



# Taller: Gestión de Riesgos en las Prácticas Leather BDSM

**“Placer informado, riesgo consciente, comunidad segura”**

## Objetivo general

Brindar a las personas participantes herramientas prácticas, éticas y emocionales para **identificar, evaluar, reducir y gestionar riesgos** en prácticas BDSM dentro de la cultura leather, promoviendo el **consentimiento informado, el autocuidado y el cuidado comunitario**.

## Público objetivo

- Personas interesadas o activas en prácticas BDSM y leather
- Dominantes, sumisos/as, switches
- Organizadores/as de eventos, play parties y espacios leather
- Personas nuevas (newbies) y con experiencia
- Comunidad LGBTQ+



# Estructura del Taller

## 1.- Introducción: Cultura Leather y Responsabilidad

### Contenidos:

La **gestión de riesgos en las prácticas BDSM** es el proceso consciente, informado y continuo de **identificar, evaluar, reducir y supervisar los posibles riesgos físicos, emocionales y relacionales** antes, durante y después de una dinámica.

No significa eliminar todo riesgo (porque el BDSM implica intensidad), sino **reducirlo a niveles aceptables mediante conocimiento, negociación y responsabilidad compartida**.

### 1.1 ¿Por qué hablar de gestión de riesgos?

En BDSM pueden existir riesgos como:

- Lesiones físicas (hematomas, daño nervioso, asfixia accidental).
- Impacto emocional (sub drop, retraumatización).
- Desequilibrios de poder.
- Riesgos legales si no hay consentimiento claro.

La diferencia entre práctica ética y negligencia no está en la intensidad, sino en la preparación.

### 1.2 Principios que sustentan la gestión de riesgos

Dentro de la cultura Leather y BDSM surgieron protocolos como:

#### ◆ **SSC (Safe, Sane and Consensual)**

Seguro, sensato y consensuado.

#### ◆ **RACK (Risk-Aware Consensual Kink)**

Práctica consensuada con conocimiento consciente del riesgo.

Ambos modelos enfatizan responsabilidad informada.



## 1.3 Etapas de la gestión de riesgos

### A) Antes de la escena (Prevención)

#### ✓ Evaluación

- Experiencia de cada persona.
- Estado físico y mental.
- Medicación.
- Historia de trauma relevante.
- Triggers.

#### ✓ Negociación

- Límites duros (hard limits).
- Límites blandos (soft limits).
- Intensidad esperada.
- Palabra de seguridad.
- Señales no verbales (si hay restricción).

#### ✓ Preparación técnica

- Conocimiento anatómico.
- Herramientas en buen estado.
- Tijeras de seguridad (en bondage).
- Espacio seguro y ventilado.
- Kit básico de primeros auxilios.

### B) Durante la escena (Monitoreo)

- Observar respiración y coloración.
- Vigilar respuesta emocional.



- Checar comunicación.
- Ajustar intensidad.
- Respetar inmediatamente la palabra de seguridad.

Gestión de riesgo es **monitoreo activo**, no improvisación.

### **C) Después de la escena (Contención y evaluación)**

#### **✓ Aftercare**

- Hidratación.
- Contacto físico si se desea.
- Regulación emocional.
- Revisión de marcas o lesiones.

#### **✓ Debrief**

- ¿Qué funcionó?
- ¿Qué se puede ajustar?
- ¿Hubo algo inesperado?

### **1.4. Tipos de riesgos en BDSM**

#### **● Riesgos físicos**

- Impacto mal dirigido.
- Compresión nerviosa.
- Asfixia (alto riesgo).
- Deshidratación.
- Hipoglucemia.

#### **● Riesgos psicológicos**



- Sub drop.
- Apego no negociado.
- Retraumatización.
- Manipulación emocional.

### **Riesgos sociales/legales**

- Consentimiento no documentado.
- Exposición no consensuada.
- Conflictos comunitarios.

### **1.5 Ejemplo práctico**

Sin gestión de riesgos:

Se improvisa una sesión intensa sin hablar límites ni estado emocional.

Con gestión de riesgos:

Se negocia, se revisa salud, se acuerda palabra de seguridad, se monitorea y se hace aftercare.

La diferencia no es la intensidad, es la estructura.

### **1.6 Lo que NO es gestión de riesgos**

- “Yo tengo experiencia, no pasa nada.”
- “Siempre lo he hecho así.”
- Ignorar señales emocionales.
- Minimizar un “no”.
- Presionar para cruzar límites.

### **1.7 Enfoque de reducción de daños**



La gestión de riesgos en BDSM se parece al enfoque médico de reducción de daños:

1. Reconocer que la práctica existe.
2. Informar con evidencia.
3. Minimizar daño.
4. Empoderar decisiones conscientes.

## 1.8 En resumen

La gestión de riesgos en BDSM es:

**Conciencia + negociación + conocimiento técnico + monitoreo + responsabilidad posterior.**

No busca prohibir la intensidad.

Busca que la intensidad sea ética, informada y segura.

## 2.- Principios de los protocolos Leather BDSM:

### **SSC – Safe, Sane, & Consensual (Sensato, Seguro y Consensuado)**

Se centra en el sentido común de la seguridad y el consentimiento de la persona a quien dominan. Aunque considerado el mejor sistema de todos, quien domina tiene muchos límites puesto que está sujeta al consentimiento de la persona dominada, y no debe hacer nada que pueda arriesgar la seguridad de esa persona, incluso si lo desea. Esta limitación es algo no deseado por mucha gente, puesto que prefieren intercambio de poder entre top y bottom, con más poder para Tops.

### **RACK – Risk Aware Consensual Kink**

**(RACSA: riesgo asumido y consensuado para prácticas de sexualidad alternativa o no convencionales)**

Este es técnicamente un sustituto del SSC, y permite actividades prohibidas bajo el SSC (por ser poco seguras en cuanto a la sensatez). El concepto básico es que, mientras que las personas participantes sean conscientes de los riesgos que implica algo, no hay problema que sigan adelante. De todos modos, «True Consent» (un consentimiento claro y definitivo) es una condición fundamental. RACK permite más actividades pero, psicológicamente, la persona dominada tiene más poder, puesto que las actividades se basan sólo en las necesidades de la persona dominada. Se creó basándose en que la mayoría de las actividades dentro del **BDSMK** no pueden ser 100% seguras, y tenemos que arriesgarnos un poco. Por eso el foco aquí es «ser conscientes del riesgo» (risk awareness) y no «seguridad basada en el sentido común» (safety based on sanity). Más y más practicantes han empezado a denominarse RACK



en lugar de SSC. De todos modos, fuera de la comunidad BDS, el SSC es el más popular para definir la ideología de quienes lo practican.

### **PRICK – Personal-Responsibility Informed Consensual Kink\*\***

**(Prácticas no-convencionales consensuadas e informadas basadas en la propia responsabilidad)**

Bastante reciente y poco popular, PRICK es una ampliación de RACK, añadiendo sólo una única cláusula (mientras manteniendo el resto igual) por la que ambas partes (sea Top, sea bottom) son responsables de sus propias acciones. Esto tiene más de transferencia del riesgo de Top a bottom, lo que sobre todo sugiere que cuando la persona dominada ha dado su consentimiento para una actividad, esa persona es responsable de la actividad y no la persona que está dominando (que es realmente quien practica esa actividad). En este sistema, la persona dominada tiene más poder que quien domina, comparado con RACK. Aunque sea bastante similar a RACK, la satisfacción mental de la persona que domina permite que se den mejor sesiones debido a que hay menos riesgo dependiendo de ella. Para mucha gente no tiene sentido usar PRICK, también debido al significado literal de la palabra «prick»\*\*

### **CCC – Committed Compassionate Consensual**

Término muy reciente, CCC se ha hecho popular entre grupos BDSM pequeños. CCC tiene lo que los otros tres protocolos no tienen, pero obviamente a costa de la seguridad de la persona dominada. CCC es técnicamente el máximo intercambio de poder entre Top y bottom, y es más apropiado para el TPE (Total Power Exchange, intercambio de poder total) o las relaciones 24/7, más que para sesiones con profesionales o grupos/parejas durante un corto período.

