

Salud Sexual y Tú

Conocer, Prevenir y Actuar

Guía rápida sobre las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)



RESIDENTES CS CARTAGENA ESTE CARLOS GALERA JOSEFINA HERNÁNDEZ BELEN LOOMA

Basado en el Plan Estratégico de Prevención y Control de VIH e ITS

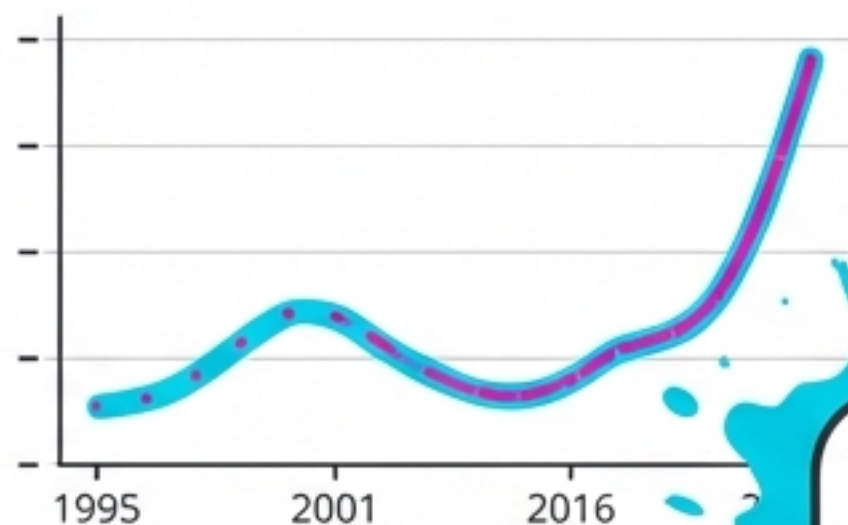
La Realidad: Las infecciones están subiendo

Las infecciones de transmisión sexual siguen disparadas: la gonorrea crece un 42% y la sífilis un 24%

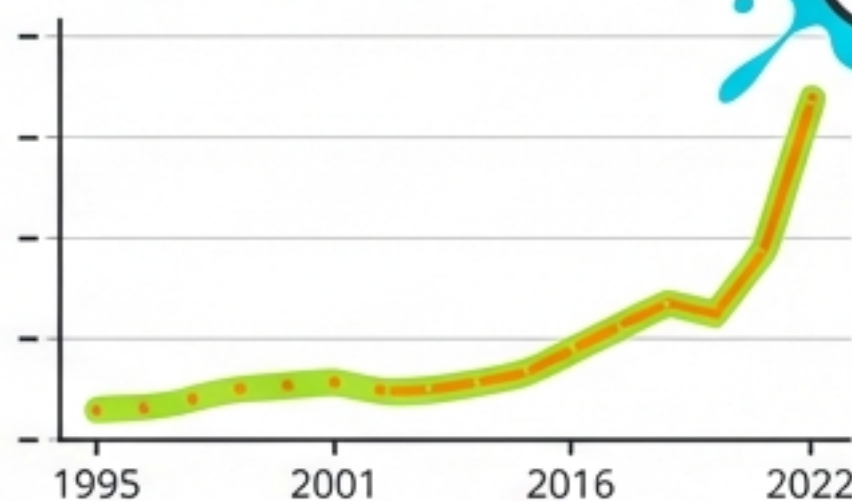
Datos Globales: **376 millones** de personas contraen una ITS cada año en el mundo.



Gonorrea



Sífilis



Afecta mayoritariamente a **menores de 25 años**

¿Qué son exactamente? (ITS vs. ETS)



ITS (Infección)

El **microorganismo** está en tu cuerpo.
Puedes transmitirlo **sin tener síntomas**.
¡Te sientes bien, pero contagias!



ETS (Enfermedad)

La infección ha provocado
daños o **síntomas visibles**.
Ya estás enfermo.

Definición: Infecciones por virus, bacterias o parásitos adquiridos por contacto sexual.

Tu Responsabilidad es la Clave



Comunicación:
Habla con tu pareja
antes.



Sin Juicios:
Cuidarse es un acto
de madurez.



Consentimiento:
La **salud** es parte
del disfrute.

El sexo seguro no es solo evitar el embarazo;
es cuidar tu **salud** y la de tu pareja.

