

Contenido

EI VIH/SIDA	1
La transmisión sexual	3
Carga viral indetectable	5
Reinfección	6
Otras ITS	7
La hepatitis	8
La sífilis	12
La prevención	14
El uso del condón	14
La prueba de VIH/SIDA	16
Amor, confianza y protección	17
Resumen tabular de las ITS	19

El VIH/SIDA

El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) es la fase más grave de una infección provocada por el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH). Actualmente, no existe cura para el SIDA ni tampoco hay una vacuna contra el VIH. Por eso, es tan importante la prevención evitando prácticas de riesgo.

La infección por VIH/SIDA comienza cuando el VIH penetra en el torrente sanguíneo de una persona y se aloja dentro de un tipo de células llamadas linfocitos T4 o CD4, que son las que se encargan de coordinar la respuesta inmunológica del organismo contra infecciones o enfermedades. Poco después de contraer el VIH, a menudo se producen síntomas gripales como fiebre y diarrea. En esta fase, el cuerpo detecta la presencia del virus en la sangre y



genera anticuerpos (defensas para combatirlo).

Desgraciadamente, esos anticuerpos no son suficientes para defenderse completamente del VIH, el cual empieza a deteriorar progresivamente el sistema inmunitario, destruyendo las células CD4. Durante ese tiempo, que puede durar entre 6 meses y más de 10 años, la persona no necesariamente muestra síntomas o sufre de problemas médicos que indiquen que ha sido infectada. Sin embargo, paulatinamente el sistema inmunitario se va debilitando hasta el punto de que empiezan a aparecer enfermedades y otros problemas de salud indicativos de SIDA.

Una vez que ocurre la transmisión, el virus realiza una destrucción “silenciosa” de las defensas, de ahí que sea tan importante detectar de forma precoz el VIH para combatir la infección cuanto antes. Se dice que una persona tiene SIDA cuando el

VIH ya ha dañado seriamente su sistema de defensas. La persona empieza entonces a contraer ciertos tipos de cáncer y diversas infecciones graves (como la pulmonía), a lo que se llama enfermedades oportunistas, las cuales pueden ocasionar la muerte.



das las personas seropositivas así como aquellas enfermas del SIDA son portadoras del VIH, incluso aunque estén recibiendo tratamiento médico al respecto.

Por eso, la mejor forma de protegerse del VIH es practicar sexo seguro en toda relación sexual.

¿Qué significa ser seropositivo?

Una persona es seropositiva para el VIH cuando cuenta con anticuerpos frente al virus del SIDA. Esto significa que en algún momento la persona se infectó y es portadora del virus en su cuerpo, independientemente de que ya haya desarrollado la enfermedad o no. Por tanto, cabe resaltar que ser seropositivo y tener el SIDA no es lo mismo. No se puede saber por el aspecto físico si alguien es seropositivo o no. Las personas que a primera vista tienen un aspecto saludable, pueden estar infectadas, incluso sin saberlo ellas mismas. To-

La práctica del sexo seguro es indispensable para los seropositivos también, no solo para evitar la transmisión del VIH a otra persona no portadora, sino también para evitar volver a infectarse ellos mismos con una cepa de virus distinta, puesto que existen diversos tipos de VIH. Cada persona infectada puede tener una cepa o un tipo viral distinto. Si esta no practica sexo seguro y se vuelve a infectar con otro tipo de cepa, aumentará mucho la carga viral. Esto puede ocasionar que se debilite el sistema inmunitario y que disminuya la efectividad de los tratamientos para el SIDA que la persona esté recibiendo.

La transmisión sexual

Sexo anal

La penetración anal sin condón (tanto si una persona penetra como si la penetran a ella) representa el riesgo más importante de transmisión del VIH. Es más probable la transmisión del VIH de la pareja activa (la que introduce el pene) a la pareja pasiva o receptora. El riesgo resulta especialmente elevado, si tienen relaciones sexuales que provoquen lesiones en los tejidos del recto, si una pareja tiene una infección de transmisión sexual (ITS) no tratada, si se produce eyaculación por dentro o si la pareja con VIH tiene una carga viral elevada. Para la pareja activa, el riesgo de infectarse con el VIH no es tan alto como para la pareja pasiva, pero sí lo hay y no se puede ignorar. Este riesgo incrementa si la pareja pasiva tiene una carga viral alta o si una ITS no



tratada facilita la transmisión.

