



EL VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA (VIH) Y OTRAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

Organiza:



Campaña de Prevención del VIH/SIDA

Subvenciona:



**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sense risc

**condo
néate**

متنة بدون اخطار

**condo
néate**

Placer si

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Atsegina, habestuta,
atseginago

**condo
néate**

Placer sense risc

**condo
néate**

متنة بدون اخطار

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Atsegina, habestuta,
atseginago

**condo
néate**

Placer sense risc

**condo
néate**

متنة بدون اخطار

**condo
néate**

Placer sin riesgo

**condo
néate**

Placer sense risc

**condo
néate**

متنة بدون اخطار

INTRODUCCIÓN

Según los últimos datos recogidos sobre nuevos diagnósticos de VIH en España, la edad media de casos atribuidos a transmisión sexual (homo o heterosexual) se sitúa en los grupos de edad de 25 a 40 años, por lo que, teniendo en cuenta la historia natural de la infección, muchas de estas personas mantuvieron prácticas sexuales de riesgo en su adolescencia o juventud.

Las razones que determinan la adopción de medidas preventivas en las relaciones sexuales de los y las jóvenes son variadas y serán expuestas en otro apartado de esta guía. La información sobre el VIH y otras infecciones de transmisión sexual continua siendo un elemento necesario en la prevención de conductas sexuales de riesgo. Para ello, las iniciativas surgidas desde los movimientos asociativos juveniles aprovechando espacios de ocio y tiempo libre constituyen una importante herramienta para la promoción del uso del preservativo como medida preventiva frente al VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual.

Por otro lado, la labor de los mediadores y mediadoras acercando la información a los y las jóvenes, favorece la aceptación e internalización de los mensajes transmitidos promoviendo el debate, la participación y la reflexión que, a su vez redundará en un mayor grado de responsabilidad individual y colectiva.

EN ESTA GUÍA ENCONTRARÁS:

- Conocimientos básicos sobre VIH/SIDA y otras Infecciones de Transmisión Sexual
- Sintomatología inicial de cada una de ellas
- Uso correcto del preservativo femenino y masculino
- Información acerca de la prueba del VIH

¿Qué es la Infección por VIH? ¿Y el Sida?

El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) ocasiona la destrucción del sistema inmunitario de la persona, dejando su organismo expuesto ante cualquier agente infeccioso. Esta debilitación progresiva del sistema inmunológico con el paso del tiempo, puede dar lugar a un conjunto de enfermedades conocidas como Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA).

El sistema inmunitario defiende al organismo de las agresiones que le ocasionan diferentes tipos de microorganismos e impide, a su vez, la proliferación de células malignas (cánceres). Este sistema actúa en todo el cuerpo por medio de un tipo especial de glóbulos blancos, los linfocitos. De estos existen dos grandes grupos: Los linfocitos T atacan directamente a los invasores y los linfocitos B producen unas substancias que llamamos anticuerpos que son específicas para cada microbio. Entre los linfocitos T hay una variedad llamada linfocitos T4 cuyos receptores, denominados CD4, son los encargados de dar la señal de alarma para que los T4 y B actúen contra el agente invasor. En el caso del VIH, éste se acopla en los linfocitos CD4, se multiplica a expensas de estos y finalmente los destruye. Por ello, la persona infectada va sufriendo un progresivo debilitamiento de su sistema inmunitario. Es importante recordar que no existe una sintomatología específica que por sí sola, permita confirmar la infección por VIH.



Algunos Datos de Interés

Los datos procedentes del Sistema de Vigilancia Epidemiológica de nuevas infecciones por VIH en España, en su actualización de 2006, indican que la edad media al diagnóstico es de 37 años. Muchas de estas personas conocieron su infección tarde, cuando ya presentaban una immunosupresión severa. Se estima que un 30% de las personas infectadas por el VIH en España no sabe que lo está. Esto nos indica que, además de reforzar las medidas de prevención, es necesario potenciar las intervenciones destinadas a promover la prueba del VIH, el consejo y el diagnóstico

precoz de la infección en personas que hayan tenido prácticas de riesgo.