En este sistema, en lugar de determinar cuáles son los deseos y requerimientos de la persona dominada, sólo se determinan cuáles son las actividades «no-deseadas». O dicho de otra manera, sólo se especifican los «límites» infranqueables. A partir de ahí es la persona que domina quien determina cuáles serán todas las actividades, cuándo y qué, por su cuenta. Las «palabras de seguridad» (safeword) tampoco están permitidas. Este intercambio total de poder es deseado por mucha gente, pero los riesgos son muchos.

De todos modos puede haber discusiones abiertas para cambiar los límites, de modo que se mantenga dentro de los márgenes del consenso, base del BDSM. CCC suena como algo muy sencillo y satisfactorio para la mayoría, pero pocas puedes personas se atreven a hacerlo realmente. Tan pronto como se dan cuenta de los riesgos asociados, y la dificultad de manejar adecuadamente esas situaciones, rápidamente vuelven a adoptar alguno de los otros tres sistemas.

## **2.1 Diferencia entre riesgo aceptado vs negligencia**

La principal diferencia es que el riesgo aceptado implica un **consentimiento voluntario e informado** a un peligro conocido e inherente a una practica, mientras que la negligencia es la falta de cuidado sensato o el incumplimiento de un deber, lo que causa un daño evitable.



## Riesgo Aceptado

- **Voluntariedad y Conocimiento:** Una persona asume un riesgo cuando, de forma voluntaria, decide enfrentar un peligro específico del cual es plenamente consciente.
- **Inherente a la Actividad:** El riesgo es una parte intrínseca y esperada de la práctica (por ejemplo, los riesgos de una quemadura por cera al practicar wax play).
- **Ausencia de Deber Incumplido:** Generalmente, si el riesgo es aceptado, la otra parte (por ejemplo el DOM o Amo) no ha incumplido su deber de cuidado, siempre y cuando haya tomado las precauciones sensatas y no haya actuado de manera imprudente.

## Negligencia

- **Falta de Cuidado sensato:** La negligencia ocurre cuando una persona no actúa con el mismo cuidado que lo haría una "persona razonable" en circunstancias similares.
- **Incumplimiento de un Deber:** Implica el incumplimiento de un deber de cuidado preestablecido, ya sea por acción (hacer algo indebido) u omisión (no hacer algo que se debería hacer).
- **Evitabilidad del Daño:** A diferencia del riesgo aceptado, el daño resultante de la negligencia podría haberse evitado si se hubiera ejercido la atención adecuada.
- **Responsabilidad Legal:** La parte negligente puede ser considerada legalmente responsable por los daños causados, ya que el daño no fue un riesgo inherente y aceptado, sino el resultado de un descuido.

## 2.2 El rol del poder y la responsabilidad

En el BDSM, la dinámica se basa en un intercambio de poder consensuado donde los roles definen las responsabilidades de cada participante para garantizar una experiencia segura y satisfactoria.

### 1. El Rol Dominante (Top/Amo/Ama)

Es quien asume el control de la escena o de la relación. Sus responsabilidades principales son:

- **Liderazgo y Seguridad:** Establecer los límites y vigilar el bienestar físico y emocional del subsumiso en todo momento.
- **Gestión de la Escena:** Dirigir las actividades y asegurar que se respeten los acuerdos previos y las palabras de seguridad.
- **Cuidado Post-Escena (Aftercare):** Proporcionar contención emocional y física una vez terminada la sesión para ayudar al compañero a "aterrizar".

### 2. El Rol Sumiso (Bottom/Esclavo/Siervo)

Es quien cede el control voluntariamente. Sus responsabilidades incluyen:



- Comunicación Honesta: Expresar claramente sus límites, miedos y deseos durante la negociación previa.
- Autoconocimiento: Conocer sus propios límites físicos y psicológicos para evitar situaciones de riesgo.
- Uso de Palabras de Seguridad: Utilizar las señales acordadas (como el sistema del semáforo: rojo, amarillo, verde) para detener o ajustar la intensidad de la escena.

### 3. El Switch

Es una persona que disfruta alternar entre ambos roles (dominante y sumiso) dependiendo del contexto, la pareja o el deseo del momento, asumiendo las responsabilidades de cada rol según el papel que desempeñe.

## 3.- Tipos de Riesgos en las Prácticas BDSM

### 3.1 Riesgos físicos:

#### Juegos de Impacto (golpes)

CON LA MANO	
SPANKING	NALGADAS
SLAPING	CACHETADAS
PUSHING	GOLPES CON EL PUÑO
RASGUÑOS	
PELLIZCOS	

CON HERRAMIENTAS			
PADDLING	CANNING	FLOGGING	WHIPING
PALAS	VARAS	FLOGGER	LATIGOS

Los **riesgos físicos del impact play** (uso de manos, puño, paletas, látigos u otros implementos para generar impacto corporal) en prácticas BDSM se relacionan principalmente con **lesiones cutáneas, daño vascular, compromiso nervioso y trauma en órganos internos** si no se realiza con conocimiento anatómico y control de intensidad.



## **Lesiones Cutáneas**

Son las más frecuentes.

### **Posibles efectos:**

- Eritema (enrojecimiento)
- Hematomas
- Petequias
- Abrasiones
- Laceraciones
- Marcas permanentes

### **Factores que aumentan riesgo:**

- Repetición constante en el mismo punto
- Implementos con bordes duros o irregulares
- Piel deshidratada
- Uso de fuerza sin control progresivo

## **Daño Vascular**

El impacto puede romper vasos sanguíneos superficiales o profundos.

### **Riesgos:**

- Hematomas extensos
- Hematomas profundos dolorosos
- Inflamación significativa



En casos raros pero posibles:

- Sangrado interno si se golpean zonas no seguras

### **Lesión Nerviosa**

Golpear zonas donde pasan nervios superficiales puede provocar:

- Dolor eléctrico intenso
- Entumecimiento
- Hormigueo persistente
- Debilidad temporal

Zonas de mayor cuidado:

- Parte posterior del brazo (nervio radial)
- Lado externo del muslo
- Zona detrás de la rodilla

### **Lesiones Musculares**

- Contracturas
- Desgarros leves
- Inflamación muscular
- Dolor prolongado (más allá de lo esperado)

Mayor riesgo si:

- No hay calentamiento previo
- Se usan implementos rígidos con mucha fuerza
- Hay fatiga muscular previa



## **Riesgo Óseo o de Órganos Internos**

Golpear zonas incorrectas puede generar complicaciones graves.

△ Zonas que deben evitarse para impactos intensos:

- Riñones (zona lumbar alta)
- Columna vertebral
- Coccix
- Abdomen
- Articulaciones
- Costillas

El impacto debe dirigirse preferentemente a áreas con mayor masa muscular, como glúteos y parte posterior de muslos.

