

Coronavirus COVID-19

Sexo e o coronavírus (COVID-19) (Portuguese)

A COVID-19 é uma doença que afeta os pulmões e as vias aéreas e é causada por um vírus chamado coronavírus.

Para ajudar a parar a disseminação do coronavírus, todos foram orientados a ficar em casa. É possível sair somente por algumas poucas razões, e caso o faça, mantenha uma distância de dois metros entre você e outras pessoas. Leia mais sobre o coronavírus em www.hse.ie/coronavirus e em <https://www.hse.ie/eng/services/news/newsfeatures/covid19-updates/partner-resources/covid-19-translated-resources/>.

Apesar de não existir evidência alguma de que o coronavírus possa ser transmitido sexualmente, ele pode ser passado pelo contato com alguém que tenha o vírus.

Redução de riscos do coronavírus durante o sexo

Você nem sempre reconhecerá quem tem o coronavírus, por isso relacionar-se sexualmente com outra pessoa envolve certo risco de contaminação com o vírus. Para reduzir esse risco, siga as recomendações abaixo:

- Relacione-se sexualmente somente com alguém que esteja morando com você e que não tenha o vírus ou sintomas do mesmo.
- Evite ter relações sexuais com alguém pessoas que não residam na mesma casa que você.
- Evite beijar pessoas que não vivem com você e que tenham sintomas da COVID-19. O beijo pode facilmente transmitir o coronavírus.
- Evite as interações cara-a-cara, especialmente se você frequentemente se encontra com parceiros sexuais através da internet ou se depende financeiramente do sexo para viver. Considere realizar encontros por chamadas de vídeo, mensagens de contexto sexual ou salas de bate-papos. Assegure-se de desinfetar teclados e a tela do celular que você compartilha com outros.
- A masturbação não transmite o coronavírus, especialmente se você lavar bem suas mãos (e qualquer brinquedo sexual) com sabão e água por no mínimo 20 segundos, antes e depois do ato.
- Apesar de que a recomendação atual seja não ter sexo ou beijar qualquer pessoa que não resida na mesma casa que a sua, caso você o faça, é muito importante manter o mínimo de parceiros possível. **Lembre-se de que qualquer contato sexual com pessoas fora do seu convívio poderá colocar você e outros em situação de risco de ser contaminado com o coronavírus.** Use preservativos tradicionais e preservativos orais para reduzir o contato com saliva ou fezes, especialmente durante o sexo oral ou anal. Evite o beijo grego (sexo oral no ânus) que possivelmente pode transmitir o coronavírus.
- Lave-se sempre antes e depois do sexo. Essa medida é muito importante. Lave frequentemente as mãos com água e sabão por no mínimo 20 segundos.

Coronavirus COVID-19

Práticas de sexo seguro

As relações sexuais podem trazer grandes riscos de transmissão de DSTs e gravidez indesejada. Por isso, é importante adotar os cuidados habituais da prática de sexo seguro.

Lembre-se de que:

- O uso constante e correto de preservativos ajuda a prevenir contra outras DSTs.
- Os preservativos, contraceptivos e contraceptivos de emergência ajudam a prevenir contra a gravidez indesejada (leia mais em www.sexualwellbeing.ie).
- Os preservativos, a profilaxia de pré-exposição (PrEP), o tratamento correto para o HIV e estar com a carga viral indetectável são todas medidas que auxiliam na prevenção contra a transmissão do HIV.

Não há nenhuma evidência que sugere que pessoas que tomam a PrEP ou fazem o tratamento contra o HIV estejam mais protegidas contra o coronavírus.

Quando considerar evitar relações sexuais

- Evite relações sexuais, especialmente o beijo, se o seu parceiro apresentar os sintomas do coronavírus; como febre, tosse ou dificuldade de respiração. **Se você desenvolver sintomas do coronavírus, isole-se e ligue para o médico. Consulte:** <https://www2.hse.ie/conditions/coronavirus/self-isolation-and-limited-social-interaction.html>.
- Evite relações sexuais se você ou seu parceiro tiver uma condição médica que pode se tornar em uma doença séria por causa de uma possível infecção pelo coronavírus. Essas condições podem ser: doenças pulmonares, doenças cardíacas, diabetes, câncer ou um sistema imunológico debilitado (por exemplo, tendo carga viral alta para HIV e um número baixo de CD4). Para obter mais informações, consulte <https://www2.hse.ie/conditions/coronavirus/at-risk-groups.html>.

As relações sexuais devem ser consensuais e entre adultos que tenham a capacidade legal para tomar essa decisão. Leia mais sobre isso em <https://www.sexualwellbeing.ie/sexual-health/consent-and-the-law/>

Outras informações importantes

Existem muitas restrições aos serviços públicos de DSTs por causa da situação do coronavírus. Para saber mais sobre essas restrições, consulte <http://bit.ly/sti-service-restrictions>.

Para obter informações específicas sobre o coronavírus e sexo para gays, bissexuais, homens trans e homens que fazem sexo com homens, consulte <http://www.pt.man2man.ie/resources/> e <https://www.hivireland.ie/what-we-do/mpower/sexual-health-and-covid-19/>

Para obter mais informações sobre o coronavírus e pessoas convivendo com HIV, consulte <https://www.hivireland.ie/living-with-hiv/hiv-and-covid-19/>

Para obter mais informações sobre saúde e bem estar sexual, acesse <https://www.sexualwellbeing.ie/> e <http://www.pt.man2man.ie/>

Estas informações foram atualizadas pela última vez em 31 de março de 2020 e podem estar sujeitas a alterações dependendo das novas restrições e evidências relacionadas ao coronavírus.