El Preservativo: Tu Mejor Aliado



- Único método con doble protección (**Embarazo** + **ITS**).



- Protege contra **Gonorrea**, **Clamidia**, **VIH**, **Sífilis** y más.



- **Regla de Oro:** Úsalo en **TODAS** las prácticas (vaginal, **anal** y **oral**).

Más allá del preservativo: **PrEP** y **PEP** (VIH).

PrEP (Pre-Exposición)



Una pastilla diaria para personas con alto riesgo. Evita la infección **ANTES** de que ocurra.

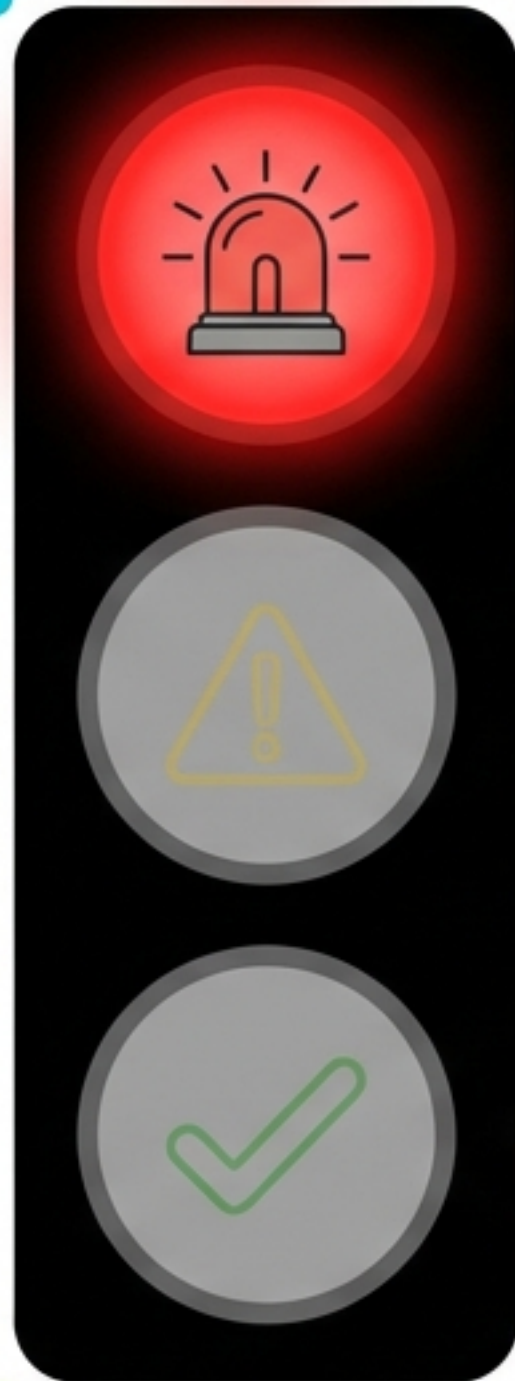
PEP (Post-Exposición)



Tratamiento de emergencia. Debe tomarse antes de **72 horas** tras una práctica de riesgo (ej. **rotura de condón**).

¡OJO! Estas herramientas solo previenen el **VIH**. Para **Gonorrea**, **Sífilis**, etc., necesitas **condón**.

Reconocer las señales: ¿Qué debo vigilar?



ALERTA ROJA - SÍNTOMAS



Flujo o secreciones inusuales.



Dolor o escozor al orinar.



Úlceras, granos o heridas en genitales/boca.



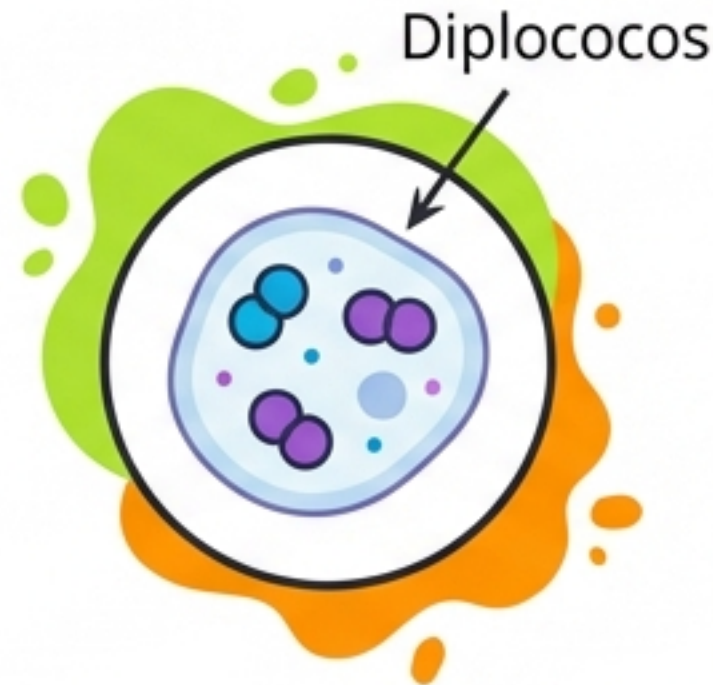
Dolor durante el sexo.