## **Complicaciones Sistémicas**

- Mareo por dolor intenso
- Respuesta vasovagal (desmayo)
- Náusea
- Hiperventilación

En sesiones prolongadas puede haber:

- Fatiga extrema
- Sub drop posterior



## **Señales de Alarma Inmediata**

Detener escena si aparece:

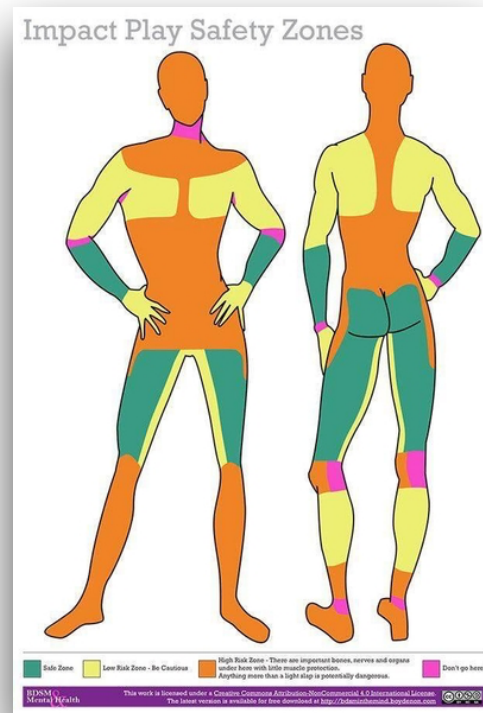
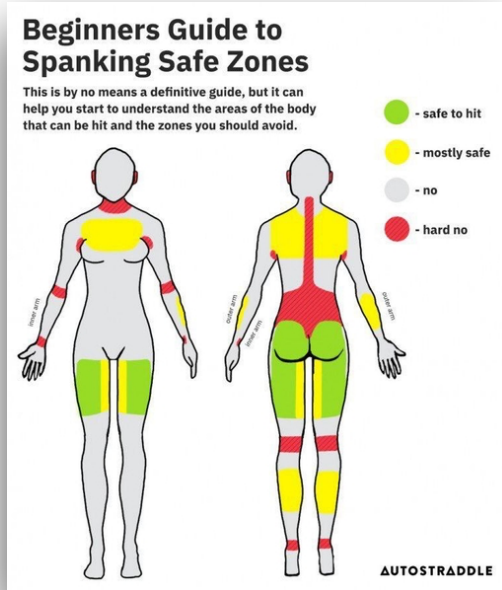
- Dolor punzante profundo no esperado
- Inflamación asimétrica importante
- Cambio de coloración anormal (más allá del hematoma típico)
- Dificultad para mover una extremidad
- Mareo intenso o pérdida de conciencia

## **Factores que Aumentan el Riesgo**

- Consumo de alcohol o sustancias
- Problemas de coagulación
- Uso de anticoagulantes
- Enfermedades hepáticas
- Hipertensión no controlada
- Falta de comunicación activa

## **Principios de Reducción de Daños**

- ✓ Calentamiento progresivo
- ✓ Incremento gradual de intensidad
- ✓ Alternar zonas de impacto
- ✓ Evitar zonas anatómicamente peligrosas
- ✓ Hidratación adecuada
- ✓ Aftercare físico y monitoreo en 24–48 horas
- ✓ Conocimiento anatómico básico



## **Bondage: oriental (Shibari)/ occidental (sujeción)**

Los riesgos físicos del bondage (restricción con cuerdas, esposas u otros dispositivos) en prácticas BDSM se relacionan principalmente con compresión nerviosa, alteraciones circulatorias, lesiones musculoesqueléticas y accidentes por caída.

La severidad depende de la técnica, duración, posición, monitoreo y experiencia.

### **Riesgos Neurológicos (los más importantes)**

La compresión prolongada o mal posicionada puede afectar nervios periféricos.

Nervios comúnmente comprometidos:

- Nervio radial (brazo superior)
- Nervio cubital (zona interna del codo)
- Nervio mediano (mano)
- Nervio peroneo común (piernas)



Posibles consecuencias:

- Hormigueo persistente
- Entumecimiento
- Debilidad muscular
- Pérdida de movilidad temporal
- En casos severos: neuropraxia o lesión nerviosa prolongada

△ El daño nervioso puede ocurrir antes de que la persona lo perciba completamente.

### **Riesgos Circulatorios**

La presión excesiva puede comprometer el retorno venoso.

Señales de alerta:

- Cambio de color (palidez o tono azulado)
- Frialdad distal
- Inflamación marcada
- Dolor pulsátil

Riesgo aumentado si:

- Hay restricción muy ajustada
- Se combinan posiciones con brazos elevados por tiempo prolongado
- Hay antecedentes vasculares

### **Lesiones Musculoesqueléticas**

- Esguinces
- Luxaciones (especialmente hombro)
- Contracturas



- Desgarros
- Sobrecarga articular

Mayor riesgo en:

- Suspensiones sin entrenamiento
- Personas con hipermovilidad
- Posturas forzadas prolongadas

### **Riesgo de Caídas**

En bondage de pie o suspensión:

- Pérdida de equilibrio
- Fallo del anclaje
- Colapso por mareo

Puede generar:

- Traumatismo craneal
- Fracturas
- Contusiones severas

### **Compromiso Respiratorio**

Especialmente en:

- Restricciones torácicas
- Posiciones comprimidas
- Fatiga extrema

Señales de alarma:

- Dificultad para hablar
- Respiración superficial



- Mareo
- Cianosis

### **Lesiones Cutáneas**

- Abrusiones
- Quemaduras por fricción
- Ampollas
- Marcas permanentes
- Infección secundaria si no hay higiene adecuada

### **Factores que Aumentan el Riesgo**

- Duración prolongada
- Falta de tijeras de seguridad accesibles
- Consumo de alcohol o sustancias
- Ausencia de chequeo verbal
- Inexperiencia técnica
- Uso de materiales inadecuados

### **Señales de Emergencia Inmediata**

Detener escena si hay:

- Pérdida de conciencia
- Incapacidad para mover dedos
- Dolor eléctrico intenso
- Cambio brusco de coloración
- Pérdida de sensibilidad persistente



## Principios de Reducción de Daños

- ✓ Nunca dejar sola a una persona restringida
- ✓ Tener tijeras de seguridad a la mano
- ✓ Monitorear color, temperatura y movilidad distal
- ✓ Evitar presión directa en trayectos nerviosos
- ✓ Limitar duración progresivamente
- ✓ Capacitación técnica antes de suspensiones

## Juegos al Limite (Edge Play)

El **edge play** en prácticas BDSM se refiere a dinámicas que implican **mayor nivel de riesgo físico o psicológico**, donde el margen de seguridad es más estrecho y el potencial de daño aumenta si no existe formación técnica, experiencia y protocolos estrictos.

Desde un enfoque de gestión de riesgos, los peligros físicos pueden ser significativamente mayores que en otras prácticas.

PRACTICA	SIGNIFICADO
BREATH PLAY	JUEGOS DE ASFIXIA
BLOODPLAY	JUEGO CON SANGRE
KNIFEPLAY	JUEGOS CON CUCHILLOS
FIRE PLAY	JUEGOS CON FUEGO
IMPACT PLAY EXTREME	GOLPES EXTREMOS
CNC	JUEGOS DE NO CONSENSUADO (VIOLACION/SECUESTRO)
MEDICAL PLAY	JUEGOS DE AGUJAS/SONDAS
ELECTRICALPLAY	JUEGOS CON ELECTRICIDAD



## ¿Por qué se considera de alto riesgo?

Porque puede involucrar:

- Manipulación de la respiración
- Exposición controlada a sangre
- Estímulos extremos de dolor
- Restricción prolongada o compleja
- Simulación de situaciones intensas o límites fisiológicos

El “borde” (edge) hace referencia a estar cerca de un límite fisiológico o psicológico que puede derivar en lesiones irreversibles, daños permanentes e incluso riesgos para la vida.

## Riesgos Respiratorios

Si hay manipulación del cuello, presión torácica o limitación de oxígeno:

### Posibles consecuencias:

- Hipoxia
- Pérdida de conciencia
- Convulsiones
- Daño cerebral irreversible en pocos minutos
- Paro cardiorrespiratorio

△ El daño puede ocurrir rápidamente y sin señales previas claras.

## Riesgos Hemorrágicos o Infecciosos

En prácticas que involucren sangre o perforación:

- Hemorragia excesiva
- Infecciones bacterianas



- Transmisión de VIH, VPH, hepatitis u otras ITS
- Celulitis o abscesos
- Cicatrices permanentes

El riesgo aumenta si:

- No hay técnica estéril
- No hay conocimiento anatómico
- Se desconoce estado serológico

### **Lesión Nerviosa Grave**

En restricción extrema o compresión intensa:

- Neuropraxia prolongada
- Pérdida de sensibilidad permanente
- Debilidad muscular persistente
- Dolor neuropático crónico

### **Lesiones Vasculares**

- Trombosis
- Hematomas profundos
- Daño arterial o venoso
- Isquemia tisular

Especialmente en prácticas prolongadas o con presión localizada.