Debido a que el VIH debilita el sistema inmunitario, las personas con VIH tienen más probabilidades de contraer una ITS. Una encuesta entre 8085 gays en Alemania reveló que el número de personas infectadas con la sífilis era cerca de 7 veces más alto en los gays con VIH comparado con los gays sin VIH, ambos grupos teniendo una vida sexual similar. En las personas con VIH, la presencia de una ITS sin tratar aumenta por su parte las posibilidades de que transmitan el VIH durante relaciones sexuales sin protección, es decir, sin usar preservativo. De igual modo, en las personas sin VIH, las ITS au-



El sexo sin protección es peligroso

mentan las posibilidades de infectarse con el VIH. La razón es que las ITS pueden ocasionar una inflamación o un daño en los tejidos de la zona genital o del recto, de manera que se facilita la transmisión debido a que la función de la piel como barrera contra microorganismos se deteriora y la piel resulta más permeable.



En general, el uso de drogas comporta un estado de desinhibición que puede dar lugar a prácticas sexuales no seguras, que sin drogas evitaríamos. Además, el uso de *poppers* aumenta de forma significativa la probabilidad de que la pareja pasiva o receptora se infecte, ya que esta droga parece aumentar el flujo sanguíneo en los tejidos del recto.

Sexo oral

El riesgo de transmisión del VIH a tra-

vés de las relaciones sexuales orales está menos claro. Se acepta de forma generalizada que el riesgo de transmitir el virus durante esta práctica sexual es mucho menor que durante las relaciones sexuales anales o vaginales sin protección. El sexo oral entre hombres puede implicar un riesgo para el que lo realiza y por lo general no hay riesgo para el que lo recibe. Se considera que los siguientes factores aumentan el riesgo de manera significativa:

- Si la persona que recibe el sexo oral tiene una infección de transmisión sexual sin tratar.
- Si un hombre con VIH presenta cortes, llagas o irritaciones en el pene o si este hombre eyacula en la boca de la persona que realiza el sexo oral y además se facilita la transmisión por una de las razones siguientes:

A la persona que realiza el sexo

oral le sangran las encías, ella tiene llagas o heridas en la boca o ella presenta dolor de garganta, una inflamación o infección no tratadas en la boca.



anales sin protección.

Aunque algunas de la actividades sexuales no presenten ningún riesgo o solo un bajo riesgo de infección por VIH, pueden implicar un mayor riesgo de adquirir otras infecciones de transmisión sexual (véase la información sobre las ITS al final de este folleto). Además, la existencia de cortes abiertos, llagas u otras heridas puede representar un riesgo de contraer el VIH.

El VIH puede transmitirse al compartir juguetes sexuales, a no ser que se recubran con un nuevo preservativo para cada persona. Mediante esta práctica también se pueden ocasionar daños en los tejidos.

Carga viral indetectable

El objetivo del tratamiento anti-VIH es alcanzar una carga viral indetectable.

Otras actividades sexuales

Existen numerosas actividades sexuales que resultan completamente seguras. Por ejemplo, los besos y las caricias no involucran ningún riesgo de transmisión del VIH y la masturbación a una pareja normalmente no representa ningún riesgo. Algunas actividades implican en sí mismas un riesgo muy pequeño de transmitir el VIH, pero existe la posibilidad de que dañen los tejidos del recto. Por ejemplo, el *fisting* (introducción del puño en el recto) supone un riesgo de transmisión muy bajo, pero puede causar lesiones en los tejidos de la zona, lo que por su parte aumenta el riesgo de infección durante las relaciones sexuales

Esto no significa que el paciente se haya curado del VIH. Él tiene que seguir con el tratamiento por el resto de su vida, pero la combinación de fármacos que recibe redujo tanto la capacidad del virus para reproducirse, que solo quedan niveles muy bajos del virus en la sangre. Sin embargo, la infección sigue siendo detectable en una prueba de VIH/SIDA, en la cual se examina los anticuerpos y no la carga viral.

Existe un candente debate en torno al peligro transmisión del virus en las relaciones sexuales sin protección, en las que participan personas que tienen una carga viral indetectable y que toman un tratamiento anti-VIH. Algunos médicos afirman que la capacidad de infección por vía sexual es nula siempre que:

- La carga viral del paciente se hubiera mantenido indetectable durante al



menos seis meses.

- No padeciera una infección de transmisión sexual.
- Tomara su tratamiento anti-VIH de forma adecuada.