En cuanto a los patrones epidemiológicos de la infección, han cambiado notablemente en los últimos años. Se estima que cada año se producen entre 2.500 y 3.500 nuevas infecciones por VIH. En décadas pasadas, una gran mayoría de los nuevos diagnósticos de VIH eran consecuencia del uso compartido de material para inyección de drogas pero actualmente, son derivados de relaciones sexuales sin protección. Por ello, es preciso que seamos conscientes del riesgo existente y promovamos el uso del preservativo como medida eficaz de prevención.

También los cambios demográficos que se han producido en España se ven reflejados en los nuevos diagnósticos de VIH, por lo que hemos de subrayar la necesidad de adaptar los programas de prevención a los colectivos de personas no españolas de origen.

En España viven entre 120.000 y 150.000 personas infectadas por el VIH, tres de cada 1000 ciudadanos. En cuanto al diagnóstico de SIDA, desde el inicio de la epidemia en España se han notificado un total de 73.977 casos de sida. Según las notificaciones recibidas hasta el 31 diciembre de 2006 se estima que en ese año se diagnosticaron en España 1.586 casos. La epidemia alcanzó su punto álgido a mediados de la década de los 90 y, desde entonces, el número de casos de sida ha experimentado un progresivo declive, pero a pesar de ello, nuestro país sigue siendo uno de los países de Europa Occidental en los que la epidemia tiene mayor magnitud.



Vías de Transmisión del VIH

Sanguínea

Se produce en el momento en que la sangre VIH positiva entra en el torrente sanguíneo de otra persona.

La transmisión del VIH por transfusiones o inyecciones de productos derivados de la sangre es en la actualidad prácticamente nula ya que desde 1987 existe la obligatoriedad de examinar todas las donaciones de sangre y destruir aquellas que contengan el virus. Del mismo modo, todo el material que se utiliza en el acto de la donación es estéril y de un solo uso. A través del uso compartido de jeringuillas, agujas de tatuaje o implantación de piercings y determinados objetos de aseo personal que puedan llegar a estar en contacto con la sangre (cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, tijeras) puede transmitirse el virus. Por tanto, es fundamental no compartir ninguno de ellos y exigir que todo el material que utilicen en centros de tatuajes esté perfectamente esterilizado.

Vertical (De madre a hijo)

Una mujer VIH positiva puede transmitir el virus al feto durante su embarazo a través de la placenta o durante el parto. La lactancia natural es otra de las vías de transmisión. Es importante diferenciar que, aunque todos los bebés hijos de madres VIH positivas nacen con los anticuerpos, no todos desarrollan la infección.



© CNICE. Banco de Imágenes y Sonidos

Cuando una mujer VIH positiva desea tener un hijo o hija, recibirá tratamiento antirretroviral que disminuye el riesgo de transmisión al feto. En el momento del parto, se aconsejará la cesárea para evitar al alumbramiento a través del canal del parto. También el recién nacido recibirá tratamiento antirretroviral para reducir riesgos y por supuesto, debe evitarse la lactancia natural.

Si una mujer VIH positiva no desea continuar con su embarazo podrá acogerse a uno de los supuestos legalmente establecidos para interrumpir su gestación.

Sexual

La transmisión se produce a través del contacto de fluidos (sangre, semen y secreciones vaginales) con una persona VIH positiva. La penetración vaginal o anal sin protección y los contactos oro-genitales (sobre todo si hay lesiones en cualquiera de las dos zonas y/o si se ingieren las secreciones) son vías de entrada para el virus en el organismo.

PRÁCTICAS DE RIESGO:

- Compartir agujas, jeringuillas y materiales de los que se utilizan para inyectarse drogas.
- Utilizar instrumentos para tatuarse o para hacerse piercings que no sean de un solo uso o estén correctamente esterilizados.
- Lactancia natural de una madre VIH positiva a su hijo.
- Penetración vaginal y anal sin preservativo.
- Relaciones buco-genitales (felicación, cunnilingus, anilingus) sin preservativos o barreras de látex.
- Uso compartido de objetos de aseo personal que puedan estar en contacto con la sangre (cuchillas de afeitar, tijeras de manicura, cepillos de dientes...).
- Intercambio de juguetes sexuales, que hayan estado en contacto con secreciones vaginales o sangre sin utilizar preservativo o sin limpiarlos en profundidad.