### **Lesiones Musculoesqueléticas Severas**

- Luxaciones
- Fracturas
- Desgarros profundos
- Compromiso articular permanente



Mayor riesgo en suspensiones avanzadas o posturas forzadas prolongadas.

### **Riesgos Sistémicos**

- Desmayo por respuesta vasovagal
- Shock por dolor extremo
- Arritmias en personas predispuestas
- Deshidratación severa
- Rabdomiólisis (en casos extremos de compresión prolongada)

### **Factores que Incrementan el Riesgo**

- Consumo de alcohol o drogas
- Falta de experiencia técnica
- Ausencia de plan de contingencia
- No tener acceso inmediato a servicios médicos
- Condiciones médicas previas no reveladas
- No realizar chequeos constantes

### **Diferencia clave**

En edge play:

- El margen de error es pequeño.
- La intervención tardía puede no ser reversible.
- El consentimiento no elimina el riesgo fisiológico.

### **Señales de Emergencia Inmediata**

Detener completamente si hay:

- Pérdida de conciencia
- Dificultad respiratoria
- Sangrado que no cede



- Dolor profundo no habitual
- Cambio de coloración extrema
- Convulsiones

Activar servicios de emergencia si es necesario.

## **Enfoque Profesional**

El edge play no debe improvisarse. Requiere:

- ✓ Formación técnica avanzada
- ✓ Conocimiento anatómico y fisiológico
- ✓ Gestión de riesgos estructurada
- ✓ Plan de contingencia claro
- ✓ Seguimiento posterior obligatorio

## **USO DE JUGUETES E INFECCIONES**

Los **riesgos físicos e infecciosos del uso de juguetes sexuales en prácticas BDSM** dependen principalmente de:

- Material del juguete
- Vía de uso (anal, vaginal, oral, cutánea)
- Prácticas combinadas (impacto, fluidos, sangre)
- Higiene y desinfección
- Uso compartido o individual

Desde un enfoque de reducción de daños, se dividen en **riesgos mecánicos (físicos)** y **riesgos infecciosos**.

### **I. RIESGOS FÍSICOS**

#### **Lesiones de mucosa (anal o vaginal)**

- Microdesgarros
- Fisuras anales



- Laceraciones
- Sangrado
- Dolor persistente

Factores de riesgo:

- Falta de lubricación
- Tamaño excesivo
- Inserción brusca
- Material rígido sin flexibilidad
- Falta de progresión

### **Perforación o lesión profunda (casos graves)**

Puede ocurrir en prácticas anales con:

- Objetos no diseñados para uso interno
- Ausencia de base de seguridad en juguetes anales
- Movimiento violento o pérdida de control

Complicaciones:

- Perforación rectal
- Peritonitis
- Cirugía de urgencia

△ Todo juguete anal debe tener base amplia de retención.

### **Lesiones por presión o succión**

En bombas de vacío o dispositivos de presión:

- Edema excesivo
- Hematomas
- Daño vascular



- Lesión tisular

## **Quemaduras o lesiones térmicas**

En juguetes que se calientan o enfrían:

- Quemaduras por calor
- Lesión por frío extremo
- Necrosis superficial si hay exposición prolongada

## **Reacciones alérgicas o irritativas**

Materiales de riesgo:

- látex (en personas sensibles)
- Jelly o PVC de baja calidad
- Materiales porosos sin certificación

Síntomas:

- Prurito
- Inflamación
- Dermatitis de contacto

## **II. RIESGOS INFECCIOSOS**

### **Infecciones bacterianas**

- Vaginosis bacteriana
- Infecciones urinarias
- Proctitis bacteriana
- Celulitis cutánea (si hay lesión)

Riesgo aumenta si:

- No se lavan correctamente



- Se usan en varias personas sin protección
- Se cambia de vía (anal a vaginal) sin limpieza

## **Infecciones por ITS**

Posible transmisión de:

- VIH
- VPH
- Herpes simple
- Hepatitis B o C
- Gonorrea
- Clamidia

Mayor riesgo si:

- Hay presencia de sangre
- Se comparten sin preservativo
- Hay microlesiones en mucosa

## **Infecciones fúngicas**

- Candidiasis vaginal
- Infecciones por hongos en piel

Especialmente si:

- Se almacenan húmedos
- No se secan adecuadamente
- Se usan materiales porosos

## **Biofilm en materiales porosos**

Materiales como jelly, TPR o silicona no médica pueden:



- Retener bacterias microscópicas
- No desinfectarse completamente
- Favorecer reinfección

### **III. Factores que Aumentan el Riesgo**

- Uso compartido sin barrera
- Falta de lubricación
- Consumo de alcohol o drogas
- Uso prolongado sin descanso
- No conocer estado serológico
- Sistema inmune comprometido

### **IV. Señales de Alarma Posteriores**

Buscar atención médica si hay:

- Fiebre
- Dolor abdominal intenso
- Sangrado persistente
- Secreción anormal
- Dolor al orinar
- Inflamación importante
- Mal olor persistente

### **V. Principios de Reducción de Daños**

- ✓ Usar juguetes de silicona médica, acero quirúrgico o vidrio templado
- ✓ Usar preservativo si se comparte
- ✓ No pasar de anal a vaginal sin cambio de barrera
- ✓ Lubricación abundante
- ✓ Limpieza con agua tibia y jabón neutro o desinfección adecuada
- ✓ Secado completo antes de guardar



- ✓ No usar objetos improvisados
- ✓ Verificar base de seguridad en juguetes anales

### 3.2 Riesgos emocionales y psicológicos

Hablar de **riesgos emocionales y psicológicos en las prácticas BDSM** no significa patologizar la práctica, sino reconocer que la intensidad física y relacional puede activar procesos profundos en el sistema nervioso y en la historia emocional de cada persona.

El BDSM ético incluye gestión de riesgos emocionales, no solo físicos.

#### Sub Drop y Dom Drop

Después de una escena intensa puede ocurrir una caída emocional por cambios neuroquímicos (descenso de endorfinas, dopamina y adrenalina).

#### Sub Drop

Puede incluir:

- Tristeza repentina
- Irritabilidad
- Sensación de vacío
- Vulnerabilidad extrema
- Llanto inesperado

#### Dom Drop

También puede afectar a la parte dominante:

- Culpa
- Ansiedad
- Auto cuestionamiento
- Sensación de desconexión

No es patológico, pero requiere aftercare y seguimiento.



## **Retraumatización**

Si existen antecedentes de trauma (abuso físico, sexual o psicológico), ciertas prácticas pueden activar:

- Flashbacks
- Disociación
- Ataques de pánico
- Respuestas de congelamiento

El cuerpo puede reaccionar aunque racionalmente haya consentimiento.

## **Apego no negociado**

La intensidad neuroemocional puede generar:

- Dependencia afectiva
- Idealización
- Expectativas no habladas
- Ansiedad por contacto fuera de escena

Cuando no se negocian los límites emocionales, puede surgir desequilibrio.

## **Manipulación emocional**

Riesgo cuando el rol de poder se usa para:

- Generar culpa
- Presionar límites
- Aislar
- Invalidar emociones
- Justificar control fuera del acuerdo

El intercambio de poder debe ser consensuado y limitado a lo negociado.



## **Confusión entre rol y realidad**

Algunas personas pueden:

- Internalizar la humillación como identidad real
- Creer que el rol define su valor personal
- Extender dinámicas fuera del acuerdo

La identidad personal siempre está por encima del rol erótico.

