

## **Infecciones de transmisión sexual (ITSs) y VIH**

### **¿Qué es una ITS?**

Las infecciones de transmisión sexual (ITSs) o enfermedades de transmisión sexual (ETSs) son infecciones que pueden pasar de una persona a otra a través de sexo oral, vaginal o anal. Algunas ITSs pueden incluso ser cogidas simplemente con el contacto corporal.

### **¿Quién puede coger una ITS?**

Lo más importante a recordar es que cualquier que tenga sexo puede cogerlas: ya seas joven o viejo, hombre o mujer, heterosexual, homosexual o lesbiana tienes las mismas probabilidades de coger o transmitir una ITS. Tampoco es necesario tener muchas parejas sexuales para que esto ocurra.

### **¿Qué diferentes tipos de ITS hay?**

Existen más de 25 tipos diferentes de ITS. Algunas de las infecciones más comunes son:

- Chlamydia
- Gonorrea
- Verrugas genitales
- Herpes
- Sífilis
- HIV
- Piojos púbicos
- Hepatitis B

Las buenas noticias son que la mayoría de las infecciones de transmisión sexual (excepto por VIH) pueden ser tratadas rápida y fácilmente si se descubren tempranamente. Si una ITS se deja sin tratar puede con el tiempo pasar a ser dolorosa e incómoda y puede también causar problemas de salud a largo plazo tales como infertilidad en las mujeres, daños cerebrales y de corazón, y posiblemente la muerte. Es también importante recordar que una persona con una ITS sin tratar puede tener más riesgo de coger o pasar el VIH.

### **¿Qué causa las ITSs?**

Las ITSs son causadas por virus, bacterias o parásitos. Por ejemplo, el herpes y las verrugas genitales son causadas por virus, mientras que las bacterias producen chlamydia, gonorrea y sífilis. Los piojos púbicos son causados por parásitos.

## **¿Cómo puede saber si tengo una ITS?**

Si tienes una infección de transmisión sexual puedes manifestar síntomas que indiquen que algo no va bien, aunque a menudo no hay ningún síntoma. No todo el mundo que tiene una ITS muestra síntomas, y algunas infecciones no manifiestan claros indicios. Otras infecciones pueden tener síntomas que van y vienen incluso aunque la infección continúe presente. Algunas veces puedes incluso tener más de una infección al mismo tiempo. Por eso es verdaderamente importante que acudas a la consulta médica inmediatamente si has tenido sexo sin protección y si crees que podrías haber cogido una infección –incluso si no parece que tengas ningún síntoma. Los síntomas más comunes de una ITS son:

- Flujo de líquido poco común procedente de la vagina o el pene –puede ser **denso o acuoso, turbio, blanco, verde o amarillo**. Puede desprender olor.
- **Dolor o quemazón** al orinar.
- **Picazón, sarpullidos, bultos, úlceras o irritación** en los genitales o el ano o alrededor.
- **Dolor** en los genitales.
- **Dolor** abdominal o en la ingle.
- **Sangrar** después del acto sexual.
- **Dolor y/o sangrar** durante el acto sexual.
- **Dolor** en los testículos.

**Incluso si no tienes ningún indicio o síntoma puedes también querer buscar consejo o tener una revisión especialmente si:**

- Si has tenido sexo sin protección recientemente con una nueva pareja.
- Tu o tu pareja sexual tiene sexo con otras personas sin usar condón.
- Tu pareja sexual tiene algún síntoma.

Los síntomas pueden normalmente aparecer entre dos y 14 días, pero pueden llegar a ser hasta cuatro semanas (algunas veces incluso más). En el caso de la infección de VIH, no hay síntomas –quizás incluso por muchos años. Después de la infección, lleva 3 meses antes de que la prueba de VIH pueda funcionar.

## **¿Cómo puedes coger una infección de transmisión sexual?**

La forma más habitual es mediante relaciones sexuales. El semen, el fluido vaginal y la sangre pueden todos ellos transportar la infección.