NO SUPONEN NINGÚN RIESGO:

- Compartir la ducha, toallas, el WC,..
- Besarse, abrazarse, acariciarse.
- Las lágrimas, el sudor, los estornudos.
- Las picaduras de los insectos.
- La donación de sangre.
- Las actividades de la vida cotidiana (ir al Instituto, el trabajo, ocio, piscinas).
- Masturbaciones mutuas, frotamientos, caricias.

NO OLVIDES QUE... El VIH puede ser transmitido a cualquier persona que no tome precauciones.

No hay diferencia en cuanto a raza, edad u orientación sexual.

Es importante saber que, cuando una persona tiene alguna Infección de Transmisión Sexual como las que veremos a continuación, aumenta el riesgo de infección por VIH.

Una sola práctica sexual de riesgo es suficiente para contraer la infección, pero evidentemente, el riesgo aumentará proporcionalmente cuantas más relaciones sin protección se mantengan.

La Prueba del VIH

En España se estima que una cuarta parte de las personas infectadas por VIH, no saben que lo están, lo cual implica que la transmisión puede continuar extendiéndose a través de sus parejas sexuales. Por tanto, es fundamental el diagnóstico precoz, tanto para evitar la transmisión de la infección como para beneficiarse de los tratamientos actuales, que mejoran la calidad de vida y aumentan la supervivencia.

Cuando el VIH entra en el organismo de una persona, no puede ser detectado inmediatamente. La infección por VIH no presenta unos síntomas específicos que permitan confirmarla por sí mismos, por lo que es preciso establecer el diagnóstico a través de métodos de laboratorio.

Se necesita un tiempo para que aparezca en los análisis, lo que se denomina habitualmente "periodo ventana". El sistema inmunitario tarda un tiempo en producir anticuerpos suficientes para ser detectados y este tiempo varía en cada persona (generalmente, todas las personas los han desarrollado transcurridos tres meses después de la práctica de riesgo). Las pruebas detectan los anticuerpos cada vez más precozmente, por lo que si se ha tenido una práctica de riesgo se debe acudir a hacerse la prueba, y el personal sanitario le indicará si se la ha de repetir al cabo de un determinado tiempo.

La prueba, llamada ELISA o EIA, es una analítica de sangre que detecta los anticuerpos que el organismo produce en respuesta al VIH. El resultado de la prueba te dirá si estás o no infectado por el VIH.

Si el resultado del ELISA es positivo, se confirma con una segunda prueba, llamada Western Blot. Esta prueba necesita más tiempo en cuanto a su resultado y personal más especializado para su interpretación. En España, si la primera prueba da positivo, se realiza la segunda de modo automático y sobre la misma muestra de sangre.



© CNICE. Banco de Imágenes y Sonidos

DEBES SABER QUE LA PRUEBA DEL VIH ES VOLUNTARIA, CONFIDENCIAL Y GRATUITA EN LOS CENTROS DE ATENCIÓN PRIMARIA, CENTROS DE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y ALGUNAS ONG'S. SI LO DESEAS, INCLUSO PUEDE SER ANÓNIMA.

ES ILEGAL QUE TE REALICEN LA PRUEBA DEL VIH SIN TU CONSENTIMIENTO O QUE TE LA EXIJAN PARA OCUPAR UN TRABAJO.

Existe otra prueba caracterizada por la obtención de resultados en menos de 30 minutos. Estos tests rápidos emplean una pequeña muestra de sangre extraída del dedo, aunque también pueden ser realizados con muestras de saliva y orina. Son útiles para incrementar el número de personas diagnosticadas o para situaciones que requieran un resultado inmediato, pero al igual que la detección mediante el ELISA, requiere una comprobación posterior mediante la prueba Western Blot.

Es importante recordar que la legislación española establece la emancipación sanitaria a los 16 años, por lo que a partir de esa edad, no es necesario el consentimiento paterno/materno para hacértela.

Si estás infectado por el VIH, deberás extremar las medidas de seguridad usando siempre preservativo en tus relaciones sexuales con penetración para evitar re-infecciones y para evitar la transmisión a tus parejas

Porque NO ES LO MISMO SER VIH POSITIVO QUE TENER SIDA. La enfermedad puede tardar años en desarrollarse y los actuales tratamientos médicos hacen que evolucione hacia la cronificación.