¡CUIDADO! Muchas ITS son **asintomáticas** (especialmente en mujeres o garganta).
No esperes a ver para creer.

Síndrome 1: Uretritis y Cervicitis

Dolor y Secreción (Gonorrea y Clamidia)

Uretritis: Picor intenso, escozor al orinar y salida de líquido líquido blanco-amarillento (exudado).



Cervicitis: A menudo invisible (asintomática). Puede haber aumento de flujo o dolor pélvico.



Síndrome 2: Úlceras Genitales (Heridas)

SÍFILIS (El Chancro)

Úlcera **INDOLORA** (no duele).
Desaparece sola en semanas,
¡pero la bacteria sigue
atacando por dentro!



HERPES GENITAL

Vesículas o ampollas agrupadas.
Suelen ser **MUY DOLOROSAS**.
Puede dar fiebre.



Otras Infecciones Comunes

VPH (Virus Papiloma Humano)

Síntoma principal:
Verrugas genitales.
Clave: ¡**Vacunación!**



VIH (Virus Inmunodeficiencia Humana)

Una ITS que debilita el sistema inmune.

Encoñen ITS

Puede no dar
síntomas por
años.

82,7%
de **nuevos**
diagnósticos
de **VIH** son por
transmisión
sexual.

¿Cuándo debo acudir al médico?



SÍNTOMAS: Si notas algo raro (flujo, dolor, heridas).



RIESGO: Tras relaciones sin condón con pareja nueva.



DUDA: Si una pareja te avisa de que tiene una ITS.



RUTINA: Chequeos periódicos si tienes vida sexual activa.



Periodicidad

¿Qué pasa en la consulta? (Pierde el miedo)

Es confidencial, profesional y sin juicios.

Historia Sexual



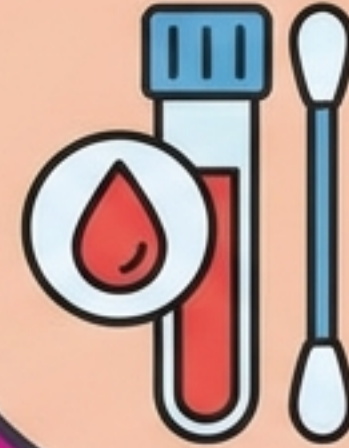
Preguntas sobre
parejas y **prácticas**
para saber qué buscar.

Exploración



Revisión de **piel**,
boca y **genitales**.

Pruebas



Análisis de **sangre**,
orina o **toma de**
muestras.

¿Dónde acudir?