Se trata de una declaración bastante controvertida y hay pocos investigadores o médicos dispuestos a respaldarla de forma pública. Además, la investigación se llevó a cabo con parejas heterosexuales y se centró en las relaciones vaginales. Sin embargo, la opinión consensuada es que el tratamiento anti-VIH puede reducir el riesgo transmisión del virus de manera significativa.

Reinfección

Se han registrado casos de pacientes que sufrieron una



reinfección (o superinfección) por otro subtipo o cepa del VIH resistente a ciertos medicamentos antirretrovirales. En algunos casos, esto provocó un aumento de la carga viral y un descenso del recuento de CD4. Además, las opciones de tratamiento del paciente se ven limitadas si el tipo de VIH por el que se volvió a infectar es resistente a algunos de los fármacos antirretrovirales que estaba tomando.

Se ignora con qué facilidad se puede producir una reinfección por VIH. Hasta ahora, solo se han registrado unos cuantos casos, casi todos entre hombres gay que practicaban sexo anal sin protección, que habían vivido tres años o menos con VIH y que no habían iniciado el tratamiento antirretroviral o lo habían interrumpido.



Otras ITS

Es conveniente que las personas con muchos compañeros sexuales se sometan a exámenes de salud sexual de forma regular. Por lo general, las visitas a las clínicas de salud sexual implican que antes de examinarte te pregunten sobre el tipo de relaciones sexuales que practicas y si muestras algún síntoma de una infección de transmisión sexual. Es crucial ser honesto, de modo que puedan realizarte las pruebas adecuadas.

Mantenerse libre de infecciones de transmisión sexual (ITS) es importante para la salud de todas las personas y esto aplica especialmente al tema del VIH: Las ITS pueden aumentar la cantidad del VIH en los fluidos genitales hasta un nivel muy elevado, lo que incrementa la capacidad de infección durante las relaciones sexu-

ales sin protección. Al mismo tiempo, la función de la piel o mucosa como barrera contra microorganismos puede estar restringida: La existencia de llagas o úlceras en las infecciones del herpes o de la sífilis triplica el riesgo transmisión del VIH, según estudios con parejas heterosexuales en África.

A pesar de que quizás parezca que las infecciones de transmisión sexual distintas al VIH son una cuestión menor, la verdad es que algunas pueden ocasionar graves problemas de salud. A muy largo plazo, algunas pueden causar daños irreversibles a tu salud o, en casos extremos, resultar mortales (hepatitis, sífilis).



La hepatitis

La hepatitis es una inflamación del hígado. El hígado es un órgano vital de nuestro cuerpo que tiene como funciones eliminar las toxinas de la sangre, fabricar enzimas y aminoácidos, almacenar y distribuir la glucosa, vitaminas y minerales, regular los niveles de los medicamentos y hormonas, etc. La hepatitis vírica está provocada por un virus que se puede transmitir sexualmente. Por lo general, la fase aguda de esta enfermedad comienza entre 3 semanas y 3 meses después de la infección y los síntomas pueden incluir la aparición de una coloración amarillenta de la piel y de los ojos (ictericia), pérdida del apetito, cansancio extremo, pérdida de peso, vómito, diarrea, dolor en el abdomen superior (por debajo del reborde costal derecho), orina de color oscuro y heces pálidas.

Estos síntomas no aparecen siempre, en muchas ocasiones no hay ningún síntoma. Por eso, la mayoría de las personas no saben que están infectadas con una hepatitis.

Las tres formas más frecuentes de la enfermedad son la hepatitis A, B y C. La hepatitis B y C pueden hacerse crónicas, lo que significa que no se curan dentro de los primeros 6 meses y la inflamación del hígado persiste durante de muchos años. Sin embargo, la persona infectada se siente bien en la mayoría de los casos, sin tener síntomas de la enfermedad, aunque puede transmitir el virus a otras personas, igual como en el caso del VIH. A largo plazo la destrucción “silenciosa” de la hepatitis crónica puede resultar

en
una
cirrosis

(cicatrización) del hígado, cáncer del hígado, insuficiencia hepática y la muerte. Actualmente, la enfermedad hepática debida a la hepatitis B y C constituye una de las principales causas de muerte en las personas con VIH/SIDA.

La hepatitis A

La hepatitis A se transmite por contacto con heces (excrementos) infectadas, normalmente por estar presente en agua o alimentos contaminados, por ejemplo mariscos. En las relaciones sexuales sin protección con una persona infectada se transmite al lamer su culo, al introducir los dedos en su ano, al penetrarla, etc. El virus es muy resistente a condiciones ambientales externas al cuerpo humano, por lo que puede transmitirse de manera indirecta a través de la comida o a través de los dedos.



