

RELACIONES SEXUALES Y CONSIDERACIONES PARA LA PREVENCIÓN DEL VIH

PUBLICADO POR



SEPTIEMBRE DE 2002



La práctica de un sexo más seguro y los mensajes sobre la prevención del VIH con frecuencia están destinados únicamente a las personas no infectadas. Sin embargo, la prevención del VIH y de otras infecciones también sigue siendo un factor muy importante para las personas con VIH. Ya sea que el compañero sexual de cada

cual sea seropositivo, seronegativo, mujer, hombre o personas transgénero, existen muchas razones para prestar atención a la prevención y para tener relaciones sexuales más seguras. La presente publicación explora algunas de las inquietudes más comunes sobre las posibles transmisiones sexuales entre las personas con VIH.

¿QUE CONTIENE?

¿Cuál es el riesgo de contagiar el VIH a mi compañero/a sexual que es seronegativo/a?: **2**; ¿De qué tipo de infecciones me puedo proteger?: **3**; Es posible prevenir infecciones caseras comunes: **4-5**; Ambos somos seropositivos. ¿Cuáles deben ser nuestras principales preocupaciones?: **6**; La realidad de la práctica de sexo más seguro: **6**; Para prevenir el riesgo de infecciones: **7**; Transmisión del VIH resistente a varios medicamentos: **7**; El VIH y las STDs: de mujer a mujer: **7**; Guías para un sexo más seguro: **8**.

¿cuál es el riesgo de contagiar el VIH a mi compañero/a sexual que es seronegativo/a?

Una preocupación de muchas personas con VIH es la de contagiar a su compañero(s). Si bien abundante evidencia sugiere que los hombres son más propensos a transmitir el VIH que las mujeres, también las mujeres pueden contagiar a compañeros sexuales no infectados—tanto del género masculino como femenino. Esto se debe a que el VIH se presenta en la sangre (incluyendo los flujos menstruales), las secreciones vaginales, así como en las células de los conductos vaginal y anal. De hecho, es posible encontrar niveles elevados del VIH en estas áreas incluso cuando hay una presencia baja del VIH en la sangre.

En el caso de las mujeres, los niveles del VIH en las secreciones vaginales aumentan considerablemente cuando se presentan afecciones ginecológicas como infecciones por levadura o inflamaciones.

Numerosos estudios en tubos de ensayo muestran que algunas infecciones de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés), como la clamidia, incrementan la reproducción del VIH. La inflamación vaginal, un síntoma común de estas infecciones, produce la concentración de raspaduras y cortes minúsculos en la delicada membrana de la zona vaginal que consecuentemente puede albergar el VIH. Los niveles de VIH también pueden aumentar temporalmente después del tratamiento de algunas de estas afecciones.

Del mismo modo, los hombres que presentan una enfermedad de transmisión sexual activa, y de manera particular un herpes activo, tienen una mayor propensión tanto a adquirir como a transmitir el VIH. Por otra parte se tiene menos información sobre la posibilidad de que los niveles del VIH sean de hecho más elevados en la sangre y el semen en los hombres que presentan una STI activa; lo que no cabe duda

es que cualquier infección que produzca una lesión, como es el caso del herpes, proporciona un portal por el cual puede introducirse el VIH, lo cual hace más factible la transmisión. Hay estudios que demuestran que incluso cuando un hombre presenta en el flujo sanguíneo niveles indetectables del VIH, esos niveles sí que son detectables en el semen y los flujos que preceden el orgasmo. La transmisión del VIH por parte de hombres con niveles indetectables del VIH en la sangre, ha sido documentada en numerosas ocasiones.

En breve, si la persona no está practicando relaciones sexuales más seguras, no hay manera de saber en qué momento existen mayores probabilidades de contagiar el VIH al compañero o compañeros sexuales. Estar en contacto con secreciones anales

o vaginales, semen u otros flujos sanguíneos con niveles elevados del VIH aumenta el riesgo de transmisión. Este riesgo se incrementa aún más cuando la pareja sexual está experimentando una infección o inflamación.

EN BREVE, SI LA PERSONA NO ESTÁ PRACTICANDO RELACIONES SEXUALES MÁS SEGURAS, NO HAY MANERA DE SABER EN QUÉ MOMENTO EXISTEN MAYORES PROBABILIDADES DE CONTAGIAR EL VIH AL COMPAÑERO O COMPAÑEROS SEXUALES.

