Segona onada de la Covid-19

Exposició temporal "Helmut Newton One Hundred", celebrada el novembre passat a Berlín en commemoració del centenari del naixement del fotògraf Helmut Newton ■ M.A.MARCOS/EFE

Sexe de pandèmia

IMPACTES • La por al contagi, la incertesa econòmica, la manca de contacte amb familiars i amics i l'augment de l'estrès provocats per la crisi sanitària han impactat negativament en la sexualitat de moltes persones **LLIGAR •** Les restriccions de la sociabilitat imposades per frenar la Covid poden haver revaloritzat el fet de tenir parella estable

Toni Dalmau
BARCELONA

Posem que es diu Pau. Músic professional en actiu, entrat en la seixantena, divorciat i acostumat a llançar l'ham des de l'escenari amb prou poder de seducció per arrodonir la nit gloriosament entre llençols. Però això succeïa en aquell passat tan proper quan encara la Covid-19 no havia trucat a les portes del món. Ara tot és diferent per ell. "No he aparcat el sexe. Me l'han fet aparcar amb la pandèmia", reconeix. Han caigut en picat els concerts i s'han acabat les trobades sexuals esporàdiques amb admiradores acabades de conèixer. I la cosa tampoc rutlla amb l'amiga de torn amb la qual fins fa ben poc compartia la clàssica sessió doble de sopar intim i al llit. "Ara elles em diuen que tenen familiars d'edat avançada i delicats de salut i conclouen: Quan acabi tot això de la pandèmia ja quedarem". En Pau també ho ha intentat apuntant-se a GentComTu!, el portal en català per lligar. "Aquí alguna dona a la qual li ha agradat el meu perfil m'ha arribat a demanar una PCR negativa com a condició per quedar". Davant aquest panorama, punt i final. El músic s'ha retirat de la plataforma i afirma que ha aparcat el sexe amb l'esperança que les vacunes canviïn la situació. S'escuda també amb la prudència: "Podríem dir que ara estic sexualment en atur perquè no em surten ocasions però també he de reconèixer que davant el coronavirus sóc una persona de risc: tinc més de 60 anys, sóc asmàtic i professionalment participo a molts assajos amb gent jove".

El cas d'aquest músic serveix com a exemple puntual d'un dels danys colaterals que pot causar la Covid en la vida sexual d'algun sector de la població. No hi ha, però, encara cap estudi concloent que permeti posar números al nivell de destrempament físic o mental que afecta la societat. Les circumstàncies personals o de parella són innumerables i les variables, infinites. La pandèmia i encara més, el confinament, pot provocar temor a patir la malaltia o a perdre un familiar, incertesa econòmica, aïllament, estrès, en definitiva un conjunt d'impactes anímics que no ajuden al desig sexual. "La sexualitat -explica la sexòloga i ginecòloga Raquel Tulleuda- és molt transversal i pot quedar afectada per qualsevol cosa que ens passi, des d'un problema econòmic fins a una pèrdua de les llibertats com succeeix ara amb les restriccions. L'impacte en el desig sexual depèn de com som cada un de nosaltres. Per la persona que té molta necessitat de sociabilitzar, la pandèmia és un escenari desfavorable que impactarà en la seva sensació de benestar, li modificarà l'humor i per a tant en les coses que tindrà ganes de fer. El temor al contagi -afegeix aquesta sexòloga- també hi juga un paper. Hi ha parelles en les quals la sexualitat ha passat a un segon, tercer o quart ordre d'interès, perquè, per exemple, un d'ells treballa a un hospital. Jo diria que en línies generals, la pandèmia ha anat malament per la sexualitat.

Parelles estables

Com viuen sexualment la pandèmia les parelles estables?. Un estutudi, pendent de publicació, realitzat per l'Acadèmia Internacional de Sexología Mèdica a partir d'entrevistes a més de 5.000 persones de diferents països, sobretot a l'estat espanyol i l'Argentina, dona algunes pistes sobre l'impacte del confinament a la sexualitat. Així, per exemple, el nivell de satisfacció sexual està relacionat amb el tipus d'habitatge i amb el nombre de persones que hi viuen. A més persones per metre quadrat menys satisfacció. Un factor que també surt negatiu quan les parelles estables conviuen amb adolescents o quan el confinament s'allarga més enllà dels quinze dies.

