

En esta ficha encontrarás información sobre ITS y VIH, consejos de higiene, qué prácticas sexuales presentan mayor riesgo de transmisión de ITS y VIH, y unas notas sobre el estigma que rodea el trabajo sexual.

ITS/VIH

Las ITS son las infecciones que pueden transmitirse durante las relaciones sexuales, ya sea a través del contacto entre pieles o bien de los fluidos femeninos y masculinos. Entre estas infecciones, merece un capítulo aparte el VIH, el virus que causa el sida. Se trata de un virus que puede no provocar ningún síntoma durante años. Las personas con VIH no tienen por qué ser de una u otra manera. Para que se transmita el VIH debe existir un fluido que lo lleve: sangre, semen, líquido preseminal, flujo vaginal, leche materna, y luego debe haber una "puerta de entrada" que le permita ingresar en el cuerpo: vagina, ano, mucosas, heridas, lesiones.

Muchas mujeres que ejercen la prostitución se debaten entre el cuidado de la salud sexual y la paranoia exagerada. ¿Será, en parte, debido a que nos hemos creído que la prostitución trae consigo enfermedades, como piensa parte de la sociedad? Habrá que cambiar mentalidades; mientras tanto, lo importante es tener información. Evidentemente, no somos más propensas a contraer ninguna enfermedad por ejercer prostitución. La posibilidad de padecer alguna ITS tiene relación con las prácticas de riesgo que realicemos y con nuestro cuidado de la salud en general, pero en ningún caso con nuestra profesión.

Prácticas

Las diferentes prácticas sexuales que realizamos entrañan diferentes riesgos. Lo importante es tener la información adecuada que nos permita tomar las decisiones que creamos correctas en cada situación. Elige prácticas con las que te sientas cómoda. Recuerda que los límites los pones tú y no son negociables.

Entre todas las prácticas, las que presentan mayor riesgo de transmisión de ITS y VIH son las que incluyen penetración anal y/o vaginal. Esto vale para los genitales, pero también para los juguetes sexuales. En este caso, se trata de no compartirlos (¡puedes ser egoísta!) sin antes cubrirlos con guantes de látex o con un simple preservativo. El sexo oral masculino supone un riesgo medio sin preservativo; para reducirlo, no permitas que eyaculen en tu boca, no irrites la zona antes o después, es decir, no realices lavados de dientes ni enjuagues bucales.

Puedes encontrar más información en la ficha [Infovihtal #76: Datos sobre la transmisión del VIH](#).

Higiene

Todas sabemos que estar limpias está muy bien, pero a veces lo llevamos a la exageración y provocamos el efecto contrario al que deseamos. Tanto lavado y tanto óvulo provoca irritaciones, perdemos defensas naturales y, en lugar de disminuir los riesgos, los aumentamos. Sí, los riesgos aumentan al utilizar constantemente productos de higiene. Te recomendamos que no uses medicamentos (óvulos, cremas) como fórmulas de limpieza íntima, ni abusos de las duchas vaginales, que acaban produciendo sequedad. ¡Olvida los preparados de yodo y las lavativas! Con un poco de jabón neutro para usar por la zona externa, es más que suficiente.

Cuidado con utilizar esponjas para obstruir la sangre de la regla. Lo ideal sería descansar, pero sabemos que no siempre es posible. En cualquier caso, nunca dejes una esponja mucho tiempo. Cámbiala cada pocas horas o, mejor todavía, úsala solo durante el tiempo que dure la relación sexual. Además, recuerda que debes seguir utilizando un preservativo, masculino o femenino, el que tú quieras. Las esponjas no protegen de las ITS ni del VIH, y tampoco, por supuesto, de embarazos no deseados.

Estigma

Muchas veces, la obsesión por la limpieza o la idea de que "transmitimos enfermedades" viene de que se relaciona el sexo femenino con algo sucio, de que nuestra vagina es un lugar extraño que debemos "purificar". Otra cosa igualmente perniciosa es la mirada que tiene la sociedad respecto a la prostitución. Son historias que hemos oído muchas veces y que nos hacen sentir culpables. Tal vez tengamos que crear nuevas historias que hablen del respeto hacia nuestros cuerpos y nuestra sexualidad.

El estigma relacionado con la prostitución hace que parezca que cargamos con el peor de los secretos. Frente a eso, debemos recordarnos a nosotras mismas que merecemos respeto, que somos muchas y que no estamos tan solas. De eso justamente hablamos cuando pensamos en prevenir las infecciones de transmisión sexual y el VIH. A ello nos estamos refiriendo cuando pensamos que podemos vivir con VIH sin ser discriminadas. Pensamos en mujeres capaces de decidir, de quererse y de cuidarse.

Material elaborado en colaboración con **Genera**, Asociación en defensa de los derechos de las mujeres. www.genera.org.es