También es posible que existan infecciones activas o afecciones ginecológicas sin que aparezcan síntomas o sin que la persona lo sepa. (Para consultar las recomendaciones generales en lo referente a prácticas sexuales más seguras, ver la página 8.)

Por último, un número de casos registrados indica que en numerosas ocasiones personas con VIH han transmitido a sus compañeros infecciones del VIH resistentes a varios medicamentos. En otras palabras, esto significa que los compañeros recientemente infectados adquieren una modalidad del virus difícil de tratar con medicamentos contra el VIH, lo cual los deja con opciones limitadas para tratar las infecciones.

¿de qué tipo de infecciones me puedo proteger?

La prevención no consiste únicamente en asumir protecciones para que otra persona no adquiera el VIH; involucra también el protegerse a sí mismo de otras infecciones nocivas. Existen numerosas infecciones comunes y graves contra las cuales se pueden tomar algunas medidas. Los riesgos de practicar el sexo no seguro son numerosos debido a que muchas STIs pueden causar perjuicios graves en las personas con VIH.

Una de estas complicaciones es el Citomegalovirus (CMV). Si bien la mayoría de los adultos presentan una infección de CMV, esa condición no llega a ser una enfermedad entre las personas sanas, seronegativas. Por consiguiente, la mayoría de las personas son portadoras del virus pero no presentan de manera activa la enfermedad del CMV. Sin embargo, una vez que el CMV se convierte en una infección activa, pasa a ser la causa principal de ceguera entre las personas con SIDA, así como una de las causas más frecuentes de mortalidad. Entre las medidas para prevenir la infección del CMV se incluye la práctica de relaciones sexuales más seguras. La prevención del CMV es probablemente mucho más relevante para los hombres que para las mujeres, de manera particular para los hombres homosexuales adultos.

La tasa de infección del CMV entre las mujeres generalmente es más baja (40% entre las mujeres con VIH) que la que prevalece entre los hombres homosexuales adultos (entre el 80 y el 90% de ellos ya están infectados con CMV, independientemente de sus niveles de VIH.) El punto fundamental es que si la persona no está infectada con CMV, la práctica de relaciones sexuales más seguras sigue siendo un instrumento potente para ayudar a prevenir la enfermedad del CMV.

Al igual que el CMV, el virus del papiloma humano (HPV por sus siglas en inglés) es otra enfermedad de transmisión sexual. El HPV es el virus que causa verrugas genitales en algunas personas. Estas verrugas pueden resultar o no visibles por medio de un examen externo, pero de todas maneras pueden estar presentes en el ano o el cuello del útero. Siendo una de las causas principales del cáncer anal o cervical, el HPV es bastante común y difícil de tratar entre las personas con VIH. Ciertos tipos de HPV tienen mayor propensión que otros para desarrollar un cáncer.

Tanto los hombres como las mujeres corren el riesgo de contraer un cáncer anal asociado con el HPV. Ciertos



estudios sugieren que las mujeres con VIH tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer anal que el que tienen de contraer cáncer cervical asociado con la infección del HPV. Al contrario de otras afecciones asociadas con la enfermedad del VIH, la tasa de cáncer anal y cervical asociadas con la infección del HPV no parecen disminuir de manera drástica con un mayor uso de una terapia contra el VIH. Desafortunadamente el uso de un condón o de otras barreras protectoras no necesariamente protegen a las personas de la infección y la transmisión del HPV, si bien podrían disminuir el riesgo de la transmisión.

La hepatitis, la criptosporidiasis, los parásitos y otras infecciones también pueden ser contagiadas durante la actividad sexual. Todas las afecciones mencionadas pueden resultar mortales para una persona con VIH, especialmente cuando está debilitado el sistema inmunológico. (Para mayor información sobre cómo prevenir estas infecciones, vea las páginas 4-5.)

Es importante que las personas con VIH se protejan de estas infecciones indeseables y posiblemente peligrosas. Los exámenes de laboratorio pueden detectar estas infecciones, pero es posible que la cobertura médica de los pacientes no incluya la realización de estos exámenes. Es aconsejable consultar con el médico la posibilidad de hacerlos. Una vez que se hagan, se pueden usar los resultados para construir un plan de protección que contribuya a evitar la aparición de nuevas infecciones.