El psicòleg Adrián Montesano, professor de la UOC i especialista en teràpia sexual i de parella, apunta que la dinàmica del desig és especial: "Solem desitjar allò que ens és difícil d'aconseguir i si ja ho tenim no ho desitgem tant. La disponibilitat continua de la parella a casa, com va passar en el confinament, no significa que es produeixi directament un augment de les relacions sexuals sinó que hi pot jugar a la contra. En canvi les parelles que per diverses circumstàncies van viure separats el confinament, la dinàmica del desig els pot haver estat sexualment favorable propiciant retrobades furtives. En aquest cas, allò prohibit genera més ganes".

Per Raquel Tulleuda cal tenir en compte que hi ha dos grups de parelles estables: "El confinament ha anat bé a les que tenen un bon vincle i necessitaven gaudir d'un temps de qualitat, mentre que les que pateixen un equilibri disfuncional, aquest mateix excés de temps ha estat dramàtic. És el que passa durant les vacances: hi ha parelles que en gaudeixen mentre que altres, després d'haver de passar tantes hores junts, es separen".

A l'inici de la pandèmia hi havia qui apostava que es produirien dos fenòmens: un augment dels divorcis i un baby boom. Segons Montesano, les dades disponibles no indiquen que el 2020 s'hagin divorciat més parelles del que és habitual com ha passat a Xina, on el procediment per fer-ho és molt ràpid. Aquí les xifres poden fins i tot haver baixat perquè durant el confinament molta gent no va poder fer els tràmits. Pel que fa a un hipotètic baby boom propiciat per les llargues jornades de confinament de les parelles dins les llars, Albert Esteve, director del Centre d'Estudis Demogràfics el descarta. "Ara la fe-

És una crisi de contacte: no poder tocar a l'altre, no poder-lo besar

cunditat està molt desvinculada de la sexualitat. La sexualitat va per una banda i tenir fills per una altra. Està tot molt controlat. L'únic que pot haver passat és que les parelles que buscaven tenir un fill hagin disposat de més relaxament. Però també hi ha factors negatius com ara l'augment de la incertesa econòmica i el fet que molts tractaments de fecunditat no s'han pogut fer perquè les clíniques han estat tancades força temps".

Sense parella

Tornant a l'estudi de l'Acadèmia Internacional de Sexologia, una altra de les conclusions és que la pandèmia, amb totes les seves restriccions, ha posat en valor el fet de tenir parella estable. Per la sexòloga Raquel Tulleuda, són temps complicats per qui no en té i en cerca. "És un moment francament difícil. Encara que dues persones es trobin amb l'aplicació Tinder i s'agradin, el simple fet de quedar per anar a prendre una copa no és tan senzill com ho era abans".

El confinament encara complica més la situació: "Conec un cas de dues persones que havien iniciat una relació quan va començar el confinament i van decidir tirar pel dret i confinar-

Ferran Pujol a la seu del centre comunitari BCN Checkpoint ■ ORIOL DURAN

se junts. Ara són parella fet", explica Tulleuda.

Pel que fa al sexe esporàdic, el psicòleg Adrian Montesano apunta que, si hem de fer cas a les dades facilitades per les plataformes especialitzades, ha augmentat, sobretot durant el confinament. "Hem viscut altres crisis, però mai una crisi de contacte com aquesta: no poder tocar a l'altre, no poder besar-lo i abraçar. Hi ha una gran necessitat de contacte i la gent que té perfil a les plataformes ha estat més activa i molts que no en té s'hi han apuntat. També ha augmentat el sexe virtual i les visites a les webs pornogràfiques".

El temor al contacte físic pot haver propiciat les pràctiques masturbatòries. Hi ha un eslògan que ha fet fortuna fins i tot en campanyes oficials de les autoritats sanitaries: La parella sexual més segura en temps de Covid és un mateix.