No es necesario que el hombre eyacule para infectar a su pareja. Una pequeña cantidad de semen puede salir del pene antes de la eyaculación, y puede ser igualmente infeccioso. Tampoco necesitas tener una relación sexual “completa” para coger una ITS. Algunas infecciones pueden transmitirse de persona a persona simplemente por contacto genital (cuando el pene toca la vulva o la vagina). ITSs como el herpes pueden también ser transmitidas a través de sexo oral (cuando tu lames o besas los genitales de tu pareja). Para infecciones como los piojos púbicos – que son criaturas que se arrastran parecidas a insectos – el solo contacto con la piel es suficiente.

## ITSs comunes y su tratamiento

### **VIH y SIDA**

VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Adquirida. Se trata de un virus que debilita el sistema inmunitario y deja a las personas vulnerables a enfermedades poco habituales y cánceres que no son normalmente una amenaza. Estas infecciones se denominan “infecciones oportunistas” e incluyen infecciones respiratorias como tuberculosis, infecciones gastrointestinales como la diarrea o ulcera bucal e infecciones cerebrales como la toxoplasmosis o el linfoma cerebral.

SIDA son las siglas del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Una persona con VIH que desarrolle una enfermedad grave e infecciones, como las descritas arriba, se considera que tiene SIDA. Finalmente, estos cánceres e infección hacen enfermar a la persona causando posteriormente su muerte.

El VIH está presente en fluidos corporales como la sangre, el semen, el flujo vaginal y la leche materna. Cualquier práctica que permita a estos fluidos penetrar a través de la piel o las membranas mucosas y llegar al flujo sanguíneo de la otra persona puede causar la infección por VIH. A pesar de que la piel actúa normalmente como barrera a este tipo de penetración, rupturas en la piel como cortes, abrasiones, úlceras o irritaciones pueden ocurrir.

El VIH es principalmente transmitido a través del sexo anal o vaginal sin protección o a través de contacto sanguíneo. Lo último ocurre sobre todo cuando la gente comparte jeringuillas, como por ejemplo entre aquellos que se inyectan drogas. El VIH puede a veces también transmitirse a través del sexo oral –especialmente si una de las personas tiene una infección de transmisión sexual sin tratar. Tienes un mayor riesgo de ser contagiado de VIH por sexo oral sin protección si tienes cortes, úlceras, o abrasiones en la boca o en las encías, o si tienes una infección –incluidas las de transmisión sexual – en la garganta o la boca que cause inflamación.

Una mujer VIH positiva puede pasar el virus a su bebé, ya sea a través de la placenta antes de nacer, durante el parto o a través de la leche materna.

### **Síntomas**

El VIH no presenta síntomas en su comienzo, y cuando aparecen, son fáciles de pasar por alto ya que tienden a ser enfermedades similares al resfriado y la gripe, glándulas hinchadas o un dolor de garganta. La mayoría de las personas con VIH a menudo parecen y se sienten sanas por mucho tiempo (algunas veces 10 años o más) y pueden incluso ignorar que tengan un virus. Pero **ellos pueden todavía transmitirlo a otros a través del semen, la sangre o el flujo vaginal**. Después de un tiempo, otros síntomas pueden aparecer tales como una ulcera bucal o sudores nocturnos.

Cuanto más tiempo pasa más probable es que infecciones oportunistas aparezcan. No obstante, pueden pasar años antes de que una persona presente SIDA plenamente. El periodo entre el desarrollo completo del SIDA y la muerte puede llegar a ser de tan

solo 6 meses o tan largo como 2 años o más. Los indicios y síntomas que pueden llevar a un diagnóstico del SIDA pueden ser cosas como:

- Fiebre por mas de un mes.
- Diarrea por mas de un mes.
- Infecciones de la piel que son severas o recurrentes.
- Cánceres tales como el sarcoma de Kaposi.
- Úlceras genitales o anales por mas de un mes.
- Demencia asociada al VIH, o linfomas cerebrales.