Para más información de tratamiento, llamada la línea nacional de ayuda sobre tratamientos para el VIH/SIDA de Project Inform al 1-800-822-7422.

es posible prevenir infec-

Bartonella (fiebre causada por los arañazos de gato)

Se trata de una infección bacteriana que puede producir fiebre, dolor de cabeza y una marcada reducción en los glóbulos rojos (es decir anemia.)

¡Use el collar antipulgas!

- ▶ Es mejor no adoptar gatos menores de un año.
- ▶ Evite los arañazos de los gatos y no permita que laman cortaduras o heridas abiertas que usted tenga. Lave rápidamente todos los arañazos o heridas causados por un gato.
- ▶ Lleve a su gato a los controles de pulgas.



Campilobacteriasis

Es una infección bacteriana que puede causar diarrea, dolor abdominal y vómito.

¡Cuando su mascota este “suelta”, escápanse!

- ▶ Evite el contacto con animales que estén sufriendo de diarrea.
- ▶ En general, es aconsejable conseguir otra persona que se encargue del aseo de las necesidades de sus mascotas.

Coccidioidomicosis (fiebre del valle)

Una infección micótica (por hongos) que causa fiebre, dificultad para respirar y sudores nocturnos.

¡Cuidado con el polvo durante sus excavaciones arqueológicas!

- ▶ Aunque hay áreas de los Estados Unidos donde podría ser imposible no sufrir el polvo y las polvaredas, como los desiertos o el Suroeste, de todos modos se puede reducir el riesgo de exposición evitando los sitios de excavación y los vendavales de polvo.

Criptococcosis

Es una infección por hongos que afecta primordialmente el cerebro, resultando en dolor de cabeza, fiebre y un comportamiento mental alterado.

¡No dé de comer a las aves!

- ▶ Evite las áreas que puedan estar altamente contaminadas con la plaga que causa la infección (llamados *Criptococos*), incluyendo las áreas con abundancia de excrementos de paloma. Evite el contacto con las aves, incluso con las que se tienen como mascotas.

Criptosporidiosis

Es un parásito que puede producir diarrea.

- ▶ Lávese las manos después de tener contacto con materias fecales (como por ejemplo después de cambiarle el pañal a un bebé) y después de labores de jardinería u otros contactos con la tierra.
- ▶ Evite el contacto con los animales jóvenes en las granjas o con animales que tengan diarrea (incluyendo las tiendas de mascotas y los refugios para animales.)
- ▶ Lávese las manos después de manipular mascotas y evite todo contacto con sus excrementos.
- ▶ Ponga a hervir el agua al menos durante un minuto. Si le es posible, instale un sistema de filtrado de agua que pueda filtrar el *Criptosporidium*.
- ▶ Trate de no nadar en agua que esté contaminada con *Criptosporidia*.

Para mayor información sobre la prevención de infecciones con cripto llame a la línea de ayuda gratuita de Project Inform.

Citomegalovirus (CMV)

Es un virus que infecta todo el cuerpo. (Si se deja sin tratamiento, el CMV puede producir diarrea, ceguera, inflamación del cerebro, etc.)

- ▶ Lávese las manos después de cualquier contacto con materias fecales.
- ▶ Siga prácticas sexuales seguras.
- ▶ En caso de que se requiera una transfusión de sangre, solamente se debe utilizar productos con anticuerpos negativos de CMV o con leucocitos reducidos.

Virus de la hepatitis A, B y C (VHA, VHB y VHC)

Son infecciones virales que pueden causar daños en el hígado, fallas hepáticas y algunas veces cáncer.

- ▶ Hable con su médico acerca de si es apropiada para usted una vacuna (para el VHA y VHB).
- ▶ Emplee prácticas sexuales más seguras.
- ▶ Entérese de los riesgos particulares para el VHA cuando se disponga a viajar a zonas en las que el riesgo de contacto es alto y se recomienda la vacunación antes de viajar.

Enfermedades caseras comunes

Herpes

Es una infección viral que puede causar lesiones ulcerosas alrededor de la boca, los genitales y el recto.

- › Emplee prácticas sexuales más seguras.

Histoplasmosis

Es una infección por hongos que puede causar fiebre, reducción en los glóbulos rojos y dificultades para respirar.

- › Aunque a veces resulta imposible evitar la exposición a este organismo en áreas del país como los valles del Medio Oeste, se pueden reducir los riesgos si la persona evita limpiar gallineros, remover el terreno en zonas donde se asientan aves o explorar cavernas.