La evolución de la hepatitis A nunca es crónica, pero la enfermedad puede durar más y ser más grave en personas que viven con VIH. Si adquieres la hepatitis, podría ser necesario que dejes de tomar los fármacos anti-VIH por un tiempo, puesto que el hígado efectúa la mayor parte del trabajo de degradación de los medicamentos en el cuerpo y, cuando se inflama, no funciona tan bien, lo que puede empeorar cualquier efecto secundario del tratamiento anti-VIH.

Existe una vacuna contra la hepatitis A y se recomienda que todas las personas con VIH tanto como personas gay con muchos compañeros sexuales se vacunen en caso de que no tengan inmunidad natural a la infección.

La hepatitis B

El virus de la hepatitis B se encuentra en la sangre, el semen, la saliva o los



fluidos vaginales de una persona infectada y se transmite con facilidad por mantener relaciones sexuales sin protección. Este virus es 100 veces más fácil de contraer que el VIH. La concentración del virus en la sangre es muy alta, por lo que cantidades pequeñas y no visibles de sangre son suficientes para infectarse. Por eso, es importante la prevención evitando compartir cepillos de dientes, cuchillas de afeitar, jeringas y tubos para meter perico. Debes hacer piercings, tatuajes y aretes en condiciones higiénicas.

En un 85 % de los casos la fase aguda de la hepatitis B es sin síntomas y en el 10 % de los casos la infección se hace crónica, con la posibilidad de provocar cáncer de hígado, cirrosis hepática e incluso un fallo hepático que puede producir la muerte. No se puede eliminar el virus del cuerpo por lo que no hay cura para la enfermedad,

igual como en el VIH/SIDA. Las personas con VIH tienen más probabilidades de que la hepatitis B se convierta en una infección crónica. Deben recibir atención por parte de un médico experto en el tratamiento tanto del VIH como de la hepatitis.

Existe una vacuna contra la hepatitis B y se recomienda que todas las personas con VIH así como personas gay con muchos compañeros sexuales se vacunen en caso de que no tengan inmunidad natural a la infección. Las personas con VIH pueden perder la protección frente a la hepatitis B si su sistema inmunitario se debilita. Por eso, puede ser necesario repetir la vacuna todos los años.



La hepatitis C

El virus de la hepatitis C se encuentra en la sangre de una persona infectada y se transmite por contacto de sangre con sangre. El virus es muy resistente a las condiciones ambientales externas al cuerpo humano, por lo que es importante la prevención evitando compartir cepillos de dientes, cuchillas de afeitar, agujas, jeringas y tubos para meter perico. Debes hacer piercings, tatuajes y aretes en condiciones higiénicas.

La hepatitis C no se transmite con tanta facilidad como la B y la A y la transmisión del virus en las relaciones sexuales no es tan frecuente. Sin embargo, puede producirse en determinadas prácticas en las que pueda entrarse en contacto con sangre infectada, como en el *fisting* (introducción del puño en el recto) y en el sexo anal

sin protección, si la persona infectada tiene una hemorragia anal después de una operación o si otras ITS, por ejemplo la sífilis o el VIH/SIDA, facilitan la transmisión. En el sexo en grupo la hepatitis C puede transmitirse usando el mismo condón con varios compañeros sexuales o compartiendo juguetes sexuales.

En un 95 % de los casos la hepatitis C aguda no presenta síntomas, pero entre el 50 % y el 80 % de los casos la infección se hace crónica con la posibilidad de provocar cáncer de hígado, cirrosis hepática e incluso un fallo hepático que puede producir la muerte. Las personas con VIH tienen más probabilidades de que la hepatitis C se convierta en una infección crónica. Deben recibir atención por parte de un médico experto en el tratamiento tanto del VIH como de la hepatitis.



No existe ninguna vacuna contra la hepatitis C. El tratamiento no es efectivo en más de la mitad de los casos y puede tener efectos secundarios muy graves.

La sífilis

La sífilis es una infección bacteriana que se cura con inyecciones de penicilina. Las bacterias son muy poco resistentes en condiciones ambientales externas al cuerpo humano, pero se puede adquirir esta infección con facilidad durante las relaciones sexuales anales, vaginales y orales sin protección. Otras vías de transmisión representan el contacto con las lesiones de piel y mucosas de las personas enfermas y el contacto sanguíneo. Las personas seronegativas con sífilis tienen muchas más probabilidades de infectarse con el VIH en caso de exposición al vi-

rus.

