

**Dirección General de
Salud Pública**

En este documento encontrarás respuestas a las preguntas planteadas en el cuestionario *No te relaciones con las ITS*. Esperamos que te sea de utilidad, pero, cuenta con que estamos a tu disposición si te queda alguna duda sobre VIH y otras ITS, o quieres plantearnos cualquier otra cuestión sobre este tema.

EXPLICACIÓN E INFORMACIÓN GENERAL

Cuando hablamos de sexualidad nos referimos a todas las condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológicas que hacen que nos sintamos, nos relacionemos, nos comportemos y nos expresemos como personas.

La sexualidad, nos acompaña toda la vida, aunque se manifieste de manera distinta en cada etapa, y puede llegar a tener tres dimensiones: la comunicación, el placer y la reproducción.

Debemos hablar en términos de identidad de género, de expresión de género, de sexo biológico y de orientación sexual. Las personas somos muy diferentes en muchos aspectos, también en cuanto a la orientación sexual, por lo que se debe reconocer la diversidad afectivo sexual como un valor positivo y no rechazar ni discriminar a las personas por este motivo.

Y si no nos cuidamos, las infecciones de transmisión sexual (ITS) también pueden tener que ver en la sexualidad. Estas infecciones se pueden transmitir en relaciones sexuales no protegidas al entrar en contacto con secreciones vaginales o uretrales, sangre o semen de personas infectadas. Se tratan de infecciones transmisibles, por lo que debe haber un contacto estrecho y directo, y no necesariamente debe haber penetración.

Se pueden transmitir tanto en el sexo anal como en el vaginal u oral, siendo mayor el riesgo en este orden. No podemos caer en el error de pensar que la práctica de sexo oral no entraña riesgos.

Algunas de ellas, también son de transmisión sanguínea, por lo que se pueden adquirir si, por ejemplo, se comparte material de inyección para el consumo de drogas o enseres de higiene personal (cuchillas de afeitarse, seda dental...), e incluso, si nos realizamos cualquier técnica de decoración corporal en establecimientos que no cumplan con las medidas higiénico sanitarias recomendadas.

Para prevenir las infecciones de transmisión sexual, lo mejor, tener prácticas sexuales seguras. Y una forma de hacerlo también es no mantener relaciones bajo los efectos de sustancias tóxicas que pudieran reducir nuestra percepción del riesgo y fomentar las prácticas no seguras, con lo que eso conlleva.

El consumo excesivo o no responsable de pornografía también puede llevar a ejercer violencia sexual hacia otra/s persona/s, lo que puede favorecer la transmisión de ITS, además de otros problemas físicos y psicológicos.

Se conocen más de 30 tipos de infecciones de transmisión sexual, pero son las más incidentes, la sífilis, la gonorrea, la clamidiasis, tricomoniasis, las hepatitis víricas, el herpes simple y el virus del papiloma humano. Sus agentes causales son virus, bacterias, hongos o parásitos.

Hay tratamiento para todas las ITS hasta ahora conocidas, pero no todos curan. Hay tratamientos, como el indicado para la infección por VIH, que no cura la infección, pero sí que frena su evolución y permite que las personas tengan mejor calidad de vida, e incluso, aumentan la esperanza de vida.

Pero la buena noticia es que todas las ITS se pueden prevenir, manteniendo prácticas sexuales seguras y protegidas, usando correctamente métodos barrera como el preservativo y barreras de látex. Debemos tener muy presente siempre que las relaciones sexuales deben ser consentidas y de mutuo acuerdo, que deben ser respetados los límites marcados por las personas implicadas, y se deben evitar los abusos, la violencia y/o la coacción.

Además de los métodos barrera, frente a la infección del VIH, contamos con quimioprofilaxis para reducir el riesgo de infección antes o después de una posible exposición al virus. Se conoce como profilaxis preexposición (PrEP) y profilaxis postexposición (PPE).

Estas dos medidas preventivas están sujetas a prescripción médica, siendo la postexposición una urgencia que se atiende en los centros hospitalarios de la región, y la preexposición consiste en la toma diaria de un fármaco que disminuye de manera notable el riesgo de infección, si se tiene buena adherencia al tratamiento, y que requiere de seguimiento médico durante el tiempo que se tome la PrEP.

Debes tener en cuenta también que los métodos anticonceptivos evitan embarazos no deseados, pero no todos evitan las ITS. Tan solo el preservativo te protege también de la mayoría de las ITS. Por eso, es muy interesante que no descartes un uso combinado cuando mantengas relaciones con personas de las que desconozcas si padecen o no infecciones de transmisión sexual.

La mayoría de las veces las ITS cursan de manera asintomática, pero cuando aparecen síntomas, los más frecuentes son: flujo vaginal o secreciones uretrales anormales, ardor o escozor al orinar, úlceras, ampollas, verrugas, ganglios infectados...entre otros.

Si presentas alguno/s de estos síntomas, es importante que solicites cita en un centro sanitario para hacerte una revisión médica. También es conveniente que la solicites cuando hayas tenido una práctica de riesgo, aunque no tengas síntomas.

El hecho de que las infecciones de transmisión sexual cursen en ocasiones de manera asintomática favorece que se llegue tarde al diagnóstico, que aparezcan graves problemas de salud y/o complicaciones, y que se puedan transmitir a otras personas si no se toman precauciones.

Por eso, si has tenido prácticas de riesgo, tengas síntomas o no compatibles con infecciones de transmisión sexual, solicita cita en un centro sanitario para que puedas acceder a atención especializada y tratamiento adecuado si hiciera falta.

Si te diagnostican una infección de transmisión sexual, debes ser responsable y comunicárselo a tu/s pareja/s sexual/es para que también puedan recibir atención médica y evitar que tú te reinfectes.

Otra opción para acceder a la prueba rápida del VIH y la sífilis es acudir a la sede de Comité Ciudadano Antisida de Extremadura en Cáceres o a la sede de Fundación Triángulo Extremadura en Badajoz, de manera anónima, confidencial y gratuita. Previa cita en 927 22 61 43 (CAEX) o 924 26 05 28 (FTEX).

Además, en las oficinas de farmacia comunitaria puedes comprar el autotest del VIH, para que puedas hacerte la prueba del VIH de manera fácil y en la intimidad. Es la única prueba de detección de ITS que se puede adquirir en las farmacias.

Si tienes alguna duda respecto al VIH y otras ITS, puedes contactar con la Oficina de Coordinación de VIH de Extremadura a través de correo electrónico o teléfono, en horario de 9h a 14h, de lunes a viernes. También puedes visitar nuestra [página web](#), donde encontrarás información actualizada, o seguirnos en [redes sociales](#).