Virus del Papiloma Humano

Es una infección viral que puede causar verrugas que a su vez pueden llegar a ser cancerosas.

- › Emplee prácticas sexuales más seguras. Los condones por si solos no pueden prevenir del todo la transmisión del VPH.

Listeriosis

Es una infección que puede causar meningitis, una inflamación cerebral.

- › Evite ingerir cualquier producto lácteo no pasteurizado, como los quesos suaves, entre ellos el Brie y el queso de cabra.
- › Ponga a calentar las comidas instantáneas, como los perritos calientes (*hot dogs*) y asegúrese de que estén humeando antes de comerlos.



Microsporidiosis

Es un parásito que puede causar diarrea.

- › Lávese las manos con frecuencia y siga otras medidas adecuadas de higiene personal.

Salmonella

Es una infección bacterial que puede producir intoxicación alimenticia y diarrea.

- › Evite las ensaladas César o cualquier producto que pueda contener huevos crudos.
- › Evite comer huevos y aves si no están bien cocinados.
- › Evite todo contacto con animales que tengan diarrea.
- › Evite todo contacto con reptiles como serpientes, lagartos, iguanas y tortugas.

Toxoplasmosis

Es un parásito que afecta principalmente el cerebro y resulta en confusión y comportamientos equívocos.

Estas recomendaciones sólo son aplicables a las personas que no tienen anticuerpos positivos al *Toxoplasma*.

- › Evite comer carnes poco cocidas o crudas. (Cocínelas a una temperatura interna de 150°F 65.5°C.)
- › Lávese las manos después de tocar carne cruda después de labores de jardinería u otros contactos con la tierra.
- › Si va a comer frutas o vegetales crudos lávelos con agua filtrada o con una solución de lejía al 05%.
- › Lávese las manos después de cambiar la caja del gato; es preferible que esto lo haga una persona seronegativa al VIH.
- › Los gatos deben permanecer siempre en el interior de las viviendas y se deben alimentar sólo con enlatados o comida seca comercial para gatos y no carnes crudas o poco cocidas.

Tuberculosis

Afecta principalmente los pulmones y puede causar tos, pérdida de peso y fatiga.

- › De ser posible, evite empleos o trabajos voluntarios en sitios considerados de alto riesgo para la tuberculosis, tales como establecimientos de salud y establecimientos correccionales así como refugios para los desamparados.

Varicela-Zoster

Es una infección viral.

- › Las personas que NO han tenido varicela deben evitar el contacto directo con personas que presenten una varicela activa.

Ambos somos seropositivos. ¿Cuáles deben ser nuestras principales preocupaciones?

Para aquellas personas con pareja(s) sexual que también presenta(n) VIH, los mensajes de prevención y los motivos para practicar relaciones sexuales más seguras, a veces no resultan tan evidentes. Una pregunta habitual es: “Si ambos somos seropositivos, ¿entonces por qué deberíamos practicar una relación sexual más segura?” Para decirlo de la manera más simple y contundente posible, la práctica de una relación sexual más segura, sigue siendo importante entre compañeros sexuales seropositivos. La razón para ello es que además de prevenir nuevas infecciones, como se explicó anteriormente, hay otros factores que colocan en una situación de riesgo a los compañeros sexuales seropositivos.

Uno de estos factores es una reinfección con el VIH. Si bien las circunstancias de una reinfección todavía no están muy claras, existe alguna evidencia nueva que demuestra que puede ocurrir y de hecho ocurre. Si la persona está siguiendo una terapia contra el VIH y el VIH ha pasado a ser resistente a esa terapia, es posible que se transmita al compañero sexual la modalidad resistente al VIH, con lo cual es factible que se malogren los beneficios de las terapias para la otra persona. (Para mayor información sobre virus resistentes a los medicamentos, consulte el recuadro en la página 7.)

Por último, es importante recordar que la carga viral del compañero sexual (la cantidad de VIH en la sangre) podría no guardar relación con el nivel del virus en el semen o en los fluidos vaginales o anales. Por lo tanto, si bien los niveles de VIH en la sangre podrían no resultar detectables en un examen de laboratorio, de todas maneras podrían estar presentes en cantidades elevadas en otra parte del organismo. (Nota: Los exámenes estándar

de carga viral no miden el VIH en el semen o en los fluidos vaginales o anales. Además, de acuerdo con algunos estudios, incluso cuando los exámenes de la carga viral en el semen han dado resultados no detectables, ciertas células infectadas por el VIH podrían encontrarse de todas maneras en el semen. Se cree que estas células desempeñan un papel importante en la transmisión del VIH de una a otra persona.)

