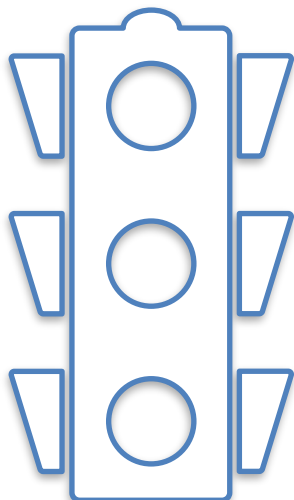


Tabla de Niveles de Intensidad en Prácticas BDSM

Nivel	Descripción General	Intensidad Física	Intensidad Psicológica	Nivel de Riesgo
Nivel 1 - Exploratorio SSC	Curiosidad inicial, dinámicas suaves y comunicación frecuente.	Leve	Leve a moderada	Bajo
Nivel 2 - Moderado SSC/RACK	Mayor estructura en roles y estímulos físicos más definidos.	Moderada	Moderada	Medio
Nivel 3 - Intenso SSC/RACK	Escenas prolongadas con alta carga emocional.	Moderada a alta	Alta	Medio-Alto
Nivel 4 - Muy Intenso RACK/CCC	Prácticas avanzadas con fuerte intercambio de poder.	Alta	Alta	Alto
Nivel 5 - Extremo CCC	Prácticas de alto riesgo que requieren formación avanzada.	Muy alta	Muy alta	Alto a crítico

SISTEMA DE SEMAFORO



VERDE (Seguir/Adelante): Indica que todo está bien, la persona se siente cómoda y desea continuar o intensificar la actividad.

AMARILLO (Precaución/Ajustar): Significa que la intensidad está cerca del límite, hay incomodidad, o se necesita pausar y ajustar la acción antes de continuar.

ROJO (Alto Total): Indica que la actividad debe detenerse inmediatamente. La seguridad es primero y no se negocia.

Negociación previa: Es crucial acordar con la pareja qué significa exactamente cada color antes de empezar la sesión.

Alternativas: Si la verbalización es difícil durante la práctica, se pueden usar señales físicas (como toques en el hombro o soltar un objeto).

Palabra de Seguridad: El semáforo es un tipo de safeword muy común. En el contexto de "Sano, Seguro y Consensuado" (SSC), el Rojo detiene la acción y da paso al cuidado posterior o aftercare.