Recursos a tu alcance



1. Atención Primaria
(Tu médico de cabecera).



2. Unidades de ITS
(Hospitales especializados).



3. Centros Comunitarios / ONGs (Pruebas anónimas).



Recursos Directos

UNITS

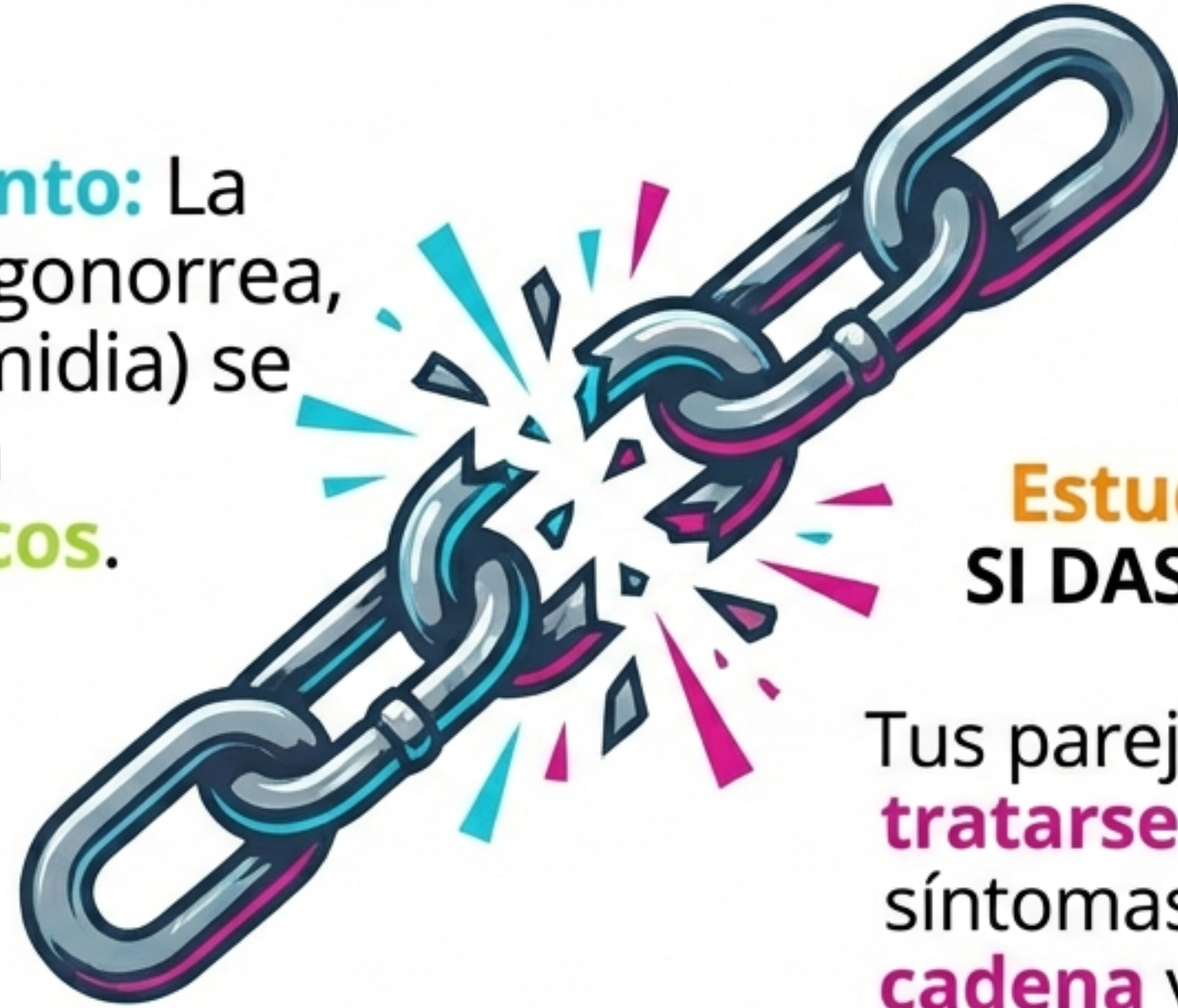
UNIDAD DE INFECCIONES
DE TRANSMISIÓN SEXUAL

Email anónimo:
infoits@carm.es

El Tratamiento y la Cadena de Transmisión



Tratamiento: La mayoría (gonorrea, sífilis, clamidia) se curan con **antibióticos**.



Estudio de Contactos:
SI DAS POSITIVO, AVISA.

Tus parejas recientes deben **tratarse** aunque no tengan síntomas. Esto **corta** la **cadena** y **evita que te reinfectes**.



Resumen: **Disfruta** con Cabeza

1. **PROTÉGETE**
(**Condón**)



2. **OBSÉRVATE**
(**Síntomas**)



3. **CHEQUÉATE**
(**Médico**)



4. **COMUNÍCATE**
(**Pareja**)



Tu salud es tu **responsabilidad**.
¡No estás **solo/a**!

Créditos y Fuentes

- Basado en datos del **Plan Estratégico** de Prevención y Control de VIH e ITS.
- **Vigilancia Epidemiológica** de las ITS en España y Región de Murcia.
- Imágenes y Gráficos: **Ministerio de Sanidad, Servicio de Epidemiología** y Recursos Educativos.