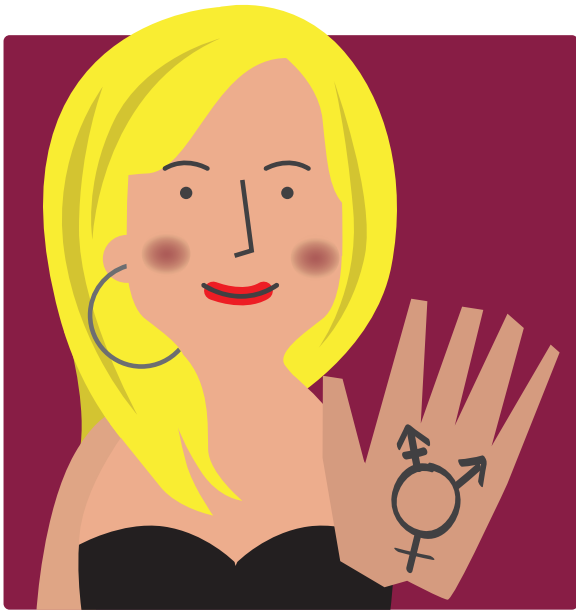


Las mujeres trans tienen necesidades de salud tanto generales como específicas. Entre las necesidades generales figura la atención primaria básica, incluida la salud sexual que tenga en cuenta la diversidad de las identidades de género y sus expresiones, la anatomía, la sexualidad y las prácticas sexuales en esta población.

01 SEXO SEGURO

MUJERES TRANS Y SALUD SEXUAL



Hablar de sexo seguro en mujeres trans implica reconocer que estas mujeres pueden tener parejas de cualquier género y con distintos tipos de cuerpo. Entre sus preferencias sexuales, se incluye ser la pareja receptiva y/o insertiva en el sexo anal, oral o vaginal.

En general, tanto si te has sometido o no a cirugía, la mejor forma para protegerte a ti misma y a tus parejas sexuales del VIH y de las infecciones de transmisión sexual (ITS) es utilizando **preservativos (internos o externos) y lubricante para el sexo anal y vaginal, así como barreras de látex** (que evitan el contacto entre la boca y el ano o los genitales) para el sexo oral.

A la hora de manejar las diferentes estrategias de prevención en las relaciones sexuales debes tener en cuenta que:

- Si te has sometido a una cirugía, posiblemente se ha utilizado piel del colon para reconstruir la vagina, por lo que el riesgo de adquirir alguna ITS o el VIH es mayor, ya que la mucosa es más delgada que la de la vagina. Si la piel usada procedía del pene y la piel testicular, el riesgo es menor, pero también puede dañarse.
- El uso del preservativo interno dependerá de la profundidad de la vagina.
- La profilaxis preexposición (PrEP) frente al VIH consiste en el empleo de fármacos antirretrovirales para prevenir la infección por este virus. Esta herramienta previene con eficacia la infección cuando se sigue correctamente la prescripción médica.
- En España, la PrEP está indicada para determinadas poblaciones, entre las que se incluyen las mujeres trans. Se proporciona a través de la sanidad pública y su coste es gratuito para la persona usuaria.
- Existen varias pautas de toma de la PrEP; sin embargo, en mujeres que toman terapia hormonal feminizante, se recomienda la pauta diaria. La PrEP no afectará a la terapia hormonal.
- Si crees que has estado en riesgo de exposición al VIH, puedes solicitar en el servicio de urgencias de un centro hospitalario la profilaxis postexposición (PEP).
- La PEP consiste en un tratamiento con fármacos antirretrovirales administrado durante 28 días que debe iniciarse lo antes posible, preferiblemente en las 6 primeras horas tras la exposición al VIH y siempre antes de transcurridas 72 horas. Ten en cuenta que algunos fármacos antirretrovirales de la PEP pueden interactuar con el tratamiento hormonal.

gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

SUBVENCIONA

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL
FOR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

SECRETARÍA DE POLÍTICAS DE SALUD PÚBLICA | DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA
MINISTERIO DE SANIDAD | SECRETARÍA DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA

Generalitat de Catalunya | Agència de Salut Pública de Catalunya

Generalitat de Catalunya | Departament de Justícia

Ajuntament de Barcelona | ÀREA DE QUALITAT DE VIDA, IGUALTAT I ESPORTS

Diputació Barcelona | ÀREA DE BENESTAR SOCIAL

COLABORA

ETIS | EQUIP DE TREBALL SOBRE INMIGRACIÓ I SALUT

Vall d'Hebron | eSPiC Equip de salut pública i comunitària



¿TIENES DUDAS SOBRE EL TEMA? PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org

¡POR FAVOR FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR!

