

## SEXUL SIGUR ȘI COVID-19 ÎN TIMPUL VACCINURILOR



Vaccinurile împotriva COVID-19 ne oferă o mai mare siguranță în interacțiunea zilnică cu alte persoane, în legăturile noastre emoționale sau în relațiile sexuale. Vă oferim câteva strategii de reducere a riscului în relațiile sexuale care vă pot fi utile indiferent dacă ați fost vaccinat împotriva COVID-19 sau dacă nu ați făcut-o încă.

### 01 CUM SE TRANSMITE COVID-19

SARS-CoV-2, virusul care provoacă COVID-19, se transmite atunci când o persoană infectată expulză picături și particule respiratorii foarte mici care conțin virusul. Aceste picături și particule respiratorii pot fi inspirate de alte persoane sau depuse pe ochi, nas sau gură. În anumite circumstanțe, pot contamina suprafețele pe care le ating. Cei care se află la mai puțin de 2 metri distanță de o persoană infectată au mai multe șanse să dobândească coronavirusul.

Este posibil să contractați COVID-19 în timpul actului sexual, deoarece sexul implică contact cu saliva și respirație intensă și apropiată. Coronavirusul a fost detectat în materialul seminal al persoanelor care au avut COVID-19. Cu toate acestea, nu există dovezi că virusul s-ar răspândi prin sperma sau fluide vaginale.

Virusul a fost detectat și în resturile fecale ale persoanelor infectate. Cu toate acestea, se crede că riscul de transmitere a SARS-CoV-2 prin resturi fecale este scăzut. Este nevoie de mai multe cercetări pentru a determina dacă virusul poate fi transmis prin actul sexual care implică contactul gurei cu fecale (cum ar fi anilingus sau rimming).

### 02 VACCINURI ÎMPOTRIVA COVID-19

Vaccinarea împotriva SARS-CoV-2 este cea mai bună modalitate de a vă proteja pe dumneavoastră și partenerul/a sau partenerii dvs. sexuali de COVID-19, spitalizarea și decesul, chiar și de cele mai contagioase variante ale virusului (vezi Infovital nr. 168, 2021). O persoană este considerată complet vaccinată la două săptămâni după ce a primit ultima doză din schema de vaccinare. Persoanele care sunt complet vaccinate pot avea întâlniri, a se săruta și pot face sex cu mai mare siguranță.

Cu toate acestea, chiar și atunci când persoana este complet vaccinată, este recomandabil să vă testați pentru COVID-19 dacă aveți simptome sau ați fost recent în contact cu o persoană cu COVID-19. Dacă rezultatul testului este pozitiv, evitați contactul sexual și contactul strâns cu alte persoane până la sfârșitul perioadei de izolare.

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

**SUBVENCIÓN**

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENCIA 2020  
GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE SANIDAD  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EMPLEO  
DIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL  
SECRETARÍA DE PLANIFICACIÓN Y COORDINACIÓN

✓ POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat de Catalunya Departament de Justícia

Generalitat de Catalunya Salut/ Agència de Salut Pública de Catalunya

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

Diputació de Barcelona ÀREA DE BENESTAR SOCIAL

**COLABORA**

ETIS EQUIP DE TREBALL SOBRE IMMIGRACIÓ 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

## REDUCEȚI RISCUL ÎN RELAȚIILE SEXUALE PE PERIOADELE DE VACCINARE

Riscul de dobândire a coronavirusului în timpul actului sexual poate fi redus prin respectarea unei serii de îndrumări care vor depinde de starea de vaccinare împotriva COVID-19.

Urmați măsurile generale de prevenire a COVID-19 dacă dumneavoastră sau partenerul/a dvs. nu sunteți complet vaccinați, sau sunteți imunodeprimți, aveți 65 de ani sau mai mult, aveți o boală preexistentă care crește riscul de a dezvolta COVID-19 sever sau locuiți cu o persoană care face parte din oricare dintre aceste grupuri.

**Înainte de a avea relațiile sexuale, este indicat să purtați o conversație cu partenerul/a sexual care vă permite să gestionați plăcerea și riscul. Problemele care trebuie abordate includ:**



### Starea de vaccinare:

Dacă tu și partenerul/a dvs. sunteți complet vaccinați, riscul este mai mic.



### Teste recente COVID-19:

Dacă ați fost testat și rezultatul este pozitiv, evitați actul sexual și contactul apropiat. Dacă rezultatul a fost negativ, rețineți că testele indică doar dacă o persoană ar fi putut fi infectată atunci când a fost efectuat testul.



### Infecție recentă cu COVID-19:

Este puțin probabil ca o persoană care a avut COVID-19 să aibă din nou boala în decurs de trei luni.



### Expunere recentă la COVID-19:

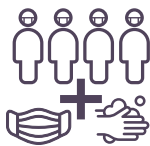
Trebuie evitat contactul apropiat cu alte persoane un timp de 10 zile după expunere.



### Precauții împotriva COVID-19:

Opțiunile mai sigure ar include purtarea unei măști și respectarea altor măsuri preventive în timpul actului sexual. Cu toate acestea, unele măsuri care sunt utile pentru unii oameni nu sunt realiste pentru alții. Prin urmare, gândiți-vă care ar putea fi măsurile de prevenire care se potrivesc cel mai bine preferințelor și nevoilor dumneavoastră.

**Printre opțiunile pentru reducerea riscului și pentru a avea relațiile sexuale mai sigure ar include:**



### Evită petrecerile și întâlnirile sexuale cu multe persoane:

Dacă în final te hotărăști să participi, este indicat să urmezi măsurile generale de prevenire a COVID-19.



### Limitați numărul de parteneri/e sexuali/e:

De exemplu, numai la persoanele care fac parte din același grup social.



### Cunoașterea și practicarea sexului virtual:

Ca, de exemplu, întâlnirile prin apeluri video, sextingul - schimbul de mesaje cu conținut erotic prin dispozitive tehnologice de formă de voluntară - sau petrecerile erotice prin camere de chat și apeluri video.



### A se evita sărutul:

Persoanelor care nu fac parte din grupul său social.



### Purtați o mască chiar și în timpul actului sexual:

Purtarea unei măști peste nas și gură adaugă un strat suplimentar de protecție.



### Efectuarea practicilor sexuale mai îndrăznețe:

Fiți creativ cu pozițiile sexuale și barierele fizice, alegându-le pe cele care garantează contactul sexual, evitând în același timp contactul față în față.



### Masturbați-vă cu partenerul/a sexual:

Mențineți distanța sexuală și purtați o mască pentru a reduce riscul.



### Utilizați prezervative și bariere bucale:

Pentru a reduce contactul cu saliva, sperma sau resturile fecale în timpul sexului oral, anal sau buco-anal.



### Spălarea înainte și după sex:

Este convenabil să vă spălați mâinile cu apă caldă și săpun și să faceți același lucru cu jucăriile sexuale. În plus, este indicat să dezinfectați tastaturile și ecranele tactile ale dispozitivelor care sunt partajate cu alte persoane.



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

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