

LA IMPORTANCIA DE CUIDARSE: Prevención de enfermedades de transmisión sexual

Prevenir las enfermedades de transmisión sexual forma parte de los **derechos** de la mujer. Poder tener una vida sexual plena sin el temor de adquirir una enfermedad de transmisión sexual (ETS) es muy importante y por lo tanto, estar bien informadas es fundamental para nuestra salud sexual y reproductiva.

ENFERMEDADES DE TRANSMISION SEXUAL (ETS)

¿Qué son?

Son infecciones que se transmiten mediante las relaciones sexuales sin protección. Aunque algunas también tienen otras formas de transmisión, como veremos adelante.

¿Cuáles son? HIV/SIDA, Hepatitis B, Hepatitis C, Sífilis, Gonococcia, Herpes Genital, Papiloma humano (HPV), Clamidia y otras



¿Cómo se transmiten estas enfermedades?

Los fluidos (semen o secreción vaginal) de personas infectadas, al ponerse en contacto con los tejidos que recubren la vagina, el glande, la boca o el recto, pueden pasar a la sangre de la persona sana.

El HIV/SIDA y la Hepatitis también se pueden transmitir por otras vías: Transfusión de sangre, compartir jeringas, agujas o canutos de aspiración en aquellos que se drogan, de la madre a su hijo (transmisión vertical) durante el embarazo o la lactancia

No se transmite a través del beso, abrazo, compartir el mate, la piscina, ni por picaduras de insectos.

¿Cómo se previene la transmisión sexual de estas enfermedades?

Para evitar estas enfermedades **se debe usar siempre el preservativo** y hacerlo en cualquier forma de relación sexual (vaginal, oral y anal).

Uso correcto del preservativo: Colocarlo desde el inicio de la relación sexual, fijarse en la fecha

de vencimiento, no exponerlo al sol o el calor, sacarle el aire de la punta antes de colocarlo, no usar con lubricantes inapropiados como aceite, vaselina, etc. (Se pueden usar lubricantes de tipo gel). Ver imagen.

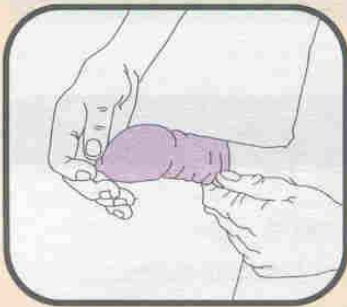
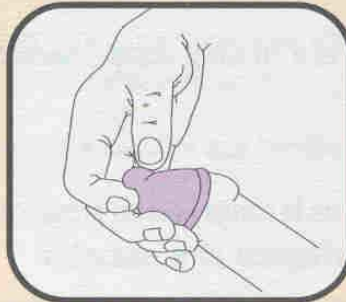
USO CORRECTO DEL PRESERVATIVO

Sacar el preservativo de su envoltorio con cuidado para no romperlo.

Colocarlo apenas el pene esté erecto (duro).

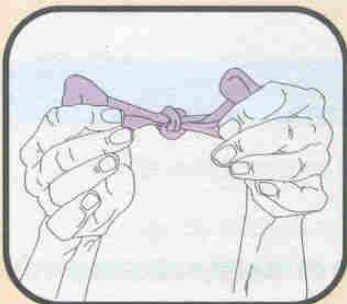
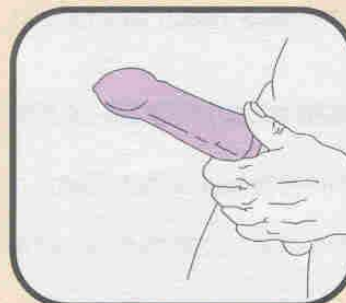
Con dos dedos, comprimir el reservorio que tiene en la punta (esa especie de globito pequeño).

¡CUIDADO!: no se debe permitir que quede aire.



Seguir comprimiendo el extremo y, con la otra mano, deslizar el preservativo hacia abajo, **cuidando** que tampoco aquí queden **burujas de aire** (éstas harían más fácil que el preservativo se rompa). **Sólo en este momento se puede iniciar la penetración.**

Después de la eyaculación hay que **retirarlo sin demora** (porque el pene se achica dentro del preservativo, con riesgo de que se derrame semen, o de que se rompa el reservorio si está lleno).



Para ello, hay que tomarlo por la base para evitar que se salga o quede en la vagina.

Anúdelo antes de descartarlo, en lo posible envuelto en un papel.

No olvidar que el aspecto saludable del/la otro/a no nos garantiza ausencia de una ETS

¿Se curan estas enfermedades?

Algunas se curan con antibióticos, otras tienen tratamientos para mejorar la calidad de vida aunque se siga teniendo el virus, y para algunas se han desarrollado vacunas

Pero se debe tener en cuenta que muchas de ellas no producen síntomas, y por lo tanto, la persona, cree que está sano o sana porque no siente ni le ocurre nada raro

Por eso es aconsejable que si sospecha que puede tener una ETS por haber tenido relaciones sexuales sin la protección adecuada, lo mejor es que consulte a su ginecólogo lo antes posible para un diagnóstico temprano y un tratamiento oportuno.

No olvidar que cuando existe un diagnóstico de una enfermedad de transmisión sexual, además de hacer el tratamiento indicado se debe informar a la pareja sexual para que también se controle, así se contribuirá a evitar su expansión.