## **Desregulación emocional**

Escenas intensas pueden provocar:

- Sobreestimulación
- Crisis de ansiedad
- Sensación de pérdida de control
- Desorientación

Particularmente si no hay experiencia previa o escalamiento progresivo.

## **Aislamiento social**

Si una dinámica se vuelve exclusiva o controladora:

- Puede romper redes de apoyo
- Limitar autonomía
- Generar dependencia

El aislamiento es un factor de vulnerabilidad.

## **Culpa o vergüenza posterior**

En contextos donde el BDSM aún es estigmatizado, puede aparecer:



- Conflicto moral
- Autojuicio
- Ansiedad por exposición

El estigma social influye en la experiencia emocional.

### **Burnout emocional en dinámicas 24/7**

Relaciones D/s estructuradas pueden generar:

- Cansancio emocional
- Saturación de rol
- Pérdida de límites
- Estrés acumulado

Requieren pausas y renegociación constante.

### **Factores que aumentan el riesgo psicológico**

- Falta de negociación profunda
- Ausencia de aftercare
- Historia de trauma no trabajado
- Diferencias grandes de experiencia
- Falta de red comunitaria
- Intensidad excesiva sin progresión

### **Clave fundamental**

El BDSM no es inherentemente dañino.

El riesgo aparece cuando:

- No hay consentimiento informado.
- No se gestionan emociones.



- No hay contención posterior.
- No hay límites claros.
- No existe responsabilidad mutua.

### En resumen

Los riesgos emocionales y psicológicos en BDSM incluyen:

- Drop emocional
- Retraumatización
- Dependencia afectiva
- Manipulación
- Desregulación emocional
- Aislamiento
- Culpa o vergüenza

La diferencia entre experiencia intensa y experiencia dañina está en:

**Comunicación + consentimiento continuo + gestión de riesgos + aftercare + renegociación.**

### 3.3 Riesgos sociales y legales

- Outing.
- Dinámicas de abuso.
- Marco legal (especial atención a México).

El **outing en prácticas BDSM** se refiere a revelar públicamente —sin consentimiento— que una persona pertenece o participa en la comunidad BDSM, Leather o Kink.

Hacer outing implica exponer información privada relacionada con su vida íntima, identidad erótica o pertenencia comunitaria.

En contextos donde aún existe estigma social, el outing puede generar **riesgos significativos a nivel personal, social, laboral y psicológico.**



## ¿Por qué el outing es un riesgo?

La pertenencia a la comunidad BDSM sigue siendo estigmatizada en muchos espacios sociales, familiares y laborales. A diferencia de otras identidades más visibilizadas dentro del movimiento LGBT+, las prácticas Kink aún enfrentan prejuicios asociados a:

- Violencia.
- Patología.
- “Desviación”.
- Promiscuidad.

Revelar esta información sin consentimiento puede tener consecuencias reales.

## Riesgos principales del outing

### Riesgos laborales

- Despido.
- No renovación de contrato.
- Estigmatización profesional.
- Afectación de reputación en sectores conservadores.

En profesiones reguladas (salud, educación, derecho, servicio público) el impacto puede ser mayor.

### Riesgos familiares y sociales

- Rechazo.
- Violencia intrafamiliar.
- Ruptura de vínculos.
- Aislamiento social.

### Riesgos psicológicos

- Ansiedad.



- Ataques de pánico.
- Depresión.
- Sentimiento de pérdida de control.
- Vergüenza o culpa inducida.

El outing puede vivirse como una forma de invasión o traición.

### **Riesgos de seguridad física**

En contextos conservadores o violentos, la exposición puede generar:

- Amenazas.
- Hostigamiento.
- Acoso.
- Violencia física.

### **Riesgos digitales**

- Difusión de fotos sin consentimiento.
- Doxing.
- Ciberacoso.
- Chantaje.

### **Diferencia entre visibilidad voluntaria y outing**

<b>Visibilidad</b>	<b>Outing</b>
Decisión propia	Decisión impuesta
Consentimiento	Sin consentimiento
Control narrativo	Pérdida de control
Empoderamiento	Vulnerabilidad

Ser visible es una elección política o personal.  
El outing es una vulneración.



## Aspecto ético en la comunidad BDSM

La cultura Leather y BDSM ha enfatizado siempre:

- Discreción.
- Respeto a la privacidad.
- Consentimiento continuo.
- Confidencialidad en eventos y espacios seguros.

En muchos eventos se prohíbe tomar fotografías sin permiso precisamente por este riesgo.

## Contexto legal

Dependiendo del país o estado:

- La difusión de imágenes íntimas sin consentimiento puede ser delito.
- Puede considerarse violencia digital.
- Puede constituir daño moral.

Sin embargo, incluso cuando no es ilegal, sigue siendo éticamente inaceptable.

## Señales de riesgo comunitario

- Publicar fotos grupales sin preguntar.
- Etiquetar personas en eventos Kink sin autorización.
- Compartir capturas de chats privados.
- Presionar a alguien para “salir del clóset Kink”.

## 7. Prevención

- ✓ Preguntar antes de publicar.
- ✓ No etiquetar sin permiso.
- ✓ Usar pulseras o distintivos de “no fotos” en eventos.
- ✓ Establecer reglas claras en talleres y reuniones.
- ✓ Cultura de confidencialidad activa.



## Conclusión

El riesgo del outing en BDSM no es solo “que se sepa algo íntimo”.

Es la pérdida del derecho a decidir:

- Cuándo.
- Cómo.
- Con quién.
- Y en qué contexto compartir esa información.

El consentimiento en BDSM no es solo físico.  
También es social y narrativo.

## Dinámicas de abuso

Cuando hablamos de **riesgos en dinámicas de abuso dentro de prácticas BDSM**, es fundamental hacer una distinción clara:

### **BDSM consensuado ≠ abuso.**

El abuso ocurre cuando desaparece el consentimiento libre, informado y revocable.

Las dinámicas de abuso pueden disfrazarse de “rol”, “dominación real”, “formación” o “intensidad”, pero cuando hay coerción, manipulación o daño no consensuado, ya no estamos ante BDSM ético.

### **¿Qué entendemos por dinámica de abuso?**

Es una relación o interacción donde:

- Hay desequilibrio de poder no negociado.
- Se ignoran límites.
- Se invalida la palabra de seguridad.
- Se usa el rol para justificar daño.
- Se genera dependencia emocional.
- Se restringe autonomía fuera de acuerdos explícitos.



## **Riesgos principales**

### **Riesgos psicológicos**

- Ansiedad crónica.
- Depresión.
- Pérdida de autoestima.
- Dependencia emocional.
- Aislamiento.
- Retraumatización.
- Disociación.
- Estrés postraumático.

El abuso sostenido puede alterar profundamente la percepción de la realidad y del consentimiento.

### **Riesgos físicos**

- Lesiones sin supervisión adecuada.
- Daño nervioso por bondage mal realizado.
- Asfixia accidental.
- Golpes en zonas de alto riesgo.
- Negligencia médica posterior.

Cuando no hay ética, la seguridad técnica suele deteriorarse.

### **Riesgos relacionales**

- Aislamiento de la red comunitaria.
- Control social (“no hables con otros Dominantes”).
- Exclusividad impuesta.
- Celos coercitivos.



- El aislamiento aumenta la vulnerabilidad.

### Riesgos legales

- Denuncias por lesiones.
- Violencia física o sexual.
- Violencia digital.
- Responsabilidad penal en casos graves.

El consentimiento no cubre daño no acordado.

### Señales de una dinámica abusiva

- Minimizar o ignorar la palabra de seguridad.
- Castigos fuera de lo negociado.
- Control financiero.
- Revisar teléfonos o redes sin acuerdo.
- Culpar a la persona sumisa por el daño recibido.
- Gaslighting.
- Presión para prácticas no deseadas.
- Decir “así es el BDSM real”.

