

VIH/SIDA Y OTRAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL



guía para jóvenes



Osakidetza
Servicio vasco de salud

www.sida-hies.net

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA
HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA

DEPARTAMENTO DE SANIDAD
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

EDICIÓN: Junio de 2003.
© Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

EDITA: Departamentos de Sanidad y de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco.

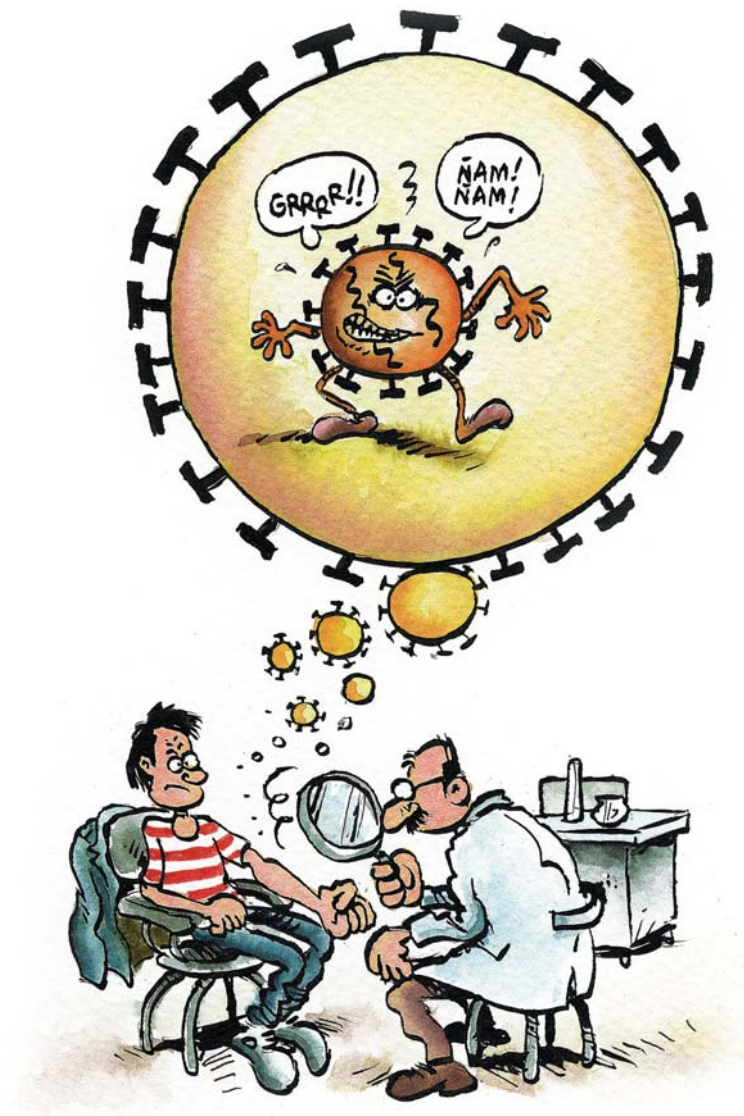
AUTOR: Plan de Prevención y Control del Sida. Osakidetza-Servicio Vasco de Salud.

DISEÑO: Pelcons Publicidad.

DIBUJOS: Carlos Azagra.

IMPRESIÓN: Gestingraf.

D.L.: BI-2183-99



¿cómo actúa el VIH?

El VIH tiene la particularidad de atacar a los linfocitos, que son los directores de nuestro sistema de defensa. Los anticuerpos que se producen frente al VIH son incapaces de eliminarlo de nuestro organismo.

Inicialmente, el VIH permanece aparentemente “dormido” dentro de los linfocitos, y el sistema inmunitario infectado continúa actuando con relativa normalidad. Al cabo de años, y por causas aún no bien determinadas, detectamos que el VIH se activa, es decir, se “despierta”. En esta situación, **el virus se multiplica rápidamente en el interior de los linfocitos, destruyéndolos y liberando un gran número de virus que, a su vez, infectarán a otros linfocitos.** De esta forma el VIH debilita progresivamente el sistema inmunitario, logrando que nuestro organismo no pueda luchar adecuadamente contra diversos gérmenes y algunos tipos de cáncer.



¿qué es la infección por VIH/sida?

El sida es una enfermedad causada por el **Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)** o virus del sida, que se puede transmitir de persona a persona.

Un virus es una **pequeña partícula infecciosa que sólo puede vivir como parásito de las células del organismo donde se multiplica.**

Fuera del organismo sobrevive con dificultad y durante muy poco tiempo. Además, desinfectantes como la lejía o el calor (temperatura mayor de 60°) son capaces de destruir el VIH.

¿cómo se sabe si una persona está infectada por el VIH?

Sólo podemos saberlo mediante un análisis de sangre específico que detecta si una persona tiene o no anticuerpos frente al VIH. Por la “pinta” es imposible saber si una persona está o no infectada.

Si se detectan los anticuerpos, el resultado de la prueba es positivo, y decimos que esa persona es seropositiva o portadora del VIH. Si no se detectan anticuerpos frente al VIH, la prueba es negativa y decimos que esa persona es seronegativa.

Una persona, tras infectarse, tarda aproximadamente 3 meses en desarrollar los anticuerpos. Por lo tanto, **para saber si uno se ha infectado por una práctica de riesgo, hay que esperar 3 meses antes de realizar este análisis.** Si se realizara antes, la prueba podría resultar negativa, a pesar de que esa persona estuviera infectada por el VIH.





¿qué significa ser seropositivo?

Un resultado positivo del análisis indica que:

- Esa persona está infectada por el VIH.
- La infección es para toda la vida.
- Se puede transmitir el virus a otras personas a través de las denominadas “prácticas de riesgo”.