Normalmente, una o más de estas infecciones oportunistas está presente.

### **Tratamiento**

No existe todavía cura para el VIH o el SIDA. Hay tratamientos disponibles que pueden mejorar y alargar dramáticamente las vidas de aquellos afectados por el virus. Estos tratamientos pueden presentar efectos secundarios muy desagradables y no sirven para todo el mundo.

### **Prevención**

El uso de condón o barrera dental durante el sexo oral y de condones para el sexo anal y vaginal puede ayudar a detener el contagio de la infección. Si te inyectas drogas, el uso de jeringuillas con agujas limpias y estériles disminuye el riesgo de contraer el VIH. Hay importantes evidencias que sugieren que el tener una ITS aumenta las posibilidades de que una persona coja o transmita el VIH. Esto puede ocurrir porque las ITSs a menudo pueden causar úlceras o cortes en la piel o en las membranas de las mucosas. Lo que es más importante, si una persona tiene una ITS sin tratar y lleva a cabo relaciones sexuales sin protección, tendrá un riesgo mayor incluso de coger el VIH.

Una prueba estándar de salud sexual puede también disminuir el riesgo de contraer el virus.

## **CHLAMYDIA**

La chlamydia es una infección bacteriana muy común que afecta tanto a hombres como a mujeres. Se transmite a través del sexo oral, anal o vaginal sin protección y puede afectar al ano, el pene, el cuello del útero, la garganta y los ojos.

La chlamydia sin tratar puede hacer que una persona VIH positiva sea más contagiosa ya que la chlamydia puede producir roturas en las membranas de las mucosas (las barreras) de áreas afectadas, e incrementa el número de células infectadas por VIH en dichas áreas. El tener chlamydia puede también hacer a una persona sin el virus más propensa a ser infectada con VIH si se ven expuestos al virus.

La chlamydia puede ser transmitida de madre a hijo durante el parto y puede afectar a los ojos del niño y causar neumonía.

## **Síntomas**

Los síntomas de la chlamydia normalmente aparecen de una a tres semanas tras la infección. No obstante, a menudo la gente con chlamydia no saben que tienen la infección. Se cree que alrededor del 50% de los hombres y el 70% de las mujeres con chlamydia no muestran síntoma alguno. Los síntomas además pueden ser muy suaves y pueden pasar inadvertidos por semanas. Cuando los síntomas se muestran incluyen los siguientes:

- Una secreción lechosa procedente del pene o la vagina.
- Testículos hinchados y dolorosos.
- Dolor durante las relaciones sexuales.
- Sangre en la vagina durante las relaciones sexuales.
- Aparición de sangre entre periodos.
- En las mujeres, la chlamydia puede producir dolor en la parte baja del abdomen o en la espalda.
- Si una persona ha sido infectada analmente, pueden aparecer ulceraciones alrededor del ano y secreciones.

Si la chlamydia se deja sin tratamiento puede llevar a una inflamación pélvica en las mujeres, la cual puede producir embarazo ectópico, infertilidad e incluso la muerte en casos extremos. En los hombres es más raro que se produzcan complicaciones serias, aunque la chlamydia sin tratar puede producir infertilidad. Tanto hombres como mujeres pueden desarrollar artritis como consecuencia de no haber tratado la infección.

## **Tratamiento**

La chlamydia se trata fácilmente con antibióticos. Normalmente consiste de administración de doxiciclina por siete días o de una dosis única de azitromicina. Es importante tomar todas tus pastillas para asegurarte que la infección se haya eliminado completamente de tu cuerpo. Es probable que se te aconseje la abstención de sexo (incluso con condón) hasta que el periodo de tratamiento haya finalizado – esto es para prevenir la re-infección.

## **Prevención**

El uso de condones o barreras dentales durante el sexo oral y de condones durante el sexo oral, anal o vaginal, es un método efectivo de evitar el contagio por chlamydia y puede también ayudar a prevenir el contagio a otra persona. Si eres sexualmente activo, deberías realizarte pruebas regulares de salud sexual, en las cuales la chlamydia y otras infecciones de transmisión sexual pueden ser detectadas.

