

ANNEX 04.

TAULERS DEL RISC COMPLETS

RISC MOLT BAIX		
PRÀCTIQUES SEXUALS	ITS	COM REDUIR EL RISC
PETONS AMB LENGUA	Les infeccions que es poden transmetre amb algunes d'aquestes pràctiques (grip, refredats, mononucleosi,...) no es consideren ITS.	ATENCIÓ: que no hi hagi transmissió de ITS no vol dir que no hi hagi risc. Per exemple d'abusos, pensant en el cybersexe... Podem ampliar el concepte de PREVENCIÓ.
MASTURBACIÓ MÚTUA		
CARÍCIES		
CYBEERSEXE		

RISC BAIX

PRÀCTIQUES SEXUALS	ITS	COM REDUIR EL RISC
PENETRACIÓ DITS-VAGINA	Són pràctiques segures si les mans estan netes. Si a través de les mans s'introdueix fluït d'una persona en l'anus o la vagina d'una altra, hi ha un risc (baix) de transmissió de GONORREA, HEPATITIS B i VIH	Es poden usar guants de làtex o un altre material, no recoberts per talc, o didals (protectors de dits que venen en les farmàcies). Rentar les mans o canviar de guant per passar d'anus a vagina.
PENETRACIÓ DITS-ANUS		També es pot usar un preservatiu per a vagina-anus
FREGAMENT VULVA-VULVA (TISORES)	VPH SARNA LLADELLES HERPES GENITAL (És important recordar que estem en el tauler de risc baix, és a dir, que o bé la transmissió és poc	Es pot usar una banda de làtex o un plàstic de cuina no porós (dels quals no poden anar al microones), encara que cal vigilar que no es mogui ni es doni la volta.
FREGAMENT PENIS-PENIS		Es pot usar condó per a penis

	probable, o bé en general la infecció no és greu. Fer una valoració de risc ens ajuda a prendre decisions sobre quines practiques volem fer i si les volem protegir)	
FREGAMENT PENE-VULVA (EXTERNO)		Es pot usar condó per a penis o per a vagina, encara que en aquest últim cas solament queda protegida la zona coberta pel preservatiu vaginal, que no és tota la vulva sinó una part

RISC MODERAT

PRÀCTIQUESS SEXUALS	ITS	COM REDUIR EL RISC
COMPARTIR JOGUINES SEXUALS	GONORREA SÍFILIS CLAMÍDIA	Posar-los un preservatiu i canviar-lo a cada canvi de persona
SEXE ORAL: BOCA-VULVA	HERPES HEPATITIS B GONORREA SÍFILIS VPH	Usar una barrera de làtex o tallar un preservatiu al llarg i usar-lo de la mateixa forma, o usar plàstic de cuina no porós
SEXE ORAL: BOCA-PENIS	VIH (risc baix)	Usar condó
SEXE ORAL: BOCA-ANUS	En aquestes pràctiques, per la majoria d'infeccions, el risc és per qui posa la boca	Usar una barrera de làtex o tallar un preservatiu al llarg i usar-lo de la mateixa forma, o usar plàstic de cuina no porós

RIESGO ALTO

PRÁCTIQUES SEXUALS	ITS	COM REDUIR EL RISC
PENETRACIÓ PENIS-VAGINA	HERPES VIH HEPATITS B GONORREA SÍFILIS CLAMÍDIA VPH	Usant preservatiu per a penis o per a vagina (mai dues alhora!)
PENETRACIÓ PENIS-ANUS		Usant preservatiu per a penis i lubricant de base aquosa. Sense lubricant o amb lubricant de base silicona és més probable que es trenqui el preservatiu. També es pot usar preservatiu per a vagina-recte, encara que la seva col·locació a l'interior del cul requereix de major autoconeixement que la col·locació del preservatiu per a penis.