Poco después de la infección con la sífilis puede aparecer una pequeña llaga o úlcera (denominada chancro) en el lugar de la infección (de manera habitual en el pene, o alrededor del ano, la vagina o la boca). El chancro no duele, por lo general se cura con bastante rapidez y puede venir acompañado de una inflamación de los ganglios.

Entre 6 y 12 semanas después de esta fase primaria la sífilis puede provocar la aparición de exantema (manchas redondeadas de color rosado, no dolorosas) en la piel del cuerpo, inflamación de los ganglios, fiebre y dolor de cabeza. Las llagas y el exantema de la fase temprana de la enfermedad resultan altamente infecciosos. Cuando estos síntomas desaparecen, la sífilis pasa a un estado latente que puede durar varios



años y en el cual se destruye el cuerpo de manera „silenciosa“.

En la fase temprana de la sífilis, es posible que no ocasione ningún síntoma o que los síntomas pasen desapercibidos, pero si no se trata la enfermedad en estas dos primeras etapas, puede conllevar consecuencias graves e irreversibles, especialmente

en el corazón, el cerebro, los huesos y la piel, y puede incluso llegar a ser mortal. La sífilis puede progresar con aún más gravedad en las personas con VIH. Además, ellas tienen más probabilidades de que la sífilis vuelva a presentarse, de ahí que sea incluso más importante efectuar un análisis de sangre de forma periódica.



La prevención

El uso del condón

Los preservativos ofrecen una excelente protección frente al VIH y a la mayoría de las otras infecciones de transmisión sexual (ITS), si bien, para ser eficaces, deben utilizarse de forma correcta.



La mayor parte de los preservativos masculinos están hechos de látex, una especie de goma. Algunas personas son alérgicas a esta sustancia. Para ellas, los condones de

poliuretano
(un tipo de plástico)

(un tipo de

constituyen una alternativa segura. Procura elegir un

preservativo con sello oficial de calidad. No utilices condones viejos y que hayan estado expuestos a la luz solar directa durante algún tiempo.

El condón debe tener el tamaño correcto para no deslizarse durante de la penetración anal y tampoco “estrangular” el pene. Con respecto al largo del preservativo, es mejor pasarse que quedarse corto, ya que debe desenrollarse hasta la base del pene - lo que nos sobre de largo, queda sin desenrollar. La anchura de un condón estándar supone 52 mm. Este preservativo es adecuado para un pene con un perímetro de entre 10,5 cm y 13 cm en la parte más gruesa y un diámetro de entre 3,5 cm y 4 cm. La anchura del pene aumenta hasta que un adolescente cumple 18 años, por lo que puede ser necesario usar condones más pequeños antes. De las personas mayores, un 20 % tiene problemas usar los condones estándar.



¿Cómo se usa condones de manera adecuada?

1. En el interior de la envoltura del preservativo debe sentirse la presencia de aire (colchón de aire). Al abrirla, procura tener cuidado de no romper el condón con las uñas.
2. Pon el preservativo cuando el pene esté erecto, pero antes de realizar la penetración. Si no estás circuncidado, hala el prepucio hacia atrás.
3. Expulsa el aire de la punta del condón, presionándolo con los dedos índice y pulgar, mientras comienzas a desenrollarlo con tu otra mano. Es importante dejar espacio suficiente para que el semen llene el extremo del preservativo.

Cuidado: El rollo del condón debe recaer en la parte exterior del condón.

4. Desenrolla el condón cuidadosamente todo el camino hasta la base del pene. ¡No estires el condón!

¡No utilices dos preservativos a la vez, puesto que la fricción entre ellos puede hacer que se rompan!

5. Usa mucho lubricante de base acuosa. Debes ponerlo tanto en el culo, como sobre el condón. Después de venírte, retira el pene antes de que pierda la erección. Sujeta la base del preservativo al hacerlo. Si no lo haces y ya perdiste la erección, el condón puede deslizarse fuera del pene. Esta es la principal causa de fracaso del preservativo.

¡No uses Vaselina, aceite o loción corporal - solo lubricante hidrosoluble!

¿Qué hago si el condón se rompe o se desliza?

La pareja activa puede lavar su pene. Orinar ayuda a excretar los fluidos corporales de la pareja pasiva. De igual modo, la pareja receptora puede intentar eliminar de su cuerpo el espermatozoides absorbido apretando hasta que se evacue el intestino. No es aconsejable realizar un lavado intestinal, puesto que se producen heridas pequeñas que aumentan el riesgo de infección. Por el contrario, lavar el exterior del culo puede contribuir a reducir el riesgo.