### Diferencia entre BDSM ético y abuso

BDSM Ético	Dinámica Abusiva
Consentimiento continuo	Consentimiento presionado
Límites claros	Límites ignorados
Poder prestado	Poder impuesto
Aftercare responsable	Desapego o culpa
Autonomía preservada	Dependencia forzada
Comunidad como apoyo	Aislamiento



## Factores que aumentan el riesgo

- Diferencia significativa de experiencia.
- Personas nuevas en la comunidad.
- Trauma previo no trabajado.
- Dinámicas 24/7 sin estructura.
- Falta de red de apoyo.
- Idealización del rol dominante.
- Cultura de silencio.

## Marco histórico y ético

La cultura Leather y BDSM, desarrolló principios como:

- **SSC (Safe, Sane and Consensual)**
- **RACK (Risk-Aware Consensual Kink)**

Estos principios existen precisamente para evitar que el intercambio de poder se convierta en abuso real.

## Algo muy importante

En BDSM:

- El consentimiento es revocable en cualquier momento.
- La sumisión es una elección, no una obligación.
- El poder es simbólico y otorgado.
- Nadie pierde sus derechos fundamentales por asumir un rol.

Si alguien usa el discurso de autoridad para invalidar tu autonomía, eso no es BDSM: es abuso.

## Conclusión

Los riesgos en dinámicas de abuso dentro del contexto BDSM incluyen:



**Daño físico, trauma psicológico, aislamiento social, pérdida de autonomía y consecuencias legales.**

La diferencia entre intensidad y abuso no está en el dolor o la humillación.

Está en el consentimiento libre, informado, continuo y respetado.

### **Riesgos legales en México**

Hablar de **riesgos legales en México relacionados con prácticas BDSM** implica entender que, aunque el BDSM consensuado entre personas adultas no está tipificado como delito por sí mismo, **sí puede generar consecuencias legales si se vulneran derechos, se producen lesiones o no existe consentimiento claro.**

A continuación te explico los principales escenarios de riesgo en el contexto mexicano:

### **Principio general en México**

En México:

- Las prácticas sexuales consensuadas entre personas adultas no son delito.
- El consentimiento es un elemento central.
- Sin embargo, el consentimiento no siempre exime responsabilidad penal cuando hay lesiones graves.

El marco jurídico se rige principalmente por:

- Códigos Penales estatales (incluido el de Ciudad de México).
- Código Civil.
- Legislación sobre violencia digital.
- Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.

### **Riesgos penales más importantes**

#### **A) Lesiones**

En México, las **lesiones** están tipificadas como delito.

Si en una práctica BDSM ocurre:

- Fractura.
- Daño nervioso permanente.



- Quemaduras graves.
- Pérdida de función.
- Lesiones que tardan más de 15 días en sanar.

Puede configurarse un delito de lesiones, aunque haya existido consentimiento.

△ El consentimiento no siempre elimina la responsabilidad si el daño es grave o permanente.

## **B) Privación ilegal de la libertad**

En prácticas de restricción o encierro:

Si una persona:

- Es retenida contra su voluntad.
- No puede salir.
- Se ignora su palabra de seguridad.

Podría configurarse el delito de privación ilegal de la libertad.

## **C) Violencia sexual**

Si no hay consentimiento claro, informado y libre:

- Puede configurarse abuso sexual.
- Violación.
- Violencia equiparada.

En México el consentimiento debe ser expreso y puede revocarse en cualquier momento.

## **D) Violencia digital**

Compartir:

- Fotos.
- Videos.
- Capturas.



- Identidad Kink.

Sin consentimiento puede constituir delito bajo la llamada “Ley Olimpia”.

### **E) Corrupción de menores**

Cualquier práctica con personas menores de edad es delito grave, incluso si hay “consentimiento” aparente.

En BDSM esto es particularmente importante en dinámicas que simulan edad (age play): deben ser estrictamente entre adultos.

### **Riesgos civiles**

Además de lo penal, pueden existir:

- Demandas por daño moral.
- Indemnización por lesiones.
- Responsabilidad patrimonial.
- Conflictos laborales si hay exposición pública.

### **Consentimiento en México: límites legales**

En derecho mexicano:

- El consentimiento es válido entre adultos capaces.
- No es válido bajo coerción.
- No es válido si hay intoxicación severa.
- No es válido si hay engaño sustancial.
- Puede ser revocado en cualquier momento.

Un “contrato BDSM” no sustituye la ley.

Puede servir como evidencia de intención consensuada, pero no es blindaje legal absoluto.



## **Prácticas de alto riesgo legal**

Especial atención a:

- Breath play (asfixia).
- Edge play con sangre.
- Marcado corporal permanente.
- Privación prolongada de libertad.
- Dinámicas 24/7 sin límites claros.
- Grabación de escenas.

## **Eventos y espacios públicos**

En practicas como la humillación publica, el Cruising e incluso en marchas como el Pride en Ciudad de México:

- La exposición corporal puede ser sancionada si viola reglamentos administrativos.
- Actos sexuales explícitos en vía pública pueden generar multas o arresto administrativo.

## **Prevención legal (reducción de riesgos)**

- ✓ Negociación clara y documentada.
- ✓ Confirmación verbal antes de iniciar.
- ✓ Respeto absoluto a la palabra de seguridad.
- ✓ No practicar bajo intoxicación.
- ✓ Evitar prácticas de alto riesgo sin formación.
- ✓ No grabar sin consentimiento explícito.
- ✓ Mantener privacidad digital.



## **Punto clave**

El mayor riesgo legal no es el BDSM en sí.

El riesgo surge cuando:

- Falta consentimiento real.
- Hay daño grave.
- Hay negligencia.
- Hay coerción.
- Hay exposición no autorizada.

## **Conclusión**

En México, el BDSM consensuado entre adultos no es delito.

Pero puede convertirse en problema legal si se cruza la línea hacia:

**Lesiones graves, violencia, coerción, exposición digital o violación de derechos.**

La protección legal en BDSM se basa en:

**Consentimiento libre + información + proporcionalidad + responsabilidad.**



#### **4.- Consentimiento como Herramienta de Gestión de Riesgos**

El **proceso de consentimiento y negociación en las prácticas Leathers y/o BDSM** es la base ética que diferencia una dinámica consensuada de una situación de abuso.

No es solo “preguntar si sí o no”, sino un proceso estructurado de comunicación, evaluación y acuerdos claros antes, durante y después de una escena.

Aquí te explico el proceso paso a paso:

##### **Autoconocimiento previo**

Antes de negociar con otra persona, cada participante debe reflexionar sobre:

- ¿Qué prácticas me interesan?
- ¿Qué no quiero hacer bajo ninguna circunstancia? (límites duros)
- ¿Qué podría explorar con cautela? (límites blandos)
- ¿Tengo triggers emocionales?
- ¿Tengo condiciones médicas relevantes?
- ¿Estoy emocionalmente estable para esta dinámica?

El consentimiento comienza con uno mismo.

##### **Conversación inicial (Pre-negociación)**

Esta conversación debe ser clara, directa y sin presión.

Se recomienda hablar sobre:

##### **✓ Experiencia**

- ¿Eres nuevo/a?
- ¿Qué has practicado antes?

##### **✓ Expectativas**

- ¿Es algo casual?



- ¿Es dinámica recurrente?
- ¿Es D/s estructurada?
- ¿Hay componente romántico o solo erótico?

#### ✓ Estado físico y mental

- Lesiones previas.
- Medicación.
- Ansiedad, trauma relevante.
- Consumo de alcohol o sustancias.

#### Definición de límites

Se establecen tres categorías:

##### Límites duros (Hard Limits)

Nunca negociables.

Ejemplo: asfixia, humillación verbal, marcas visibles, etc.

##### Límites blandos (Soft Limits)

Posibles bajo condiciones específicas.

##### Zona de interés

Prácticas deseadas.

Es importante ser específico, no general.

#### Acuerdos de seguridad

Aquí se establecen herramientas clave:

#### ✓ Palabra de seguridad

- Verde → continuar.
- Amarillo → bajar intensidad.