"Considerar que un mateix és apte per donar-se plaer sexual és una evidència i tots els sexòlegs ho recomanem. Ara bé intentar fer creure que jo soc parella sexual de mi mateixa és banalitzar les relacions sexuals com si fossin absolutament prescindibles. Cal un mínim de prudència davant el Covid, però la major part d'humans necessitem el contacte sexual per tenir una salut òptima", subratlla Tulleuda.

Mesures preventives

El coronavirus SARS-CoV-2 no ha estat localitzat en el semen ni en el fluix vaginal, però sí a la fenta i també a la saliva i a l'alè. Per a tant el risc de contagi de la Covid durant les relacions sexuals és pot produir hipotèticament amb la penetració anal i sobretot amb els petons. Per això, una investigació liderada per experts de la Universitat de Harvard recomanava fa uns mesos que per tenir un sexe segur en temps de Covid convindria practicar-lo amb mascareta. Una opció que Raquel Tulleuda no dubta en qualificar com a "descabellada". "En les relacions sexuals haver-te de comunicar amb mascareta sense veure l'expressió de la cara és molt difícil. No podem oblidar que una de les funcions més importants de la sexualitat és la comunicació. I tot el que és expressió no verbal té més importància que l'estrictament verbal. Tinc la sensació en la meva feina que les coses ben fetes a nivell de coronavirus i les coses ben fetes a nivell de sexualitat van per camins divergents".

Mascareta al marge, les mesures preventives recomanades sobretot per les parelles esporàdiques o les parelles estables obertes fan referència a l'ús de preservatius, fundes de làtex, rentat de mans i de joguines sexuals i evitar el sexe i els petons si un dels membres de la parella té símptomes de Covid.

VIH i coronavirus

Les persones que són VIH positives, és a dir que tenen el virus de la immunodeficiència humana, agent causal de la SIDA, però que estan clínicament controlades i prenen la medicació corresponent, tenen les mateixes possibilitats de contagi que la població en general. Ferran Pujol, director del BCN CheckPoint, centre de referència a Barcelona i a Catalunya per la detecció del VIH i altres infeccions de transmissió sexual i adreçat al col·lectiu d'homes gais, bisexuals i dones transsexuals, confirma que no s'ha notat una major incidència de la Covid en persones amb VIH controlat. "Estem parlant de gent que té el virus immunologicament controlat, amb càrregues virals del VIH indetectables, estables clínicament i amb una immunologia correcta. Són la majoria de persones que avui dia viuen amb el VIH gràcies a uns tractaments realment efectius i molt pocs tòxics. Fins i tot el que s'ha vist és que la simptomatologia de Covid en persones amb VIH positiva ha sigut més lleu, però encara no sabem si això és estadísticament significatiu".

Aquesta situació no és la mateixa en una minoria de persones que tenen des de fa temps un VIH no diagnosticat i per a tant un sistema immunològic molt malmès. "En aquests casos, apunta Pujol, "l'evolució i pronòstic de la Covid seria probablement un altre".

La pandèmia no ha dificultat a Catalunya l'accés al tractament del VIH per a persones

Una investigació científica recomana practicar sexe amb mascareta

que estan infectades, però si que ha afectat a un altre dels pilars bàsics del BCN CheckPoint, la profilaxi preexposició (PrEP), un tractament amb antiretrovirals que impedeix que s'infectin de Sida persones sexualment actives que pertanyen als grups de població més exposats al VIH, entre ells professionals de la prostitució. En el centre són ateses en aquest programa 1.800 persones però n'hi ha un miler més en llista d'espera que no s'hi han pogut incorporar perquè la Generalitat, ha conseqüència de les despeses provocades per la pandèmia, ha retallat una part de la dotació prevista pel PrEP. Les persones que prenen aquesta medicació passen quatre controls mèdics a l'any que permeten detectar altres infeccions de transmissió sexual (ITS) com la sífilis, la gonorrea i la clamídia. "Encara és d'hora per saber si han augmentat aquestes infeccions durant la pandèmia, però pot haver estat així, entre altres coses perquè durant tres mesos no hem pogut fer de manera normalitzada els controls d'ITS. La majoria de les proves s'envien a l'Hospital de la Vall d'Ebrón, però el laboratori de microbiologia estava saturat per les PCR i no les podia acceptar". ■