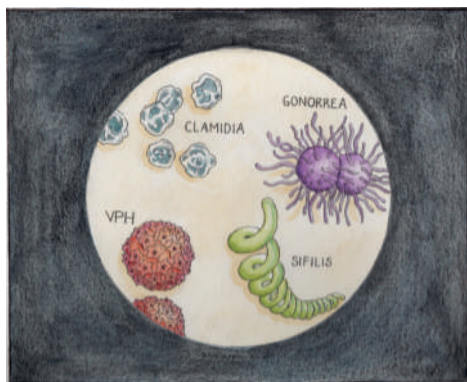


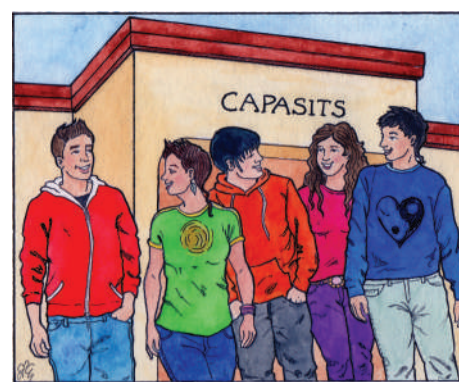
Infecciones de Transmisión Sexual -ITS



¿Qué son las ITS?



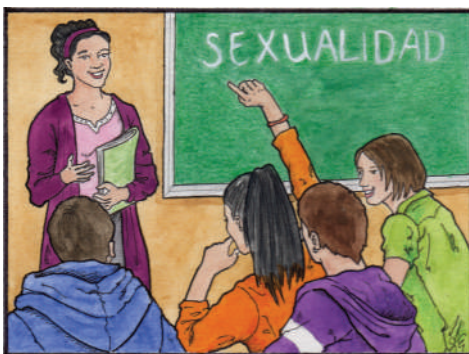
¿Qué es el VIH y cuál es su vínculo con otras ITS?



Principales ITS



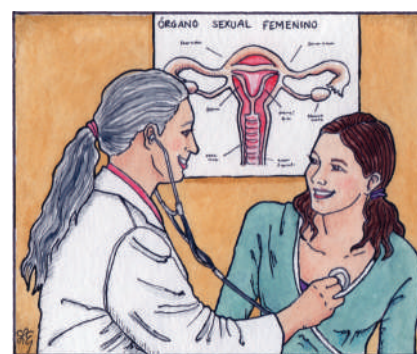
¿Por qué es importante el diagnóstico y tratamiento oportuno?



¿Por qué es importante hablar de ITS con adolescentes?



Derecho a la Salud Sexual



Medidas de prevención de las ITS



¿Cómo ayuda el uso de condones a prevenir ITS?



Pasos para usar condones masculinos y femeninos

Programa
PROEQUIDAD

BALANCE
libertad · justicia · transformación

"Este material se realizó con recursos de la Décima Súptima Emisión del Programa Proequidad del Instituto Nacional de las Mujeres, empero, este no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(os) autores del presente trabajo."

Sentir Bonito

f @sentirbonitomx

Infecciones de Transmisión Sexual -ITS

¿Por qué es importante el diagnóstico y tratamiento oportuno?

Es importante recordar que las ITS pueden pasar desapercibidas, es decir no se ven a simple vista. La persona con una ITS puede no tener ningún síntoma, signo o manifestación.

Las ITS se deben diagnosticar y tratar de manera oportuna, para así evitar su transmisión y sus complicaciones.

Sin tratamiento oportuno, muchas de las ITS pueden provocar serios problemas de salud como esterilidad, impotencia, problemas del sistema nervioso que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios y los músculos y en ocasiones podrían llegar a provocar la muerte.

Principales ITS

Es importante considerar que las ITS afectan a todas las personas independientemente del sexo, el género, la orientación sexual, la edad, identidad o expresión de género.

Las ITS mas frecuentes son la sífilis, la gonorrea, la clamidia, el herpes simple tipo 1 y 2 (VHS1, VHS2), la hepatitis B, hepatitis C, el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y el Virus del Papiloma Humano (VPH).

¿Qué es el VIH y cuál es su vínculo con otras ITS?

El Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) es un virus que ataca al sistema de defensa de las personas, debilitándolo y haciéndole vulnerable ante una serie de infecciones, algunas de las cuales pueden poner en peligro la vida. Es el virus que causa el sida⁴.

Esta infección se considera una ITS porque la principal vía de transmisión es la vía sexual y también porque se ha documentado que las otras ITS incrementan el riesgo de adquirir el VIH.

Dicho de otra manera, otras ITS favorecen la transmisión del VIH (facilitan la entrada del VIH al cuerpo). Cuando son ITS del tipo ulcerativo (las que producen llagas) o que causan lesiones en las mucosas, se favorece la entrada del VIH al torrente sanguíneo de manera directa, acelerando el riesgo de adquirir VIH.