- Rojo → detener inmediatamente.

Si hay restricción o gag:

- Señal física alternativa.
- Objeto que se pueda soltar.

### ✓ Límites de tiempo

¿Cuánto durará la escena?

### ✓ Intensidad

Nivel aproximado esperado.

### Consentimiento explícito

Antes de iniciar, debe existir una confirmación clara:

- Verbal.
- Sin intoxicación severa.
- Sin presión.
- Con posibilidad real de decir “no”.

El consentimiento debe ser:

- Libre.
- Informado.
- Entusiasta.
- Específico.
- Revocable en cualquier momento.

### Monitoreo durante la escena

El consentimiento no termina al iniciar.

Debe existir:

- Observación activa.



- Comunicación constante.
- Respeto inmediato a la palabra de seguridad.
- Atención a señales no verbales.

### **Aftercare y seguimiento**

El proceso incluye:

- Regulación emocional.
- Hidratación.
- Cuidado físico.
- Conversación posterior (debrief).
- Seguimiento en las siguientes 24–48 horas si fue intensa.

### **Renegociación**

Las dinámicas evolucionan.

Se debe renegociar cuando:

- Cambian emociones.
- Aparecen nuevos límites.
- Se desarrolla apego.
- Se desea mayor intensidad.

El consentimiento es continuo, no permanente.

### **Lo que NO es consentimiento**

- Silencio.
- Presión.
- Manipulación emocional.
- “Si me quisieras lo harías.”
- Consentimiento bajo miedo.



- Consentimiento bajo intoxicación significativa.

## En resumen

El proceso correcto es:

Autoconocimiento → Conversación → Límites claros → Acuerdos de seguridad → Consentimiento explícito → Monitoreo → Aftercare → Renegociación.

En la cultura Leather y BDSM —que ha desarrollado marcos éticos desde los primeros espacios comunitarios como el Stonewall Inn— el consentimiento es la base que sostiene cualquier intercambio de poder.

## 5.- Evaluación y Reducción de Riesgos (Risk Aware Play)

### Planes de contingencia

un **plan de contingencia en BDSM** es el conjunto de acciones previamente diseñadas para responder de forma inmediata y organizada ante una complicación física, emocional o situacional durante o después de una escena.

No es pesimismo.

Es profesionalización del riesgo.

### ¿Qué es un Plan de Contingencia?

Es un protocolo que responde a tres preguntas clave:

1. ¿Qué podría salir mal?
2. ¿Cómo lo detectamos a tiempo?
3. ¿Qué hacemos exactamente si ocurre?

Debe estar acordado antes de la escena.

### I Componentes de un Plan de Contingencia

#### Identificación de Riesgos Específicos

Depende de la práctica. Ejemplos:

- Impacto intenso → hematomas profundos, lesión muscular.
- Restricción → compresión nerviosa, isquemia.



- Juego psicológico → crisis de ansiedad.
- Dinámicas D/s prolongadas → desregulación emocional.
- Prácticas con riesgo respiratorio → hipoxia.

Cada escena tiene riesgos distintos.

### **Señales de Alarma (Red Flags)**

Debe definirse claramente qué signos obligan a detener.

#### **Físicas:**

- Pérdida de conciencia
- Confusión
- Dificultad respiratoria
- Pérdida de fuerza en extremidades
- Cambio marcado de coloración

#### **Psicológicas:**

- Disociación evidente
- Ataque de pánico
- Llanto incontenible no acordado
- Incapacidad para responder a estímulos

La regla es simple:

Ante duda → detener.

### **Palabras y Señales de Seguridad**

- Palabra de seguridad (verde/amarillo/rojo)
- Señal no verbal (objeto que se suelta)
- Protocolo específico si la persona no puede hablar

Nunca debe depender solo de “leer el ambiente”.



## **Acciones Inmediatas Definidas**

El plan debe especificar:

- Quién libera restricciones.
- Dónde están las tijeras de seguridad.
- Dónde está el botiquín.
- Quién llama a servicios de emergencia si es necesario.
- Dirección exacta del lugar (si hay que compartirla).

Todo esto debe saberse antes de iniciar.

## **II. Tipos de Contingencia**

### **A. Contingencia Física**

Debe incluir:

- Botiquín básico
- Tijeras de punta roma
- Agua y glucosa
- Manta térmica
- Teléfono cargado

Si la práctica es avanzada, idealmente:

- Conocimiento básico de primeros auxilios
- Saber identificar shock
- Saber evaluar conciencia (respuesta verbal y motora)

### **B. Contingencia Psicológica**

Incluye:

- Protocolo de grounding



- Contacto de apoyo (si la persona lo autoriza)
- Plan de aftercare extendido
- Seguimiento en 24–72 horas

Especialmente importante si hay antecedentes de trauma.

### **C. Contingencia Relacional**

¿Qué hacer si:

- Se cruzó un límite?
- Hubo mala comunicación?
- Se generó daño emocional?

Debe existir un acuerdo de:

- Conversación obligatoria posterior.
- Espacio de reparación.
- Posibilidad real de terminar la dinámica.

### **D. Contingencia Legal y Social (México)**

En el contexto mexicano:

- Las lesiones pueden tener implicaciones legales si se interpretan como violencia.
- Si hay intervención de terceros, debe existir claridad sobre consentimiento.

Por ello:

- Evitar escenas en lugares públicos no seguros.
- No involucrar a terceros no informados.
- Tener cuidado con grabaciones sin consentimiento explícito.



### **III. Estructura Modelo de Plan de Contingencia**

1. Práctica específica:
2. Riesgos identificados:
3. Señales de alarma:
4. Palabra de seguridad:
5. Ubicación de herramientas de liberación:
6. Ubicación de botiquín:
7. Responsable de detener la escena:
8. Protocolo post-evento:
9. Contacto de emergencia autorizado:

Esto puede integrarse a la hoja de negociación.

### **Situaciones de Riesgo Crítico**

Requieren contingencia estricta:

- Restricción compleja
- Suspensión
- Juego con objetos cortantes
- Prácticas que comprometen respiración
- Consumo de sustancias

Si no existe capacitación adecuada, la mejor contingencia es no realizar la práctica.

### **Principios Éticos del Plan de Contingencia**

1. El consentimiento no elimina la responsabilidad.
2. El rol no suspende la obligación de cuidado.



3. La autoridad dominante no está por encima de la seguridad.
4. El placer no justifica negligencia.

### **Diferencia clave**

BDSM responsable:

Planifica el error antes de que ocurra.

Abuso o negligencia:

Improvisa cuando ya hay daño.

### **Gestión de riesgos en el aftercare**

la **gestión de riesgos en el aftercare** es una fase crítica que muchas veces se subestima.

El aftercare no es un gesto romántico.

Es una **intervención fisiológica y psicológica post-estrés**.

En una escena BDSM hay activación intensa del sistema nervioso simpático (adrenalina, cortisol, endorfinas). Cuando termina, el cuerpo entra en una fase de descenso neuroquímico. Ese momento es vulnerable.

### **¿Qué es la gestión de riesgos en el aftercare?**

Es el conjunto de medidas destinadas a:

- Prevenir complicaciones físicas tardías.
- Reducir el impacto emocional del “drop”.
- Detectar señales tempranas de daño.
- Restablecer la regulación fisiológica y psicológica.

