

## INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS). ESO A MÍ NO ME TOCA. ¿O SÍ?



### ¿Qué son las ITS?

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son enfermedades que se contagian con las relaciones sexuales. Hay muchos tipos. Pueden ser causadas por [virus](#), bacterias y parásitos.

Son muy frecuentes y generalmente leves ([condilomas](#), [sarna](#), piojos, etc.). Pero también pueden ser graves, como la infección por el [virus de la inmunodeficiencia humana \(VIH\)](#), los [virus de la hepatitis B y C \(VHB y VHC\)](#), etc. Además hay ITS que siendo leves, si no se tratan pueden causar complicaciones graves (como [la sífilis](#) o la infección por *Chlamydia*). O la infección por el [virus del papiloma humano](#).

Afectan sobre todo a adolescentes sexualmente activos (hasta un 25% de ellos pueden tener una ITS). La falta de una [educación sexual](#), los prejuicios sexuales y la [vergüenza a consultar con el médico](#) suelen ser las causas.

### ¿Cómo puedo contagiarme?

Con cualquier tipo de relación sexual (vaginal, anal, oral, etc.) desde personas ya contagiadas.

Los factores que aumentan el riesgo de contagio son:

- el mayor número de parejas sexuales

- el consumo de drogas inyectables
- el haber padecido antes una ITS
- no usar [métodos anticonceptivos](#) de barrera

### ¿Qué notaré si tengo una ITS?

Los síntomas que da una ITS son variables. En muchos casos no te darás cuenta. Suelen localizarse en genitales, pero a veces aparecen otros (fiebre prolongada, cansancio, dolores musculares en todo el cuerpo, manchas en manos y pies, etc.). Los síntomas genitales más frecuentes son:

- picor o escozor genital o anal
- dolor al orinar, al defecar o al mantener relaciones sexuales
- rojeces, ampollas, úlceras o verrugas genitales o anales
- aumento o cambio de color u olor del flujo vaginal
- aparición de flujo o mal olor en el pene

### ¿Cómo puedo saber si tengo una ITS?

El diagnóstico de las ITS es fácil. Suele bastar con la exploración física por parte de tu médico. En muchos casos te hará pruebas, como cultivos de las secreciones vaginales o del pene y análisis de orina y de sangre.

### ¿Qué tengo que hacer para tratar una ITS?

Vete al médico. No sigas los consejos de amigos o las trates por tu cuenta.

Las ITS que causan bacterias y parásitos se tratan con fármacos por vía oral o tópica (en forma de cremas u óvulos vaginales) y se quitan bien.

Las ITS por virus, generalmente, no se curan con un tratamiento. En general, basta con tratar los síntomas hasta que se resuelven por si mismas (herpes genital). Otras veces hay que tratarlas de forma crónica para que no se compliquen (como en el caso del VIH y de las hepatitis B y C).

### ¿Qué debo hacer para evitar contagiarme de una ITS?

Lo más importante es la prevención, evitando su contagio. Para ello es importante diagnosticarlas lo antes posible. Sigue estos consejos:

1. Ante cualquier duda, si tienes riesgo de contagio o tienes algún síntoma ve a tu médico. Él te dirá que hacer.
2. La única forma de evitar su contagio es no mantener relaciones sexuales.
3. Pero si las vas a tener:
  - Evita las relaciones de riesgo (múltiples parejas, parejas desconocidas, etc.).
  - Pregunta a tu pareja si tiene o ha tenido alguna ITS.
  - Usa métodos de barrera ([condón](#)) sea cual sea el tipo de relación sexual.
  - Mantén una adecuada higiene genital. Lava tus genitales con agua y jabón tras mantener una relación sexual.
  - Haz revisiones médicas o ginecológicas periódicas tras iniciar las relaciones sexuales.

### Existen falsos mitos en torno a las ITS

- ***“Si utilizamos el condón no nos podemos contagiar”***. FALSO.

Los [preservativos](#) no son eficaces al 100%, pero disminuyen mucho el riesgo de contagio. Además hay ITS que se transmiten a través del contacto piel con piel y no es necesario mantener relaciones sexuales (herpes, verrugas genitales, ladillas, etc.).

- ***“Las ITS sólo se transmiten a través de relaciones sexuales vaginales”***. FALSO.

Pueden transmitirse con el sexo oral o anal cuando hay pequeñas lesiones en la boca o el ano.

- ***“Yo no tengo una ITS porque no noto nada”***. FALSO.

Hay algunas ITS que no dan síntomas al inicio pero sí después.

- ***“Las ITS las tienen sólo las personas promiscuas”***. FALSO.

Basta con un contacto sexual para contagiarte de una ITS si tu pareja la tiene.

- ***“Como yo ya tuve una ITS no puedo padecerla más veces”***. FALSO.

Algunas ITS pueden volver a aparecer una vez resueltas si vuelves a contactar con una persona infectada.

#### **RECUERDA**

- Las ITS son muy frecuentes y cualquier persona sexualmente activa puede contagiarse.
- Es fundamental el uso del preservativo para disminuir el riesgo de contagio.
- Ante cualquier duda o síntoma genital, consulta con tu médico.