Las mismas conductas o prácticas sin protección que ponen en riesgo a una persona de adquirir una ITS, la ponen en mayor riesgo de adquirir VIH.

El tratamiento de una ITS, ayudará a curar y a prevenir las complicaciones de esa infección y evitará su transmisión, pero no previene la transmisión del VIH. Es importante el uso del condón en todas las prácticas sexuales.

⁴ Es la etapa avanzada de la infección por VIH, se desarrolla cuando el sistema inmunológico de una persona está gravemente dañado y tiene dificultad para defenderse y luchar contra las enfermedades y ciertos tipos de cáncer.

⁵ Sífilis, chancroide y herpes

Derecho a la Salud Sexual

Es tener pleno conocimiento de nosotros mismos, de nuestro cuerpo y ser capaces de decidir sobre nuestra sexualidad libremente eligiendo a nuestras parejas y con quienes deseamos relacionarnos.

Los derechos sexuales con que contamos son:

1. Decidir de forma libre, autónoma e informada nuestro cuerpo y nuestra sexualidad
2. Ejercer y disfrutar plenamente de nuestra sexualidad
3. Manifestar públicamente nuestros afectos y ejercer nuestra libertad individual de expresión, manifestación, reunión, identidad sexual, de género y cultural sin prejuicios, discriminación ni violencia.
4. Decidir de manera libre y autónoma con quién o quiénes relacionarnos afectiva, erótica y socialmente.
5. El respeto a nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente nuestra información personal en todos los ámbitos de vida, incluyendo el sexual sin importar nuestra edad.
6. La vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libre de violencia y a que no se te someta a ningún tipo de tortura ni a tratos crueles, inhumanos y/o degradantes.
7. Decidir de manera libre e informada sobre tu vida reproductiva.
8. La igualdad, a vivir libre de prejuicios y estereotipos de género que limiten nuestras.
9. Vivir libre de todo tipo de discriminación.
10. La información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad para tomar decisiones libres sobre nuestra vida.
11. Recibir educación integral en sexualidad que te apoye a tomar decisiones libres e informadas.
12. Contar con servicios de salud sexual y reproductiva que sean amigables para adolescentes y jóvenes.
13. Derecho a la identidad sexual.
14. Participar en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

La educación sexual es fundamental para que las personas vivamos sexualidades placenteras libres de violencia y embarazos no deseados; así mismo, es la principal base para la prevención de las ITS, especialmente en las personas adolescentes y jóvenes, ya que brinda las herramientas y conocimientos para gozar plenamente de los derechos sexuales y reproductivos³.

³ Generar herramientas para entender cómo es una sexualidad plena y ciertas experiencias que sensibilicen y desestigmatizar la sexualidad

¿Qué son las ITS?

Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) es la forma en que se refiere a un conjunto de manifestaciones un conjunto de manifestaciones o padecimientos que se transmiten de persona a persona, generalmente por el contacto sexual¹ sin protección² ya sea vaginal o anal, sin embargo también se pueden transmitir mediante el sexo oral, por la vía perinatal o sanguínea.

¹ Todo tipo de unión de mucosas entre personas de igual o diferente sexo. Contacto que puede tener distintas modalidades: pene-vagina; pene-ano; boca-vagina; boca-pene; o vagina-vagina.

² Significa tomar las medidas necesarias antes y durante todas las prácticas sexuales, con el propósito de reducir el riesgo de transmitir alguna infección o enfermedad. Las medidas son: uso del condón femenino o masculino durante todas las prácticas sexuales (vaginales, anales y orales), uso de lubricante a base de agua durante todas las prácticas sexuales, uso de barreras de latex para el sexo oral vaginal y anal.

¿Por qué es importante que adolescentes y jóvenes sepamos sobre ITS?

Adolescentes y jóvenes tenemos mayor vulnerabilidad porque:

1. No se nos brinda la información y los conocimientos necesarios para prevenir las ITS, incluido el VIH.
2. Tenemos acceso limitado a los servicios de salud, sobre todos los relacionados a sexualidad, y se nos da poco apoyo durante la etapa del desarrollo sexual.
3. Es común que tengamos prácticas sexuales de manera ocasional y/o no planeada, y a veces ocurren de manera obligada o con violencia.
4. Las mujeres adolescentes somos más vulnerables que los hombres adolescentes por la desigualdad social que nos pone en desventaja para decidir cuándo y cómo ejercer nuestra sexualidad y exigir el uso de condones.
5. Las mujeres adolescentes tenemos mayor vulnerabilidad porque el tejido que cubre nuestra vagina todavía está inmaduro y permite con mayor facilidad el ingreso de microorganismos que causan las ITS.
6. Además, la superficie de la vagina es muy amplia, lo que favorece la cantidad y duración a la exposición de las secreciones que se liberan durante la relación sexual, por ejemplo el semen.
7. Durante esa etapa se incrementa el riesgo de adquirir VIH.