Cuando ambas personas en la pareja tienen VIH, es conveniente considerar estos puntos cuando se evalúa la práctica de relaciones sexuales más seguras:

- ▶ Infecciones como el CMV, el HPV, la hepatitis (B y C) entre otras, siguen siendo preocupaciones graves. Todas estas infecciones son potencialmente mortales para las personas con VIH, pero pueden ser prevenidas, hasta cierto punto, con la práctica de relaciones sexuales más seguras.
- ▶ Las reinfecciones con modalidades del VIH más agresivas o resistentes a los medicamentos continúan siendo una posibilidad teórica. Es algo que debe ser considerado cuando se evalúa el sexo más seguro entre compañeros seropositivos.



la realidad de la práctica de sexo más seguro

Una persona se arriesga a contraer infecciones al tener relaciones sexuales sin protección con un/a compañero/a. Es decir actividades que ponen a la persona en contacto con la sangre o los productos sanguíneos del compañero, así como la orina, la materia fecal, el semen o los fluidos vaginales o anales. En algunos casos estas infecciones podrían resultar inofensivas para uno de los compañeros, pero pueden poner en peligro la vida del otro si el sistema inmunológico se debilita a consecuencia del VIH.

Si también tiene VIH la pareja o parejas de una persona, ninguno

está inmune a nuevas infecciones. Hay que ser consciente de los riesgos reales y teóricos cuando se evalúan y se intercambian opiniones divergentes sobre la práctica de sexo más seguro. Todo comportamiento o actividad sexual conlleva cierto nivel de riesgo de contraer una infección. Se cree por lo general que algunas actividades son menos arriesgadas que otras, pero un riesgo bajo no quiere decir que no exista nada de riesgo.

Ponerse de acuerdo sobre la práctica de sexo más seguro y efectuar una reducción del riesgo para prevenir la transmisión o la aparición del VIH

o de otras infecciones, no es algo sencillo. La práctica de sexo más seguro requiere que se involucren voluntariamente las dos personas. Esto es especialmente difícil para las mujeres porque no existen actualmente métodos para la prevención del VIH de bajo costo y enfocados a la mujer. Para personas en situaciones en que se presenta violencia doméstica, involucrarse voluntariamente puede resultar casi imposible. En estos casos, consultar un servicio de prevención de violencia doméstica es probablemente el plan de acción más seguro y más recomendable.

para prevenir el riesgo de infecciones

Las personas con VIH deben pensar en tomar precauciones para no exponerse a infecciones comunes, que podrían ser mortales para las personas con un sistema inmunológico debilitado. A pesar de que la práctica de sexo más seguro usualmente se asocia con la prevención de la infección del VIH, si se practica un sexo más seguro se puede reducir la exposición a muchas infecciones graves y STIs. Evitar el sexo oral-anal puede reducir enormemente el riesgo de contraer parásitos que pueden causar diarrea y otros síntomas. (Entre los parásitos se incluyen la tenia solitaria, la sarna, y con más frecuencia entre las personas con VIH, la toxoplasmosis y la criptosporidiosis).

La práctica de sexo más seguro, sin embargo, no es la única manera de prevenir la exposición a infecciones. Existe un número de medidas que se pueden tomar para disminuir el riesgo de infecciones potencialmente nocivas.

En términos generales, las personas con VIH no deben comer comida de mar, aves o carnes que no estén bien cocinadas. Evite los productos lácteos no pasteurizados, pues pueden contener parásitos, bacterias o virus que a su vez pueden causar afecciones severas. Por ejemplo, los mariscos crudos pueden resultar en una infección de hepatitis A. Los riesgos se pueden disminuir aún más si se siguen ciertos parámetros para la preparación “más segura” de comidas.



transmisión del VIH resistente a varios medicamentos

Existe una preocupación creciente acerca de la transmisión de los virus resistentes a múltiples medicamentos y del VIH de las mismas características. Es muy factible que las personas infectadas con VIH resistente a múltiples medicamentos no se beneficien de manera óptima de la mayoría o de todas las terapias disponibles contra el VIH. En el pasado se han documentado numerosos casos de transmisión del VIH resistente al zidovudina, y actualmente se está registrando de manera creciente la transmisión de diversos virus resistente a múltiples medicamentos. Estas observaciones resaltan la importancia de adoptar como forma de vida prácticas de sexo más seguras, incluso cuando ambas personas en la pareja son portadoras del VIH.