La prueba de VIH/SIDA

No importa
co-

lo bien que
nozcas a
alguien,
la única
forma de saber

si una persona
tiene el VIH, es ha-

ciéndose la prueba. Es común entre parejas gay dejar de usar condones después de los primeros 3 meses de su relación, acordando un claro compromiso entre ambos en cuanto a las relaciones sexuales fuera de la pareja y haciéndose la prueba de VIH/SIDA juntos.

Después de una infección con el VIH, el sistema inmunitario tarda un tiempo en producir anticuerpos suficientes para ser detectados por la prueba, y este tiempo no es igual para todas las personas. Al tiempo en el que se puede obtener un resultado negativo aun estando infectado con el virus se le conoce como “período ventana”. Generalmente, se tarda entre 2 y 8 semanas tras la infección en desarrollar anticuerpos detectables, y todas las personas los tienen a los 3 meses de la infección. Salir seronegativo en la prueba significa entonces que con certeza no tenías el VIH 3 meses antes de la prueba. Si tu pareja también sale seronegativa y ustedes no tuvieron relaciones sexuales fuera de la

pareja dentro de los últimos 3 meses, no corren riesgo de infectarse practicando sexo sin condones.

Si no estás en una relación, también se recomienda hacer la prueba de forma periódica. Si una persona con VIH comienza el tratamiento antirretroviral a tiempo y toma los fármacos de forma adecuada, puede evitar el SIDA, la fase más grave de la infección. Si sales seropositivo en la prueba, lo primero es recibir atención por parte de un médico experto en el tratamiento del VIH. Él va a comprobar, hasta qué punto tu sistema inmunológico ya está dañado por el virus y qué fármacos debes tomar. Hoy en día, se comienza un tratamiento anti-VIH cuanto antes para evitar la destrucción “silenciosa” del cuerpo.



Amor, confianza y protección



El amor a veces no nos permite ver las cosas de una manera objetiva. Muchas veces hablamos sobre nuestras parejas de una manera muy diferente cuando termina la relación, aunque las personas no cambian tan rápido, solo las conocemos mejor con el tiempo. ¿Valía tu ex-pareja la pena de arriesgar tu vida?

Si estás convencido de que tu pareja actual es un caso muy diferente y ustedes ya se conocen 3 meses, puedes hacer una prueba de VIH/SIDA junto con él. Insiste en que el médico les diga los resultados a los dos en la misma consulta o, si tienen que entrar separados, que les dé un certificado con el resultado. A veces las personas mienten por miedo de perder la pareja. Si llevas poco tiempo con tu pareja, deberías usar un condón

para protegerte a ti y a él. Muchas personas con el VIH no saben que lo tienen y podrían suponer, erróneamente, que no están infectadas. Usando el condón, le muestras a tu pareja que eres una persona responsable. Y si de verdad él es el hombre de tu vida, qué importa usar condones 3 meses si después ustedes pueden tener sexo sin condón por el resto de sus vidas. Recuerda también que la primera impresión es importante para poder

confiar en una persona: Si no usan condones al principio, más tarde tu pareja puede preocuparse que tú siempre dejas de usar preservativos con tus parejas tan rápido. Y que le puedes infectar con VIH en esta relación, si

un día
tienes
un “accidente” con

otro hombre y
tampoco piensas
en usar condones.

¡Al comienzo de la relación puedes sentir las bases para que más tarde no haya razones para preocuparse!

Si tu compañero sexual no quiere usar condones, habla con él sobre las razones. Las infecciones pueden producirse por malentendidos. Muchos seropositivos suponen que su compañero sexual también tiene el VIH si éste no usa condones. Si durante una relación sexual te dejas llevar por las emociones, recuerda siempre el riesgo de infección de VIH y que tienes que esperar 3 meses para tener un resultado definitivo de una prueba de VIH/SIDA. Por lo cual, no vale la pena esperar tanto tiempo con inquietud y sobre todo arriesgar tu vida solo por pasar la “bien” un momento. Además, uno puede acostumbrarse a usar preservativos, tan solo se necesita comenzar.