## **GONORREA**

La gonorrea es producida por bacterias que viven en el semen y el flujo vaginal de aquellos hombres y mujeres que presentan la infección. Estas bacterias pueden también vivir en otras partes del cuerpo como son la garganta, la vagina, el ano, el pene y la uretra (el tubo dentro del pene). La gonorrea se transmite durante el sexo

oral, anal, vaginal y boca en contacto con el ano (analingus) y puede afectar al ano, el pene, el cuello del útero y la garganta.

Como la chlamydia, la gonorrea no tratada puede hacer que una persona VIH positiva más infecciosa ya que la gonorrea aumenta el número de células infectadas por VIH en el área genital y en la membrana de las mucosas de la boca y la garganta. Tener gonorrea también puede hacer que una persona sin VIH se contagie más fácilmente si se ve expuesta al virus.

La gonorrea puede también ser transmitida de madre a hijo durante el parto, el cual puede provocar la infección en los ojos del niño: si no se trata puede acabar en ceguera.

### **Síntomas**

Los síntomas de la gonorrea normalmente aparecen entre dos y diez días tras la infección. No obstante, las personas a menudo no se dan cuenta de que tienen la infección ya que los síntomas pueden no estar siempre presentes o pueden ser suaves. Alrededor de uno de cada diez hombres y una de cada dos mujeres con gonorrea no muestra síntoma alguno. La gonorrea en la garganta raramente muestra síntomas. Si los síntomas aparecen, son normalmente los siguientes:

- Secreción blanca, amarilla o verde procedente de la punta del pene o de la vagina que puede presentar un olor fuerte. Algunas veces esta secreción puede presentar sangre.
- Dolor o quemazón al orinar.
- Hinchazón y dolor en los testículos y/o las glándulas de la próstata.
- Si la infección es en el ano, puede haber irritación y expulsarse una secreción mucosa y con sangre por el ano.
- La gonorrea en la garganta puede producir dolor de garganta.
- En las mujeres, la gonorrea puede producir un dolor o sensibilidad dolorosa en la parte baja del abdomen.

Si no se trata, la gonorrea puede producir serios problemas de salud, como es inflamación pélvica en las mujeres, que produce dolor, infertilidad y embarazo ectópico (en el que el embarazo se desarrolla fuera del útero). En los hombres, la gonorrea puede llegar a producir infecciones dolorosas de los testículos y las glándulas de la próstata y posiblemente una reducción en la fertilidad. En algunas ocasiones, la gonorrea puede extenderse a la corriente sanguínea causando fiebres, y puede afectar a las articulaciones produciendo dolores y sudores similares a los de la artrosis. En casos extremos, La infección puede causar también la inflamación de la membrana cerebral y de la columna vertebral (meningitis) y del corazón.

### **Tratamiento**

Su tratamiento es simple y efectivo ya que se trata de una única dosis de antibióticos. Es muy importante no tener sexo oral, anal o vaginal sin protección durante siete días después de haber acabado el tratamiento para evitar la re-infección con gonorrea o el contagio a otra persona.

## **Prevención**

El uso de condones y barreras dentales durante el sexo oral y condones para el sexo anal y vaginal es un método efectivo de evitar la infección por gonorrea o su transmisión a otra persona. Un análisis sexual rutinario detectara si están presentes la gonorrea y otras enfermedades de transmisión sexual.

## **HERPES**

El herpes es causado por dos tipos de virus del herpes simplex. Una forma del virus causa ampollas alrededor de la boca, mientras que el otro causa ampollas alrededor o en el pene, la vagina o dentro del ano. El herpes se transmite normalmente a través del contacto con dichas ampollas: besarse, sexo oral, anal o vaginal sin protección todo ello puede transmitir esta infección. Una vez que has contraído el virus del herpes lo tendrás de por vida –los síntomas del herpes si responden a tratamiento.