02

REDUCCIÓN DEL RIESGO EN LAS PRÁCTICAS SEXUALES

Sexo vaginal

- Existe la posibilidad de sangrado, sobre todo si la cirugía es reciente, por lo que se aconseja el uso de preservativo (interno o externo) para protegerse de las ITS y el VIH.
- La capacidad de lubricación de tu vagina dependerá del tipo de cirugía, por lo que es aconsejable utilizar lubricantes de base acuosa para prevenir un desgarro.
- Después de usar un dilatador vaginal para estirar la piel de la vagina, se recomienda utilizar preservativos en tus relaciones sexuales.

Sexo anal

- En este tipo de relaciones, se podrían producir microlesiones en la mucosa del recto que aumenten el riesgo de contraer ITS o el VIH. Utiliza preservativo (interno o externo) y lubricante de base acuosa o silicona para mayor protección.

Sexo oral

- Aunque el riesgo es bajo, es posible contraer algunas ITS (herpes, sífilis o gonorrea) o el VIH (aunque es extremadamente difícil). El riesgo aumentará si se produce una eyacuación en la boca.
- Procura evitar esta práctica si tienes problemas de encías, úlceras, dolor de garganta o te han realizado alguna intervención dental de forma reciente.
- No es aconsejable que realices una limpieza dental ni te enjuagues la boca antes de practicar sexo oral, pues puede producir sangrado.
- Si te has sometido a una cirugía, procura no recibir sexo oral hasta que se haya sanado completamente.
- El uso de un preservativo o una barrera de látex (que evite el contacto entre la boca y los genitales) te ayudará a prevenir las ITS. Las barreras de látex pueden confeccionarse cortando un rectángulo de un preservativo.

Rimming (sexo oro-anal):

- Esta práctica entraña un riesgo de adquirir hepatitis A y algunas ITS bacterianas como gonorrea, *Shigella*, o incluso el coronavirus SARS-CoV-2. El riesgo de adquirir el VIH es muy bajo.
- Mantener una buena higiene ayuda a reducir el riesgo.
- También se pueden usar barreras de látex como método de prevención.

Frotage (frotar los genitales sin penetración)

- Implica el riesgo de transmisión de algunos virus y bacterias como sífilis, herpes o verrugas genitales, así como de parásitos como sarna o ladillas.

Sexo duro

- Es aconsejable que uses un preservativo distinto con cada pareja sexual o juguete sexual.
- Aumentar la vigorosidad puede provocar sangrado o desgarros en el ano, vagina o boca que pueden facilitar la transmisión de ITS, el VIH o la hepatitis C.
- En la práctica de *fisting* se recomienda utilizar guantes de látex.
- La hepatitis C puede transmitirse incluso a partir de pequeñas trazas de sangre. Por ello, evita compartir cualquier juguete u objeto que pueda tener restos de sangre, incluyendo los botes de lubricante.

A DESTACAR:

- Debes sentirte segura y cómoda en tus prácticas sexuales. Puedes establecer los límites con los que te sientas más satisfecha y consensuar tus prácticas sexuales con tus parejas.
- El personal médico o comunitario que te atienda debe hacerlo con respeto para brindarte la mejor atención. Si sientes que no es así, puede presentar una queja o hablar con algún servicio de asesoramiento.
- Si tienes el VIH, necesitarás tomar al mismo tiempo y de forma segura tu tratamiento antirretroviral y hormonal. Es importante que el personal sanitario que te atienda sepa qué medicaciones estás tomando (incluyendo el tratamiento hormonal), ya que pueden producirse interacciones con la medicación antirretroviral.
- Si tienes el VIH y tu carga viral está indetectable gracias al tratamiento antirretroviral, no podrás transmitir este virus a tus parejas sexuales.



¿TIENES DUDAS

SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org