Existen diferentes tipos de fármacos para tratar la infección por el VIH, dependiendo de las diferentes fases por las que atraviesa el virus al reproducirse. Lo importante es tomarlos rigurosamente tal y como el médico especialista establezca. Esta actitud de compromiso permitirá a la persona VIH positiva obtener el máximo beneficio de los tratamientos.

A largo plazo, se investigan varias líneas de actuación en materia de vacunación, pero no hay un acuerdo unánime entre los investigadores de si será o no posible encontrar una vacuna preventiva.

POR TANTO, UNA ACTITUD RESPONSABLE Y SOLIDARIA EN EL USO DE MÉTODOS PREVENTIVOS Y LA DETECCIÓN PRECOZ POR VIH SUPONEN EL INSTRUMENTO MÁS EFICAZ EN LA LUCHA CONTRA EL VIH/SIDA.

Otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)

Es este apartado pretendemos ofrecer unos conocimientos generales sobre las ITS más frecuentes y los primeros síntomas con los que suelen manifestarse. De este modo, podremos acudir a los servicios médicos especializados para recibir un tratamiento adecuado evitando que evolucionen sin control hacia estadios más graves. No debemos olvidar que, si el diagnóstico es positivo, es muy importante contactar con las parejas sexuales recientes para informarles sobre la posibilidad de transmisión de la infección.

¿Qué son las ITS?

Es la abreviatura de Infecciones de Transmisión Sexual, es decir, infecciones cuya forma de transmisión y contagio son las relaciones sexuales (vaginales, anales u orales). La actividad sexual sin protección brinda oportunidad para que ciertos microorganismos (bacterias, virus, hongos y parásitos) se transmitan de un ser humano a otro, por lo que es imprescindible practicar sexo con seguridad utilizando preservativos y barreras de látex.

Muchas ITS, incluida la infección por el VIH, no presentan signos externos de enfermedad o estos son muy inespecíficos, por lo que es importante realizarse un análisis y examen de ITS cuando se haya tenido una práctica sexual de riesgo.

A continuación, te describimos los síntomas más frecuentes, ya que es importante aprender a reconocer los indicios y síntomas de una ITS. Si notas un síntoma que te preocupa, debes ir a un centro de salud o centro de ITS a solicitar una revisión.

ITS producidas por hongos:

Candidiasis

ITS producidas por parásitos:

Ladillas(piojos púbicos)

Tricomoniasis

Sarna

ITS producidas por bacterias:

Gonorrea

Sífilis

Linfogranuloma venéreo

Clamidiasis

Chancro blando

Gardnerella vaginalis

ITS producidas por virus:

Herpes genital

Virus del Papiloma Humano

Molusco contagioso

Citomegalovirus

Mononucleosis

Hepatitis

Virus de Inmunodeficiencia Humana

Candidiasis Vulvo-Vaginal

Síntomas



Es una infección vaginal causada por el hongo Cándida Albicans. Es un organismo que está presente en la vagina y no suele ocasionar ningún tipo de síntomas, excepto cuando determinadas condiciones favorecen que la población de la C. Albicans aumente en relación con el resto de microorganismos que pueblan la vagina (tras una toma de antibióticos, de anticonceptivos orales, embarazos, mala higiene, humedad excesiva).

En las mujeres, no es enfermedad de transmisión sexual pero en los hombres sí es frecuente si mantienen contacto sexual con una persona infectada.

MUJERES

- Secreción vaginal anormal que varía desde una secreción blanca ligeramente acuosa hasta un flujo más espeso y abundante
- Picores vaginales
- Dolor al orinar
- Enrojecimiento y/o inflamación de la vulva

HOMBRES



- Picor y erupciones en el pene



Ladillas o Piojos Púbicos

Síntomas

Es una infección de la zona genital por parásitos. Se transmite por vía sexual o por vía indirecta a través del contacto con sábanas, toallas, ropa. Los piojos se fijan a la raíz de los pelos (es inútil rasurarse, ya que la hoja de afeitar pasa por encima) y allí depositan sus huevos. Estos parásitos se multiplican con facilidad y son sumamente contagiosos.

Piojos generalmente en la zona del pubis, aunque pueden encontrarse en cualquier parte del cuerpo donde existe pelo (zona anal, torso, axilas, piernas, muslos, etc.) También suelen aparecer pequeñas lesiones producidas por el rascado.

Tricomoniasis

Síntomas

Está causada por un parásito que se transmite a través de relaciones sexuales con penetración.