Resumen tabular de enfermedades, vías de transmisión, efectos, tratamiento y protección

Explicación de los símbolos



a menudo no hay signos
de enfermedad



secreción por la vagina,
el conducto de la orina o
el ano



trastorno menstrual



úlceras
cambios en la piel



sensación de ardor



piel amarillenta



ladillas visibles



picor
eritema



dolor



síntomas gripales



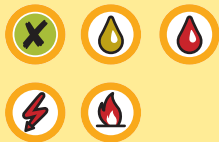
verrugas en zonas
genitales o en el recto
no dolorosas

Nombre de la enfermedad

Signos de enfermedad posibles

Vías de transmisión

Infección por clamidia



- A menudo no se presentan o se ignoran los signos de enfermedad.
- secreciones por la vagina, el conducto de la orina o el ano
- sensación de ardor al orinar
- dolor (al orinar, en las relaciones sexuales, en la zona baja del abdomen)
- trastorno menstrual
- dolor de garganta en las infecciones a través del sexo oral

- relaciones sexuales sin condón

Gonorrea



- secreciones por la vagina, el conducto de la orina o el ano
- sensación de ardor al orinar
- dolor de garganta en las infecciones a través del sexo oral
- trastorno menstrual

- relaciones sexuales sin condón
- raras veces transmisión mediante contacto indirecto con secreciones (a través de las manos o los juguetes sexuales)

Efectos posibles

Tratamiento

Protección

- inflamación en la zona baja del abdomen
- infertilidad tanto en los hombres como en las mujeres
- mayor riesgo de contraer el VIH

- Puede curarse con antibióticos.
- Hay que tratar a la pareja sexual.
- Hay que evitar las relaciones sexuales hasta finales del tratamiento.

- protección a través de preservativos

- inflamación en la zona baja del abdomen
- infertilidad tanto en los hombres como en las mujeres
- mayor riesgo de contraer el VIH

- Puede curarse con antibióticos.
- Hay que tratar a la pareja sexual.
- Hay que evitar las relaciones sexuales hasta finales del tratamiento.

- protección a través de preservativos
- ¡Evita el contacto con las secreciones!

Nombre de la enfermedad	Signos de enfermedad posibles	Vías de transmisión
-------------------------	-------------------------------	---------------------

Sífilis



- llagas, granos (pápulas) o úlceras (con piel abierta) no dolorosos
- en la segunda fase exantema (manchas rojas en la piel)
- Los síntomas pueden pasar desapercibidos.

- relaciones sexuales sin condón
- mediante residuos sanguíneos de agujas y jeringas compartidas
- La transmisión también es posible mediante el contacto con úlceras, p.ej. al besarse.

Hepatitis A



- A menudo no hay signos de enfermedad.
- a veces síntomas de una gripa leve
- piel amarillenta (ictericia)
- orina de color oscuro y heces pálidas

- a menudo mediante agua o alimentos contaminados
- en relaciones sexuales, p.ej. por tocar el culo de una persona infectada

Efectos posibles

Tratamiento

Protección

- daños graves en órganos internos y nervios
- mayor riesgo de contraer el VIH

- Al principio puede curarse con antibióticos, más tarde ya no se cura por completo. Entonces, los daños de los órganos serán irreversibles.
- Hay que tratar a la pareja sexual.
- Hay que evitar las relaciones sexuales hasta finales del tratamiento.

- protección a través de preservativos
- ¡Evita el contacto con las úlceras!

- La enfermedad nunca es crónica y se cura sin tratamiento. Pero puede durar varios meses.
- En personas con VIH la evolución es más grave. Puede ser necesario dejar de tomar los fármacos anti-VIH.

- no necesario

- **¡Vacúnate!** Existe una vacuna contra la hepatitis A.

Nombre de la enfermedad	Signos de enfermedad posibles	Vías de transmisión
-------------------------	-------------------------------	---------------------

Hepatitis B y Hepatitis C



- A menudo no hay signos de enfermedad.
- a veces síntomas gripales

- transmisión a través de residuos sanguíneos en objetos punzantes usados por una persona infectada (jeringas, agujas, y tubos para meter perico)
- La hepatitis B también se transmite con facilidad en las relaciones sexuales sin condón, la hepatitis C solo raras veces.

Herpes



- picor
- ampollas y úlceras dolorosas en las zonas genitales o en el ano que producen una sensación de ardor
- a veces fiebre, dolores musculares y dolor de cabeza

- relaciones sexuales
- contacto con la piel abierta de las úlceras o con las ampollas, p.ej. al besarse

Efectos posibles

Tratamiento

Protección

- Pueden hacerse crónicas y destruir el hígado. En la hepatitis C, esto es incluso muy probable.