¿Cómo ayuda el uso del condón para prevenir ITS?

Está demostrado que el uso correcto y constante del condón femenino o masculino es un método efectivo para prevenir la transmisión del VIH y otras infecciones de transmisión sexual.

Por lo que es importante que se utilice en todas las prácticas sexuales. También necesitamos usar otras barreras de látex para el sexo oral y anal y, si lo deseamos, combinar con el uso de lubricantes a base de agua.

Medidas de prevención de las ITS

1. Contar con información oportuna sobre sexualidad, salud sexual y derechos sexuales y reproductivos.
2. Contar con información oportuna sobre las ITS
3. Evitar las prácticas sexuales de riesgo
4. Tener relaciones sexuales seguras o protegidas (usando condones o barreras de látex).
5. Antes y después del contacto sexual realizar lavado genital, con abundante agua.
6. Orinar después del coito, ya que así se arrastran algunos gérmenes y se produce una limpieza de las vías urinarias.
7. Vacuna del VPH
8. Acudir con personal de salud ante cualquier sospecha (molestia o síntoma) de tener una de estas infecciones.
9. No automedicarse, es decir, no tomar medicamentos por cuenta propia o por consejo de amistades
10. Es muy importante que cuando tenemos una ITS nuestras parejas sexuales, las estables y ocasionales, busquen atención al mismo tiempo para evitar reinfectarse.

Pasos para usar el condón femenino

Paso 1

Se abre el empaque con cuidado, tirando de la punta superior derecha. No usar tijeras, uñas ni dientes.

Paso 2

El condón tiene dos anillos. El anillo más grande se usa para cubrir los genitales externos y el más pequeño para insertar el condón y mantenerlo en el lugar correcto durante la relación sexual. Se puede agregar más lubricante para aumentar la sensibilidad.

Paso 3

Elija una posición que le sea cómoda para insertar el condón, puede ser agachada, con una pierna levantada, sentada o acostada. También te lo puede insertar tu pareja.

Paso 4

Delicadamente inserte el anillo más pequeño en la vagina, sienta como se desliza hacia adentro. Meta el dedo índice dentro del condón y empujelo lo máximo posible.

El anillo externo debe quedar fuera de la vagina para proteger los genitales exteriores. Ya está listo para usarse.

Paso 5

Para remover el condón gire el anillo externo y jálalo gentilmente. Tirelo a la basura, nunca en el inodoro.

Se aconseja que coloquemos y retiremos el condón femenino por lo menos una vez antes de usarlo durante la relación sexual para familiarizarnos con su uso.

Pasos para usar el condón masculino

Paso 1

El condón masculino es una bolsita de plástico (látex) que se coloca en el pene cuando está erecto, previene de ITS y no permite el paso de espermatozoides. Los condones tienen distintos tamaños y características, se recomienda que los hombres prueben su uso solos o con la pareja para aprender a usarlo antes de tener prácticas sexuales.

Paso 2

Primero se abre el empaque, los dientes del empaque están diseñados para facilitar la apertura con la yema de los dedos. No usar tijeras, uñas ni dientes. Es importante reconocer cual es el lado correcto por el que se desenrolla el condón (cuando el condón parece un chupón de mamila está al revés).

Paso 3

Se tuerce la punta del condón para sacarle todo el aire antes de desenrollarlo. Si es posible se pone una gotita de lubricante, a base de agua, en la cabeza del pene antes de colocarlo y así aumentar la sensibilidad. Se coloca en la punta del glande y se va

desenrollando con cuidado hasta llegar a la base del pene. Si nos pusimos al revés el condón y no se desenrolla, hay que tirarlo a la basura porque ya se ha contaminado y necesitamos usar otro.

Paso 4

Se pasa la mano cuidadosamente sobre el condón buscando que no queden burbujas de aire. La punta del condón debe quedar libre para recibir el semen de la eyaculación. Se puede aplicar lubricante a base de agua en la punta; una vez puesto.

El lubricante facilita la fricción y transmite calor, lo que aumenta la sensibilidad de la práctica sexual. El uso del condón retrasa la eyaculación.

Después de la eyaculación se sostiene la base del pene con cuidado para que al retirarse de la pareja sexual el condón no se quede dentro ni se derrame el semen.

El condón se retira empezando por la base del pene. Sujetándolo con un trozo de papel y tirándolo a la basura, nunca al inodoro y sin hacerlo nudo.