A pesar de que puede infectar el tracto genitourinario tanto de los hombres como de las mujeres, los síntomas son más frecuentes entre las mujeres. En los hombres, el organismo infecta la uretra, la próstata y la vejiga, pero sólo rara vez produce síntomas.

MUJERES	+
---------	---

- Secreción espumosa de color verde amarillento a través de la vagina con un fuerte olor.
- La vulva puede estar irritada, por lo que la penetración vaginal puede ser dolorosa.
- Dolor al orinar y aumento en la frecuencia de micción.

HOMBRES



- Supuración similar al pus a través de la uretra.
- Dolor al orinar y aumento en la frecuencia de micción

Sarna

La sarna se transmite frecuentemente, aunque no siempre, a través del contacto sexual. También puede transmitirse a través del contacto personal cercano o usando sábanas, ropa o toallas no lavadas de una persona infectada.

Entre 2 y 6 semanas después de la exposición al ácaro de la sarna, los surcos se levantan y aparece un picor intenso, especialmente cuando la persona entra en calor en la cama o después de hacer ejercicio o darse una ducha o baño caliente. Los síntomas aparecen más rápido (a menudo horas después de la exposición) en

las personas que han tenido sarna anteriormente. Si te rascas, los surcos pueden infectarse. Puede aparecer sarapultido o protuberancias en la piel que hay entre los dedos, en el lado interno de las muñecas, en el interior de los codos, en los pliegues que hay debajo las nalgas y del abdomen, y alrededor de los órganos genitales. Las protuberancias pueden inflamarse, endurecerse o desarrollar costras. Todo este cuadro clínico puede tener mayor gravedad si la persona que contrae sarna estaba previamente inmunodeprimida.

Gonorrea

Síntomas

MUJERES



- Dolor o ardor al orinar
- Hemorragias vaginales entre períodos
- Flujo vaginal purulento
- Enrojecimiento y/o inflamación de la vulva

HOMBRES



- Aumento de la frecuencia en las ganas de orinar
- Malestar y escocor al orinar
- Secreción de una sustancia lechosa por la uretra

Sífilis

Síntomas



Es una infección crónica generalizada ocasionada por una bacteria que afecta a diversos órganos del cuerpo humano. En la mayoría de los casos, se transmite al mantener contacto sexual anal, vaginal u oral con una persona que ya tenga una lesión sifilitica, pero también a través del contacto con sangre y de madre a hijo durante el embarazo.

Tiene un periodo de incubación de varias semanas (generalmente 3 ó 4) y pasa por varios estadios. Puede durar muchos años y llegar a provocar lesiones cardíacas, cerebrales y en los casos más graves, la muerte.

ESTADIO PRIMARIO

Aparece una pequeña llaga o úlcera rojiza e indolora generalmente en el pene, la vulva o la vagina, aunque también puede hacerlo en el ano o la boca. Entre 6 y 12 semanas después, la lesión desaparece y el afectado parece encontrarse bien, aunque la bacteria permanece en su organismo.

ESTADIO SECUNDARIO

Esta fase es sumamente contagiosa y suele iniciarse con alguna erupción cutánea en el cuerpo y/o genitales. Posteriormente, pueden aparecer úlceras en la boca, inflamaciones en los ganglios de cuello, axilas e ingles. Otros síntomas incluyen sensación de malestar general, pérdida de apetito, náuseas, vómitos, caída del cabello, fatiga y fiebre.

Posteriormente, la enfermedad entra en un estadio latente en el que no se producen síntomas y que puede durar años.

ESTADIO TERCIARIO

En este momento, los síntomas pueden ser muy variados: bultos y úlceras en la piel, inflamación de las articulaciones, insuficiencia cardiaca, lesiones cerebrales y oftálmicas, obstrucción de vasos sanguíneos.

Linfogranuloma Venéreo

Causada por una bacteria llamada Chlamydia Trachomatis que se transmite por penetración vaginal, anal u oral.

Comienzan aproximadamente de 3 a 12 días después de la infección. En el pene o la vagina aparece una pequeña ampolla indolora llena de líquido, que se convierte en una úlcera llegando a curar, por lo que en este momento puede pasar inadvertida. A continuación, los ganglios linfáticos de la ingle pueden aumentar de tamaño y la piel de la zona infectada se torna rojiza, pudiendo formarse orificios o fistulas con pus.