- Si la hepatitis se hace crónica, nunca estarás sano por completo.
- Existen tratamientos de los síntomas, pero en la hepatitis C solo pueden ser eficaces, si son iniciados al principio de la enfermedad.

- **¡Vacúnate!** Existe una vacuna contra la hepatitis B. No existe ninguna vacuna contra la C.
- protección a través de preservativos
- ¡Solo usa tubos para meter perico, jeringas y agujas nuevos!
- hacer piercings, tatuajes y aretes en condiciones higiénicas

- Los signos de enfermedad pueden desaparecer (estado latente) y volver a mostrarse en tiempos de estrés o si el sistema inmunitario está debilitado.
- mayor riesgo de contraer el VIH

- no hay cura
- tratamiento de los síntomas con comprimidos y pomada

- Los preservativos ayudan a evitar la enfermedad.
- ¡Evita el contacto con ampollas y piel abierta!

Nombre de la enfermedad	Signos de enfermedad posibles	Vías de transmisión
-------------------------	-------------------------------	---------------------

Condilomas		
-------------------	--	--

(infección por VPH)



- verrugas no dolorosas en las zonas genitales o en el ano (pequeños bultos en la piel que presentan una textura ligeramente rugosa)

- relaciones sexuales sin condón

HIV/SIDA		
-----------------	--	--



- A menudo no hay signos de enfermedad durante de muchos años.
- a veces al principio síntomas gripales

- relaciones sexuales sin condón
- Otras ITS aumentan el riesgo de transmisión del VIH.
- transmisión a través de residuos sanguíneos en jeringas y agujas compartidas

Efectos posibles

Tratamiento

Protección

- a veces cáncer de cuello uterino o cáncer del ano

- El médico puede eliminar las verrugas.
- Se recomiendan los chequeos preventivos.

- Los preservativos ayudan a evitar una infección.
- ¡Evita el contacto directo con las verrugas!
- Existe una vacuna contra las condilomas.

- Deteriora progresivamente el sistema inmunitario hasta producir la enfermedad SIDA.

- No hay cura, pero un tratamiento iniciado a tiempo puede retardar la evolución de la infección e incluso evitar el SIDA, la fase más grave de la infección.
- En toda la vida, las personas con VIH pueden transmitir el virus, aunque estén recibiendo tratamiento médico.

- protección a través de preservativos
- ¡Solo usa jeringas y agujas nuevas!

Nombre de la enfermedad	Signos de enfermedad posibles	Vías de transmisión
-------------------------	-------------------------------	---------------------

Hongos



- secreciones por la vagina
- rojez en la piel, picor intenso y sensación de ardor en las zonas genitales

- relaciones sexuales sin condón
- La micosis puede producirse por si sola si el sistema inmunitario está debilitado.

Tricomoniasis



- secreciones
- picor y sensación de ardor
- En los hombres a menudo no hay síntomas.
- dolor al orinar

- relaciones sexuales sin condón
- contacto con objetos mojados y usados por personas infectadas (toallas, juguetes sexuales)

Piojos púbicos y sarna



- picor y rojez en la piel, especialmente en las ingles y las zonas genitales/anales
- Los piojos púbicos pueden verse.

- contacto físico estrecho en las relaciones sexuales

Efectos posibles

Tratamiento

Protección

- Si el sistema inmunitario está debilitado, los hongos pueden afectar el cuerpo entero.

- pomadas, comprimidos o supositorios antimicóticos
- Hay que tratar a la pareja sexual.

- ¡No hagas lavados intestinales o vaginales!
- ¡Usa un jabón líquido con efectos reengrasantes!

- mayor riesgo de contraer otras ITS

- Comprimidos y supositorios curan la enfermedad.
- Hay que tratar a la pareja sexual.

- Los preservativos ayudan a evitar una infección.

- Tanto los piojos púbicos como los ácaros de la sarna se erradican con lociones.
- Hay que lavar con agua caliente las prendas de vestir, las toallas y la ropa de cama.
- Hay que tratar a tu pareja sexual y a las personas que viven contigo.

- Una protección completa no es posible.

Resumen tabular de enfermedades, vías de transmisión, efectos, tratamiento y protección

Explicación de los símbolos



a menudo no hay signos
de enfermedad



secreción por la vagina,
el conducto de la orina o
el ano



trastorno menstrual



úlceras
cambios en la piel



sensación de ardor



piel amarillenta



ladillas visibles



picor
eritema



dolor



síntomas gripales



verrugas en zonas
genitales o en el recto
no dolorosas