

¿Cómo se pueden prevenir?

En principio, teniendo una buena información sobre sus vías de transmisión y sobre sus síntomas, pero sobre todo usando el **preservativo** en la penetración anal y vaginal, acompañado de lubricante soluble en agua, así como **métodos barreras** (condones, cuadros de látex, plástico de envolver alimentos) en el sexo oral, que previenen la transmisión del VIH y muchas otras ITS, si bien no todas.

Recomendaciones

Cuando tenemos alguna ITS hay que valorar qué prácticas sexuales tener ya que puede haber zonas u órganos dañados que no habría que exponer a roces o fricciones para evitar lesionarlos más. Las dudas sobre qué prácticas sexuales realizar si tenemos alguna de estas infecciones las podemos consultar en las clínicas de atención de ITS.

No tomar medicamentos por nuestra cuenta; estas infecciones pueden crear resistencias a los fármacos por lo que habrá que tomarlos bajo control médico para ver si son efectivos en tu caso.

Las citologías pueden detectar de forma precoz los problemas relacionados con el Virus del Papiloma Humano. La prevalencia de la infección por VPH es muy alta en gays y bisexuales sepositivos. Habla con el médico que te atiende la infección de VIH sobre la frecuencia con la que hacerte citologías anales.

Si eres seropositivo, puedes pedirle a tu médico que te haga una serología de sífilis cada seis meses.

Es importante que tus compañeros/as sexuales visiten también al médico y se traten si se han infectado.



www.sexomasseguro.com



diseño: raysays.com fotografía: samuel de román

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

(ITS)

Verrugas genitales
Hepatitis A y B
Gonorrea
Sífilis
Herpes genital
VIH

Las ITS son infecciones producidas por bacterias, virus, hongos y parásitos, pero por su localización y por su manera de adquirirlas, a través de las relaciones sexuales, están más estigmatizadas y son menos visibles socialmente que otras infecciones, lo que va a motivar muchas veces su desconocimiento. El que las conozcamos, el que sepamos reconocer sus síntomas igual que reconocemos los de otras enfermedades, como un resfriado o una gripe, van a ser instrumentos muy útiles para su prevención y su rápido diagnóstico en caso de contraer alguna de ellas.

El hecho de tener que hablar de nuestras prácticas sexuales con el personal sanitario motiva en ocasiones que no acudamos a los servicios de salud con la misma naturalidad con que lo haríamos de tratarse de otras patologías. Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales (LGTB) podemos tener la dificultad añadida de hablar de nuestras prácticas sexuales con personas que, a veces, con sus actitudes comentarios nos han demostrado un gran desconocimiento de nuestra realidad, lo que entorpece aún más la atención de estas infecciones.

Si te ocurre esto, cuando tengas alguna duda puedes hablar con el **colectivo o asociación LGTB de tu ciudad o provincia**; allí te podrán dar información sobre dónde dirigirte. En las clínicas de atención de ITS están más familiarizados en tratar estas enfermedades y también en hablar de las diferentes prácticas sexuales, lo que facilita mucho las cosas.

¿Qué son?

Son infecciones que, en la mayoría de los casos, se transmiten durante las relaciones sexuales, especialmente en la penetración vaginal y anal y el sexo oral (contacto de la boca con pene, vulva o ano).

¿Qué síntomas tienen?

Entre las más comunes están la sífilis, la gonorrea, la infección por clamidias, la tricomoniasis, linfogranuloma venéreo, el herpes genital, la hepatitis A y B, el VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) y los condilomas acuminados o verrugas genitales, aunque existen algunas más. Actualmente todas tienen algún tipo de tratamiento.

Los síntomas más frecuentes pueden ser entre otros:

- Molestias o dolor durante el coito.
- Llagas, úlceras, ampollas o verrugas en ano, boca, pene o vagina, o en sus alrededores.
- Supuración anal. Secreciones uretrales amarillentas o verdosas.
- Flujo anormal o maloliente en la vagina.
- Exudación de ganglios de las ingles.
- Picor, escozor o inflamación en el ano, pene o la vagina.
- Escozor y/o dolor al orinar o al hacer de vientre. Sensación de querer orinar o defecar frecuentemente sin conseguirlo.
- Sangrado excesivo de la regla o falta de ésta.
- Ganglios inflamados en la ingle o próximos la boca.

¿Qué hacer ante la sospecha de una ITS?

Si tienes molestias en los genitales o en el ano, si hay manchas no habituales en tu ropa interior, sería conveniente acudir a tu médico/a o a un centro de ITS a pasar una revisión; así sabrás si te has infectado. La detección precoz de la infección puede evitar su transmisión a tus compañeros/as sexuales además de evitar que ésta te deje daños crónicos. El no presentar síntomas o el que estos desaparezcan después de haberlos tenido, no significa que la infección esté curada. Una ITS no curada puede producir secuelas graves como dolores, esterilidad o infección de las articulaciones, entre otras. Haber tenido en el pasado una ITS no quiere decir que no la puedas volver a pasar, porque no crean inmunidad, excepto la hepatitis A y B.

¿Qué tratamientos tienen?

Muchas de ellas como la gonorrea, la infección por clamidias, la tricomoniasis y la sífilis, si son tratadas, no revisten ninguna gravedad; éstas tienen un tratamiento antibiótico muy efectivo. El tratamiento de otras como el VIH y el herpes genital, mejora la evolución de la enfermedad pero no la cura. Las verrugas genitales pueden eliminarse quirúrgicamente o por otras técnicas como la criogenización o el láser. Para las hepatitis A y B existe vacuna, si no estás vacunado/a o no estás seguro/a de estarlo, consulta a tu médico/a.

¿Cómo se transmiten?

- La sífilis, la gonorrea y la infección por clamidias se transmiten durante el coito y el sexo oral si no se usan métodos barrera. Si la infección se encuentra localizada en la boca o en la garganta también se pueden transmitir por vía oral. En ocasiones podemos arrastrar fluidos con los dedos y depositarlos en otras mucosas infectándolas.
- Los herpes y las verrugas genitales se transmiten por contacto de las lesiones con la piel o con las mucosas.
- La hepatitis A y otras infecciones intestinales se pueden transmitir por contacto fecal-oral, ya sea por alimentos o bebidas contaminadas por heces o practicando sexo oro-anal (beso negro) sin métodos barrera.
- La hepatitis B se transmite principalmente por contacto de sangre, semen o fluido vaginal infectados con las mucosas, ya sea oral, genital o ano-rectal.
- El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), causa del Sida, sólo se transmite por contacto de sangre, semen o flujo vaginal infectados con el torrente sanguíneo; esto puede ocurrir en la penetración sin preservativo o si tenemos heridas en la boca o esófago y practicamos sexo oral sin protección. También se puede transmitir al compartir jeringuillas u otro material punzante o cortante no esterilizado. Las lesiones producidas por algunas ITS, aumentan el riesgo de contraer o transmitir el VIH, en caso de mantener prácticas de riesgo.