Cervicitis Clamidial y Uretritis No Gonogócica

Síntomas

MUJERES



- Aumento de la frecuencia en las ganas de orinar y dolor al hacerlo
- Flujo vaginal purulento
- Molestias durante el coito

HOMBRES



- Aumento de la frecuencia en las ganas de orinar
- Quemazón al orinar
- Secretión de pus por la uretra

Chancro Blando o Chancroide

Infeción aguda provocada por una bacteria que se transmite a través de relaciones sexuales con penetración vaginal, anal u oral.

Comienza con la aparición de uno o varios granos rodeados de una zona enrojecida que, pasados unos días, se llenan de pus y se rompen formando úlceras dolorosas y de tamaño variable. En ocasiones, los ganglios de la zona de la ingle están agrandados y resultan dolorosos a la palpación.

Síntomas

Gardnerella Vaginalis

La vaginosis bacteriana es un síndrome producido por la sustitución de la flora vaginal normal que se ve reemplazada por esta bacteria, lo cual produce un aumento del pH vaginal y flujo maloliente (como a pescado) y grisáceo. Se origina por un cambio en el balance de los diferentes tipos de bacteria en la vagina.

Es la causa más frecuente de emisión de flujo vaginal o mal olor. Más de la mitad de las mujeres no presentan síntomas. No es necesario tratar a la pareja sexual. En el caso de mujeres embarazadas, existe riesgo de aborto o renacimientos prematuros.

Herpes Genital

Infeción de la piel de la zona genital o perirrectal causada por un virus que se transmite por penetración vaginal o anal, por sexo oral y de madre a hijo en el momento del parto.

Tiene un periodo de incubación de 4 a 7 días. Es una enfermedad que tiende a reaparecer, ya que el virus que la produce no se elimina del cuerpo y puede reactivarse y reinfectar la piel. Las lesiones primarias (las que aparecen por primera vez) son más dolorosas, prolongadas y diseminadas que las de los brotes posteriores. Comienzan con escozor y después aparecen grupos de vesículas dolorosas en la zona genital y anal que se erosionan y forman úlceras. Suelen cubrirse de una costra poco después y curan en varios días dejando cicatriz. A parte del dolor hay malestar general y fiebre.

Síntomas

Virus Del Papiloma Humano

Síntomas

Son lesiones verrugosas producidas por un virus que se transmite por penetración vaginal, anal u oral y de madre a hijo en el momento del parto. Las verrugas son generalmente masas suaves y húmedas, únicas o múltiples y en ciertos casos, tienen forma de coliflor. Pueden aparecer semanas o meses después del contacto sexual con una persona infectada.

MUJERES

- Aparición de verrugas en la vagina, cuello del útero, genitales externos, ano, boca, garganta



HOMBRES

- Aparición de verrugas en cualquier parte del pene, uretra, ano, boca, garganta



Molusco Contagioso

Es una infección en la piel causada por un virus que se transmite por el contacto de piel con piel incluyendo las relaciones sexuales con penetración (vaginal, anal u oral).

Síntomas

Los síntomas del molusco contagioso pueden aparecer de 1 a 6 semanas después de la exposición. Aparece primero en forma de protuberancias, redondas, perladas, de textura suave y con una pequeña depresión en el centro. Pueden estar en o alrededor del área pélvica, en el abdomen o en la cara interna de los muslos. Las protuberancias no son dolorosas pero pueden causar picor, e incluso infectarse y ponerse rojas.

Citomegalovirus

Síntomas

El citomegalovirus (CMV) pertenece a la familia de los herpesviruses. Está muy distribuido entre los humanos. Su infección puede ser desde asintomática en pacientes con la inmunidad intacta hasta graves complicaciones en immunodeprimidos. En la actualidad ha cobrado mucha importancia a raíz del aumento de pacientes immunodeprimidos por causas patológicas (SIDA) o farmacológicas (receptores de trasplante).

Cuando el citomegalovirus penetra en el organismo, puede o no generar una enfermedad activa. Una vez dentro, puede permanecer latente durante años, pero volverse activo y causar enfermedad en cualquier momento. Las infecciones graves se producen generalmente sólo en inmunodeficientes, por ejemplo, aquellos que han recibido un trasplante de médula ósea o los enfermos de SIDA. Los síntomas suelen comenzar con fiebre llegando a lesiones en la retina e inflamación del hígado.

