embargo dado que es tan reciente, falta mucho por aprender de este coronavirus.

### **¿Existe propagación de la COVID-19 en el sexo anal?**

En recientes investigaciones se ha encontrado el virus en las heces de personas infectadas, por lo que se recomienda evitar esta práctica.

Sin embargo, los condones y las barreras de plástico pueden reducir el contacto con la saliva o las heces, especialmente durante el sexo oral u anal.

### **¿Qué debo tener en cuenta para tener relaciones sexuales y evitar el virus de la COVID-19?**

Recuerde que se transmite por contacto íntimo con otra persona y que la saliva puede transmitirlo, así que evite prácticas que conlleven tal riesgo. Tome una decisión que promueva la salud y bienestar (individual y de su pareja).



## **¿Qué recomendaciones debo tener en cuenta para evitar la propagación de la COVID-19 en la masturbación?**

Usted es su pareja sexual más segura y esta es una forma de obtener placer sexual que no implica contacto directo con otras personas. Si utiliza juguetes sexuales, asegúrese de lavarlos con agua y jabón.

## **¿Puedo tener relaciones sexuales con mi pareja?**

La otra pareja más segura es con la que convive. Tener contacto cercano — incluido el sexo—, con el más reducido número de personas, ayuda a prevenir la propagación de COVID-19.

## **¿Existe riesgo de COVID-19 al tener relaciones sexuales con extraños?**

Debe evitarse el contacto cercano, incluido el sexo, con cualquier persona fuera de su hogar. Si tiene relaciones sexuales con otras personas, reduzca al máximo el número de parejas.

Si generalmente conoce a sus parejas sexuales en línea o se gana la vida teniendo relaciones sexuales, considere posponer las citas en persona. Las citas virtuales pueden ser una opción.

## **¿Existe riesgo de propagación de COVID-19 en los besos?**

Besarse puede pasar fácilmente COVID-19 por lo que se debe evitar besar.

## **¿El rimming (boca en el ano) puede propagar COVID-19?**

Sí. Se ha encontrado en heces de personas infectadas, así que el virus en las heces puede ingresar a su boca.

## **¿Qué recomendaciones se deben tener en cuenta para evitar la propagación de COVID-19 en las relaciones sexuales?**

Lavarse antes y después de tener relaciones sexuales es más importante que nunca, por lo que debe tener en cuenta:

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Lave los juguetes sexuales con agua tibia y jabón.
- Desinfecte los teclados y las pantallas táctiles que comparte con otras personas (para video chat, videos de pornografía o para cualquier otra actividad sexual).



La salud  
es de todos

Minsalud

## **¿Puedo tener relaciones sexuales si yo o mi pareja sospecha de tener COVID-19?**

Si usted o su pareja sospechan tener COVID-19 o presenta síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta o dificultad para respirar, evite las relaciones sexuales, especialmente los besos.

Si alguno o los dos de la pareja tienen más de 60 años y presenta una condición médica previa que pudiera provocar manifestaciones más graves de COVID-19, también es posible que deseen omitir el sexo.

Las condiciones médicas incluyen enfermedad pulmonar, enfermedad cardíaca, diabetes, cáncer o un sistema inmunitario debilitado [por ejemplo, tener carga viral del VIH no suprimida (<1.000 copias) y un nivel bajo de células CD4].

## **¿Cómo prevenir el VIH, otras infecciones de transmisión sexual (ITS) y embarazos no planificados durante el aislamiento preventivo obligatorio?**

Los condones pueden ayudar a prevenir el VIH y otras ITS. Respecto al embarazo, asegúrese de tener un método anticonceptivo eficaz para las próximas semanas.

**Para obtener más información sobre la COVID-19, visite [www.minsalud.gov.co](http://www.minsalud.gov.co)**

**Última actualización: 27 de marzo de 2020.**