El VIH y las STDs: de mujer a mujer

Generalmente se ha asociado la actividad sexual de mujer a mujer con un riesgo menor de transmitir el VIH, si bien se han reportado un número de casos. El riesgo de contagio del VIH y otros STIs (infecciones de transmisión sexual) entre mujeres no ha sido evaluado plenamente. Pero los pocos estudios que existen hasta la fecha revelan que muchas mujeres que tienen sexo con otras mujeres adoptan prácticas de alto riesgo que podrían aumentar el peligro tanto de contraer como de transmitir el VIH y otros STIs (incluyendo los tipos de HPV asociados con el cáncer cervical y anal). Por consiguiente, mientras se cuenta con datos más definitivos, es mejor inclinarse por la seguridad y abstenerse de hacer conjeturas fáciles sobre el VIH y la transmisión de STIs durante el sexo entre mujeres.

Guías para un sexo más seguro

Además de proteger a la persona de la infección o la transmisión del VIH, la práctica de sexo más seguro también reduce el riesgo de contraer o transmitir otras enfermedades, como la clamidia, la gonorrea, el herpes y la hepatitis. Todas ellas pueden ser particularmente inquietantes para las personas con un sistema inmunológico debilitado. A continuación se ofrecen unos cuantos consejos que pueden servir de protección durante la práctica del sexo.

En una palabra: ¡Plásticos!

Utilice condones de látex y cantidades abundantes de lubricante a base de agua (*K-Y Jelly*, *Astroglide*, *Probe*) tanto para el sexo vaginal como anal. Si usted es sensible (alérgico) al látex, ensaye los condones de poliuretano (*Avanti*). Los condones para mujer (*Reality*) también fabricados con poliuretano. Sin embargo los condones de poliuretano podrían romperse con más frecuencia que los de látex.

¡Proteja el medio ambiente y sus condones!

No utilice lubricantes que contenga aceite, como Crisco, Vaselina, aceite para bebés, lociones o crema batida ya que pueden destruir el látex. (Nota: lubricantes a base de aceite puede usarse de manera segura con los condones de poliuretano.) Pero los lubricantes a base de agua duran más y de todos modos, la sensación es superior.

¡Lea la etiqueta!

Muchas personas evitan los productos con el espermicida Nonoxynol-9. Algunos estudios recientes muestran que puede causar irritación que a su vez podría facilitar infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH.

¡Por favor envuélvalo!

Al practicar sexo oral con un hombre, lo más seguro es usar un condón. Al practicar sexo oral con una mujer o sexo oral-anal, lo más seguro es usar un "dique" dental (un cuadrado de látex), un plástico para envolver comida o bien un guante o condón de látex recortado para ofrecer una lámina plana.

¡Es preferible una menta para refrescar el aliento!

Evite cepillarse los dientes o usar seda dental desde dos horas antes y hasta dos horas después de practicar sexo oral para minimizar la aparición de pequeños cortes. Tenga cuidado si las encías están sangrando o descubre cortes o heridas sobre o dentro de la boca.

¡Déjelo al alcance de sus dedos!

Utilices guantes de látex para los trabajos manuales (sexo con las manos) o con los puños. Para compañeros que sean sensitivos al látex utilice guantes de poliuretano o con talco libre de látex.

¡A divertirse limpiamente!

Si usted comparte con su pareja juguetes sexuales (como consoladores o vibradores) emplee un condón nuevo para cada usuario o bien al pasar del ano a la vagina o viceversa. Entre uno y otro uso, limpie sus juguetes con lejía (cloro), alcohol o agua y jabón.

¡En esos momentos de locura!

Evite el contacto con la sangre, el semen, y los fluidos vaginales y anales. Juguetes sexuales como látigos y cuchillos pueden abrir la piel y no deberían usarse con otra persona si no se han desinfectado con lejía o una solución limpiadora.



www.projectinform.org



¡Conéctese a Internet y lea a cualquier hora la información sobre tratamientos desde la privacidad de su hogar!