La transmisión del CMV puede ser producirse de una madre a su bebé en la gestación, en el parto a través de secreciones cervicales y por la leche materna. Otras vías de transmisión son respiratoria, sexual (semen), trasfusiones de sangre y trasplante de órganos.

Mononucleosis

Está producida por el virus de Epstein-Barr y se la conoce popularmente como la “enfermedad del beso”, ya que este virus se encuentra en la saliva.

Hepatitis

Proceso inflamatorio del hígado producido por virus (virus A, B, C, Delta, E,...). Casi todos los virus capaces de producir hepatitis pueden ser transmitidos por contacto sexual, sobre todo en las relaciones oro-anales. Sin embargo existen otras vías de transmisión: la vía sanguínea (intercambio de jeringuitas, inoculación accidental de material contaminado en medio sanitario) y la vía vertical (paso del virus de la madre al feto).

La mayoría de las veces la infección aguda (hepatitis vírica) cursa sin sintomatología, aumentando el riesgo de la transmisión a otra persona.

Síntomas

Los síntomas son dolor de cabeza, fiebre, dolor de garganta, cansancio y falta de apetito.

La complicación más grave que puede presentar es la rotura del bazo, por eso siempre estará contraindicada cualquier tipo de actividad deportiva. Generalmente, desaparece de forma espontánea en un plazo de 2 a 4 semanas.

Síntomas

El período de incubación de las hepatitis víricas varía de 1 semana hasta 6 meses, dependiendo del virus causante. La sintomatología que aparece es malestar general, anorexia, vómitos y náuseas. Pero en la mayoría de las ocasiones la infección aguda cursa sin sintomatología, siendo entonces mayor el riesgo de transmitir el virus de la hepatitis. La evolución de la enfermedad puede ser hacia la curación o hacia la cronicación, produciendo entonces hepatitis crónica, cirrosis hepática o carcinoma de hígado.

Los portadores crónicos de hepatitis son la fuente de infección más importante de esta enfermedad.

SI SOSPECHAS QUE PUEDES TENER UNA DE ESTAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL...

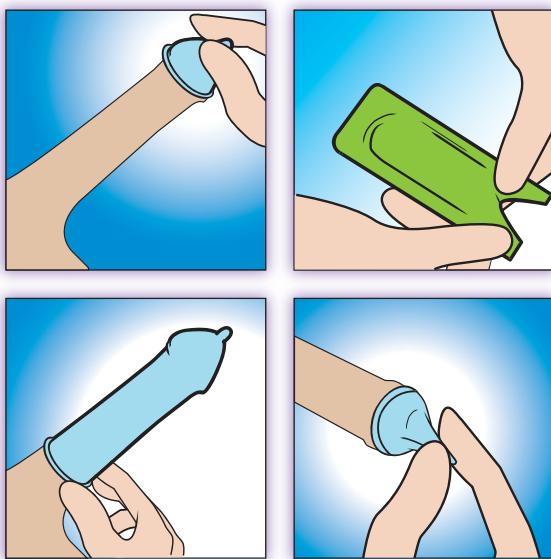
- Debes acudir a un centro sanitario y seguir las prescripciones que tu médico/a indique.
- Continúa el tratamiento durante el tiempo prescrito, ya que los síntomas pueden desaparecer pero no la infección.
- Localiza a tu pareja/s sexual/es recientes para informarles de la posible transmisión.

PASOS PARA EL CORRECTO USO DEL PRESERVATIVO MASCULINO

1. Abrir el envoltorio con cuidado a fin de no dañarlo con uñas, dientes o anillos.
2. Si dudas que el preservativo esté al derecho o al revés, puedes soplar un poco dentro para comprobar hacia qué lado hay que desenrollarlo.
3. Colocarlo con el pene en erección, antes de cualquier penetración. Si llevas algún piercing en los genitales, debes ser muy cuidadoso para evitar que se rompa.
4. Para ponerlo, comprime el depósito que tiene en uno de sus extremos a fin de expulsar el aire. Ahí quedará depositado el semen cuando eyacules. (si tu preservativo no tiene este depósito, deja un espacio libre de 1 o 2 cm. en la punta).
5. Desenrolla el preservativo hasta cubrir totalmente el pene.
6. Tras la eyaculación, el preservativo debe retirarse antes de que la erección desaparezca por completo sujetándolo por la base para asegurar que el semen no salga. Comprueba que no se ha roto presionando el depósito, hazle un nudo en la parte superior y tiralos a la basura, nunca al WC porque no son biodegradables.