### **I. Riesgos Fisiológicos Post-Escena**

#### **Drop neuroquímico (Sub Drop / Dom Drop)**

Ocurre por descenso de:

- Endorfinas
- Dopamina
- Oxitocina



- Adrenalina

Puede provocar:

- Tristeza
- Irritabilidad
- Ansiedad
- Sensación de vacío
- Fatiga extrema

#### **Gestión:**

- Contacto físico (si fue acordado)
- Regulación térmica
- Hidratación
- Azúcar ligera si hubo gasto energético
- Seguimiento en 24–72 horas

#### **Hipotensión o mareo**

Tras restricción, impacto o estrés intenso puede haber:

- Mareo
- Visión borrosa
- Debilidad

#### **Gestión:**

- No levantar bruscamente
- Hidratación
- Evaluar orientación y coherencia



## **Lesiones tardías**

Algunas lesiones no se sienten en el momento por la adrenalina:

- Hematomas profundos
- Contracturas
- Neuropraxias leves
- Inflamación

### **Gestión:**

- Revisión corporal consensuada
- Aplicación de frío/calor según caso
- Reposo
- Monitoreo en 48 horas

## **II. Riesgos Psicológicos Post-Escena**

### **Disociación tardía**

Puede aparecer horas después:

- Sensación de irrealidad
- Desconexión emocional
- Dificultad para recordar detalles

### **Gestión:**

- Técnicas de grounding
- Validación emocional
- Evitar minimizar la experiencia



## **Retraumatización diferida**

Algunas personas procesan el impacto emocional días después.

Señales:

- Flashbacks
- Culpa inesperada
- Ansiedad persistente

**Gestión:**

- Espacio para hablar sin juicio
- Posible apoyo terapéutico
- Reevaluar prácticas futuras

## **Culpa o vergüenza post-escena**

Especialmente en contextos con estigma social.

**Gestión:**

- Reafirmar consentimiento previo
- Validar deseo y autonomía
- Reforzar que la experiencia fue consensuada

## **III. Elementos de un Aftercare con Gestión de Riesgo**

### **Aftercare Inmediato (0–2 horas)**

Debe incluir:

- Regulación térmica
- Hidratación



- Contención emocional
- Chequeo físico básico
- Evaluación verbal: “¿Cómo estás?”

### **Aftercare Diferido (24–72 horas)**

Aquí es donde ocurre la mayoría de complicaciones emocionales.

Recomendado:

- Mensaje o llamada de seguimiento
- Evaluar estado anímico
- Preguntar por dolor físico
- Confirmar que no hubo malestar persistente

### **Debriefing estructurado**

Preguntas clave:

- ¿Te sentiste seguro/a?
- ¿Hubo algo que te incomodó?
- ¿Qué repetirías?
- ¿Qué ajustarías?

El debriefing reduce riesgo en escenas futuras.

### **Factores que Aumentan Riesgo en Aftercare**

- Escenas muy intensas sin experiencia previa
- Falta de negociación emocional
- Dinámicas 24/7 sin pausas
- Consumo de sustancias
- Historia de trauma no trabajada



- Ausencia de red de apoyo

### **Señales que Requieren Atención Profesional**

- Pérdida de conciencia prolongada
- Confusión persistente
- Dolor severo no habitual
- Síntomas neurológicos
- Crisis de ansiedad severa
- Ideación autolesiva

Aquí la responsabilidad ética es buscar atención médica o psicológica.

### **Principios de Gestión de Riesgos en Aftercare**

1. El aftercare se negocia antes de la escena.
2. No todas las personas necesitan lo mismo.
3. El dominante también puede requerir cuidado.
4. El seguimiento posterior es parte de la responsabilidad.
5. El consentimiento incluye el cuidado posterior.

### **Diferencia entre BDSM responsable y negligente**

Responsable:

- Planifica el aftercare.
- Da seguimiento.
- Ajusta futuras prácticas según retroalimentación.

Negligente:

- Desaparece después de la escena.
- Minimiza emociones.



- Culpa a la otra persona por su reacción.

## **ELEMENTOS QUE CONFORMAN AL BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS EN LAS PRACTICAS BDSM**

Un **botiquín para prácticas BDSM** no convierte una escena en “médica”, pero sí permite **respuesta inmediata ante lesiones leves o estabilización inicial antes de atención profesional.**

No sustituye servicios de emergencia.  
Es contención primaria.

### **Principios del Botiquín en BDSM**

1. Accesible y visible.
2. Con material vigente (no caducado).
3. Adaptado al tipo de prácticas.
4. Con conocimiento básico de uso.
5. Nunca reemplaza buscar atención médica si es necesario.

### **I. Botiquín Básico (Escenas de Bajo a Moderado Riesgo)**

#### **◆ Control de heridas leves**

- Gasas estériles
- Apósitos adhesivos
- Venda elástica
- Cinta médica hipoalergénica
- Antiséptico (alcohol o yodopovidona)
- Suero fisiológico

Uso: limpieza de abrasiones, pequeños cortes, ampollas.

#### **◆ Protección personal**

- Guantes de nitrilo (varias tallas)
- Bolsa para desechos biológicos



Especialmente importante si hay sangre.

#### ◆ **Contusión e inflamación**

- Compresas frías instantáneas
- Bolsa reutilizable para hielo
- Toalla pequeña

Útil tras impacto intenso.

#### ◆ **Regulación general**

- Agua
- Bebida con electrolitos
- Azúcar o snack ligero
- Manta térmica

Importante en manejo de hipotensión o drop.

## **II. Elementos Recomendados para Escenas de Mayor Intensidad**

(Siempre que exista capacitación mínima)

#### ◆ **Evaluación básica**

- Termómetro digital
- Baumanómetro automático (ideal en personas con antecedentes cardiovasculares)

#### ◆ **Sangrado moderado**

- Gasas adicionales
- Venda compresiva



- Apósitos grandes

Si el sangrado no cede con compresión directa en 10 minutos → emergencia.

#### ◆ **Lesión muscular**

- Gel antiinflamatorio tópico (uso responsable)
- Venda cohesiva

### **III. Elementos de Liberación de Emergencia**

No son médicos, pero son críticos:

- Tijeras de punta roma (corte rápido de cuerdas o ropa)
- Cortador de seguridad para restricción
- Llaves accesibles (si hay candados)

Estos deben estar fuera del área de inmovilización y al alcance inmediato.

### **IV. Lo que NO debe incluirse sin formación adecuada**

- Medicamentos inyectables
- Anestésicos locales
- Suturas
- Instrumental quirúrgico
- Sedantes
- Material para procedimientos invasivos

El uso indebido aumenta riesgo legal y médico.



## **V. Consideraciones Según Tipo de Práctica**

### **Impacto intenso**

Priorizar:

- Frío local
- Evaluación de hematomas
- Compresión suave

### **Restricción**

Priorizar:

- Liberación rápida
- Evaluación de perfusión distal (color, temperatura, movilidad)

### **Juego con fluidos**

Priorizar:

- Guantes
- Limpieza adecuada
- Eliminación segura de material

### **Juego psicológico intenso**

Priorizar:

- Agua
- Manta
- Espacio seguro para regulación emocional



## **Señales de Alerta que Requieren Atención Médica**

- Pérdida de conciencia
- Confusión persistente
- Dificultad respiratoria
- Dolor severo desproporcionado
- Pérdida de movilidad
- Hematoma expansivo
- Sangrado que no cede

En esos casos: No improvisar → acudir a urgencias.

## **Estructura Ideal del Botiquín**

1. Sección heridas
2. Sección contusiones
3. Sección protección
4. Sección regulación general
5. Herramientas de liberación

Todo etiquetado y organizado.

## **Principio Ético**

**El botiquín no es para “arreglar en secreto” un daño grave.**

**Es para:**

- Manejo inicial responsable.
- Reducir complicaciones.
- Estabilizar.
- Decidir si se necesita atención profesional.



Como puedes observar, las practicas Leather-BDSM no son solo golpes y cosas Kink, sino toda un arte y una disciplina que debe ser tomada con la mayor seriedad y profesionalismo desde varios aspectos de las personas involucradas, es por eso que es necesario aprender, adiestrar y sobre todo enseñar a todos los que están interesados en ello.

Espero sea de ayuda y de agrado de los lectores este documento y solo me resta decir que disfruten de su sexualidad y de sus practicas de le mejor manera y de la manera mas intensa posible.

Gracias.