## **Síntomas**

Junto con las ampollas, otros síntomas incluyen:

- Dolores y molestias similares a los de la gripe en el estomago, parte baja de la espalda, piernas y pies.
- Picazón u hormigueo en el área afectada puede ocurrir antes de la aparición de las ampollas.

## **Tratamiento**

Tu sistema inmunitario debería ser capaz de mantener el virus bajo control, pero existe también medicación anti-viral que puede ayudar al tratamiento de la infección. Pastillas especiales y cremas pueden ayudar a eliminar las ampollas, mientras que otros medicamentos pueden prevenir la aparición de las ampollas.

## **Prevención**

Evitar el contacto con ampollas abiertas y usar condones o barreras dentales para el sexo oral, y usar condón en caso de sexo anal o vaginal sirve de protección contra la infección por herpes y contra la transmisión del virus a otra persona.

## **SIFILIS**

La sífilis es una compleja infección producida por bacterias. La enfermedad se desarrolla normalmente en tres etapas: sífilis primaria, sífilis secundaria y sífilis terciaria. Cada fase presenta sus propios síntomas. Durante las etapas primaria y secundaria la enfermedad es altamente contagiosa.

La sífilis puede transmitirse por contacto con los chancros (heridas abiertas) sífilíticos durante el acto sexual anal o vaginal sin protección. Puede también transmitirse por contacto físico cercano a los sarpullidos y lesiones sífilíticos, que pueden aparecer en

cualquier parte del cuerpo, y a través del contacto con la sangre. La sífilis se transmite también de la madre al hijo.

Es probable que las etapas primaria y secundaria hagan a una persona VIH positiva más infecciosa. Además teniendo sífilis se pueden incrementar las probabilidades de que una persona VIH negativa en caso de exposición al virus contraiga el VIH. La sífilis puede también hacer más difícil la cura de personas con VIH y si se deja sin tratar puede causar lesiones cerebrales y en el corazón y llevar finalmente a la muerte.

## **Síntomas**

Sífilis Primaria:

- Un chancro rojo indoloro puede aparecer en la vagina, en el cuello del útero, el pene, la boca, los testículos o el ano. Este chancro no duele y normalmente se cura con bastante rapidez.
- Las glándulas cercanas al chancro pueden también hincharse.

Sífilis Secundaria (normalmente aparece a los 6 meses desde la primera exposición):

- Sarpullido en la piel.
- Glándulas hinchadas.
- Fiebre.
- Nausea
- Perdida de cabello.
- Chancros de color marrón oscuro en las manos y los pies.

Sífilis Terciaria (se desarrolla normalmente dentro de los diez años de infección):

- Lesiones cardiacas.
- Lesiones cerebrales (neurosifilis).
- Daños en el sistema nervioso.

## **Tratamiento**

La sífilis es tratada normalmente mediante la administración de antibióticos – infecciones de penicilina es a menudo el medicamento escogido. Las personas con VIH normalmente reciben unas dosis de medicación mayores y por mas tiempo. Para evitar infectar a otras personas con la sífilis o ser re-infectado con la bacteria, es importante evitar cualquier tipo de sexo hasta que el tratamiento haya concluido y se haya comprobado su eliminación. Análisis de sangre deben ser realizados después del tratamiento para asegurarse de que la infección ha sido eliminada completamente.

## **Prevención**

El uso de un condón o una barrera dental durante el sexo oral, y de condón para el sexo anal o vaginal ofrece protección contra la infección por sífilis y puede ayudar a detener el contagio de la infección. También se debe evitar el contacto con cualquier herida abierta. La protección no sirve completamente porque las lesiones y los sarpullidos no aparecen únicamente en el área genital. Personas sexualmente activas



deben realizar un chequeo regular de salud sexual, el cual podrá detectar la presencia de sífilis y otras infecciones de transmisión sexual.