Los preservativos masculinos son de un solo uso. Debes cambiarlo en cada relación sexual y en cada práctica (penetración vaginal, anal u oral).

La mayoría están lubricados, pero si no es suficiente o deseas añadir más lubricación, ten en cuenta que sea soluble al agua, ya que los oleosos pueden dañar el látex del preservativo (no utilices vaselina, aceites infantiles, cremas de manos,...)



PASOS PARA EL CORRECTO USO DEL PRESERVATIVO FEMENINO

Es un método alternativo al preservativo masculino. En España, puedes encontrarlo sólo en algunas farmacias. Está fabricado con poliuretano, no irrita ni altera la flora vaginal ni produce reacciones alérgicas (hay personas que son alérgicas al látex).

Puede introducirse en la vagina hasta 8 horas antes del contacto sexual y no hace falta retirarlo inmediatamente después de la eyaculación.

1. Abrir el envoltorio con cuidado a fin de no dañarlo con uñas, dientes o anillos.

2. El preservativo femenino tiene un aro interno (que está en la parte cerrada) para introducir en la vagina y un aro externo de diámetro más grande que cubre los genitales externos de la mujer. Para colocarlo, debes coger el aro interno apretándolo con el pulgar y el índice de forma que el anillo quede con una forma alargada y estrecha. En esta posición, el aro externo quedará colgando hacia abajo.

3. Escoge una postura cómoda (un pie en el suelo y otro encima de una silla, en cuclillas, acostada,...) y, con un dedo metido en el preservativo, introduce el aro interno en la vagina lo más profundamente posible. El anillo externo ha de quedar fuera de la vagina cubriendo los genitales externos.

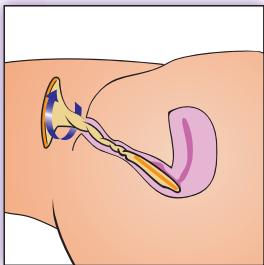
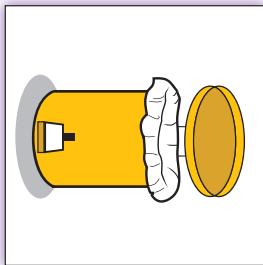
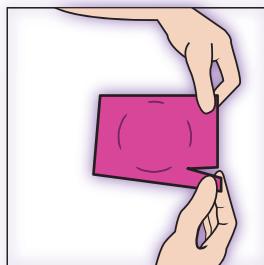
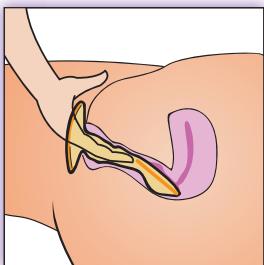
4. Para retirarlo, aprieta el aro externo y después, retuerce el preservativo de modo que el semen no pueda salir de su interior y tira despacio para sacarlo de la vagina.

5. Dépósito en la basura, nunca en el WC.

Los preservativos femeninos son de un sólo uso. Debes cambiarlo en cada relación sexual con penetración vaginal.

La mayoría están lubricados, pero si no es suficiente o deseas añadir más lubricación, sí puedes utilizar lubricantes de base oleosa tanto en el interior como en el exterior del preservativo.

No debe usarse simultáneamente con preservativos masculinos.



NO DEBES OLVIDAR:

- Comprártelos en farmacias o lugares especializados.
- Debes mirar que no estén caducados y que lleven en su envoltorio el marcado CE (Comunidad Europea).
- Han de mantenerse en lugares frescos, secos y protegidos de la luz. Por tanto, no los dejes en la guantera del coche, ni los lleves durante días en la cartera o el bolsillo trasero del pantalón.

(SIERES SEXUALMENTE ACTIVO/A, EL USO CORRECTO DEL PRESERVATIVO (MASCULINO O FEMENINO) ES EL MEDIO MÁS EFICAZ PARA PREVENIR EL VIH Y EL RESTO DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.