## **VERRUGAS GENITALES**

Las verrugas genitales son producidas por un virus extremadamente común que vive bajo la piel. Este virus se conoce con el nombre de virus del papiloma humano (VPH). Algunas cepas del virus de las verrugas genitales pueden llegar a producir cáncer de cervicales o cáncer anal. Este riesgo es más alto en personas que tienen VPH porque hay más oportunidades de que el virus pase a ser reactivado debido a una pérdida de la inmunidad. Una vez que has cogido las verrugas genitales, portarás el virus por el resto de tu vida, aunque esto no significa que mantengas los piojos genitales.

Los piojos genitales pueden ser transmitidos a través de sexo anal, oral o vaginal sin protección. Incluso puede transmitirse a través de un contacto corporal cercano con los mismos piojos genitales, ya que estos pueden desprender el virus de las verrugas.

### **Síntomas**

Los síntomas de los piojos genitales aparecen normalmente a las pocas semanas de la infección. Las verrugas parecen solo como el resto de verrugas que pueden aparecer en otras partes del cuerpo –pequeñas, bultos gordos con una textura ligeramente rugosa. Estas verrugas se irán haciendo más grandes a menos que sean tratadas y pueden también llegar a tener forma de coliflor. Algunas veces las verrugas pueden picar y las verrugas en el recto pueden causar sangre. No obstante, algunas personas que contraen el virus de las verrugas no desarrollan síntomas, o pueden no darse cuenta de la aparición de las verrugas. En las mujeres, las verrugas pueden aparecer dentro o fuera de la vagina. También pueden aparecer en el cuello del útero, y alrededor del ano. En los hombres, las verrugas pueden aparecer en la punta o en el cuerpo del pene., o alrededor del ano.

### **Tratamiento**

A pesar de que la infección con el virus de las verrugas genitales no puede ser curada, las verrugas si que se pueden tratar. Las verrugas genitales pueden ser pintadas con un producto químico que las quema, o pueden eliminarse por congelación. Otros tratamientos posibles son la cirugía con láser o una crema que produce estimulación inmune. Estos tratamientos pueden llevar mucho tiempo hasta que funcionan, por lo que es posible que necesites ser tratado muchas veces antes de que las verrugas desaparezcan. Para evitar una re-infección, las parejas sexuales deberían ser también sometidas a tratamiento. Lo que es más importante, los condones deben ser usados desde el momento en que se noten dichas verrugas y durante todo el tiempo de tratamiento. También es aconsejable continuar con el uso de condones durante tres meses después de que el tratamiento haya cesado.

### **Prevención**

Evitar cualquier contacto con las verrugas tan pronto como aparezcan y usar un condón o barrera dental para el sexo oral y condones para el sexo anal y vaginal supondrá un grado de protección contra la infección con verrugas genitales, o contra

la transmisión del virus a alguien más. Las personas que son activas sexualmente deben ir a realizarse pruebas sexuales estándar, en las cuales las verrugas genitales pueden ser diagnosticadas si están presentes, y también se pueden detectar otras infecciones de transmisión sexual.

### **FUENTES UTILIZADAS PARA CREAR ESTE DOCUMENTO**

- *Chlamydia* (Family Planning Association, 2003)
- *Gonorrhoea* (Family Planning Association, 2003)
- *Introduction to HIV and Aids* (2005)
- *Love S.T.I.NGS: A Beginner's Guide to Sexually Transmitted Infections* (Family Planning Association, 2004)
- *Loveline: Sexual Health for Young People*, (Health Promotion England, 1999, 2000)
- *NAM Factsheet 54*, (January 2004)
- *Science & Success in Developing Countries: Holistic Programs that Work to Prevent Teen Pregnancy, HIV & Sexually Transmitted Infections* (Advocates for Youth, 2005)
- *Sexually Transmitted Infections: Where to Go for Help and Advice*, (Family Planning Association, 2003)
- *Teachers Guide: School Health Education to prevent AIDS and STD – A Resource package for curriculum planners* (World Health Organisation and United Nations Educational, Scientific and Cultural Organisation, 1994)
- *The Good Sexual Health Guide*, (Lesbian and Gay Foundation, August 2004)