¿cómo evoluciona la infección por el VIH?

En una primera fase, la persona infectada por el VIH no presenta ningún síntoma de enfermedad, ya que el virus se encuentra “dormido” y no ha destruido su sistema inmunitario. Se trata de un **portador asintomático ①**.

Al cabo de algún tiempo de haberse infectado, generalmente años, algunas personas empiezan a tener algunos síntomas relacionados con la infección por VIH, ya que el virus ha comenzado a destruir linfocitos y, por tanto, ha debilitado el sistema inmunitario. Estos **síntomas menores ②** (fiebre, diarrea, pérdida de peso, aumento del tamaño de ganglios linfáticos, etc.) no son específicos del sida, es decir, pueden aparecer en otras muchas enfermedades.

El sida ③ es la forma más grave de la infección por el VIH. Una persona padece sida cuando desarrolla lo que llamamos infecciones oportunistas o determinados cánceres.

Todos vivimos rodeados de microorganismos que normalmente no producen enfermedades gracias a nuestro sistema inmunitario. **Cuando este sistema de defensa está muy deteriorado es incapaz de destruirlos.** Algunos de esos microorganismos aprovechan esa situación de debilidad de nuestras defensas, es decir, esa oportunidad para invadir el organismo y provocar infecciones que se llaman “infecciones oportunistas”.



¿se puede curar el sida?

En la actualidad, todavía no. Aunque se ha progresado mucho en el tratamiento del sida, **todavía no se ha logrado un medicamento que destruya definitivamente el VIH.**

Los medicamentos utilizados actualmente para **frenar el avance del VIH** son los denominados antirretrovirales. Habitualmente se utilizan lo que se denominan cócteles de medicamentos, que son combinaciones de 2 ó 3 fármacos. Estos productos bloquean temporalmente la multiplicación del virus y, aunque no consiguen destruirlo definitivamente, **prolongan y mejoran la vida de los enfermos de sida.**



¿cómo se transmite el VIH?

Los fluidos del organismo que poseen una **concentración del virus suficiente para infectar** a otras personas son:

- Sangre
- Semen
- Secreciones vaginales

Para infectar a una persona, es necesario que la sangre, el semen o las secreciones vaginales que contienen el virus penetren en el interior de su organismo. Es decir, **es necesario un contacto directo e íntimo con la persona infectada o con el objeto contaminado** (relaciones sexuales de penetración sin preservativo o inyección con jeringuillas contaminadas).

transmisión por sangre

■ USO COMPARTIDO DE JERINGUILLAS E INSTRUMENTOS PUNZANTES O CORTANTES

Las jeringuillas y agujas pueden, si se comparten, transmitir el virus. Esto sucede entre los consumidores de drogas que se "pican" con la misma jeringuilla o aguja. Además, los instrumentos que se usan para preparar la droga antes de inyectarla pueden, también, transmitir el virus.

El uso compartido de otros instrumentos contaminados cortantes (hojas de afeitar) o punzantes (agujas para perforar las orejas, de tatuaje, de acupuntura, etc.) también puede transmitir el virus.

■ DE MADRE A HIJO

El virus se puede transmitir de una madre infectada a su bebé durante el embarazo, el parto y, en menor medida, durante la lactancia. Actualmente dicho riesgo se ha visto muy reducido por la administración de tratamientos antirretrovirales durante el embarazo y el parto.

■ TRANSFUSIÓN E INYECCIÓN DE PRODUCTOS SANGUÍNEOS

Hoy en día esta vía de transmisión resulta excepcional ya que es obligatorio el control de toda la sangre que se utiliza para este fin.



transmisión sexual



El VIH presente en el semen o en las secreciones vaginales de una persona infectada puede llegar a la sangre de sus parejas, a través de lesiones o heridas microscópicas que se producen habitualmente en la penetración, tanto anal como vaginal.

Las prácticas sexuales que favorecen la aparición de pequeñas heridas o microlesiones aumentan el riesgo de transmisión. En el caso de la penetración anal, la probabilidad de lesiones microscópicas aumenta debido a que la mucosa del recto es más frágil que la vaginal.

Las prácticas bucogenitales (felación, cunnilingus), donde hay un contacto de la boca con semen o secreciones genitales contaminadas, pueden transmitir el VIH, ya que el VIH puede pasar a la sangre a través de la mucosa bucal. En este caso, el riesgo de transmisión es muy inferior al de las prácticas sexuales de penetración.

Además hay que tener en cuenta que:

■ La presencia de una Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS) en un miembro de la pareja aumenta enormemente el riesgo de transmisión del VIH.

■ A mayor número de relaciones sexuales no protegidas, mayor riesgo de infección, pero es importante saber que una única relación sexual no protegida es suficiente para infectarse, y que puede ser la primera.





medidas preventivas: sexo seguro

Hacer **SEXO SEGURO** es realizar solamente prácticas sexuales calificadas sin riesgo (besos, caricias, masturbación mutua, etc.) o bien usar correctamente el preservativo siempre que se realicen prácticas sexuales de penetración con personas infectadas por el VIH, o con personas que desconocemos si están infectadas.

Recordad que **no podemos saber por el aspecto si una persona está o no infectada por el VIH o tiene alguna otra Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS).**



RIESGO MUY ALTO

- Penetración vaginal
- Penetración anal

RIESGO POSIBLE

- Fellatio (práctica buco-genital)
- Cunnilingus (práctica buco-genital)

AUSENCIA DE RIESGO

- Caricias
- Besos íntimos boca a boca
- Masturbación recíproca, etc.



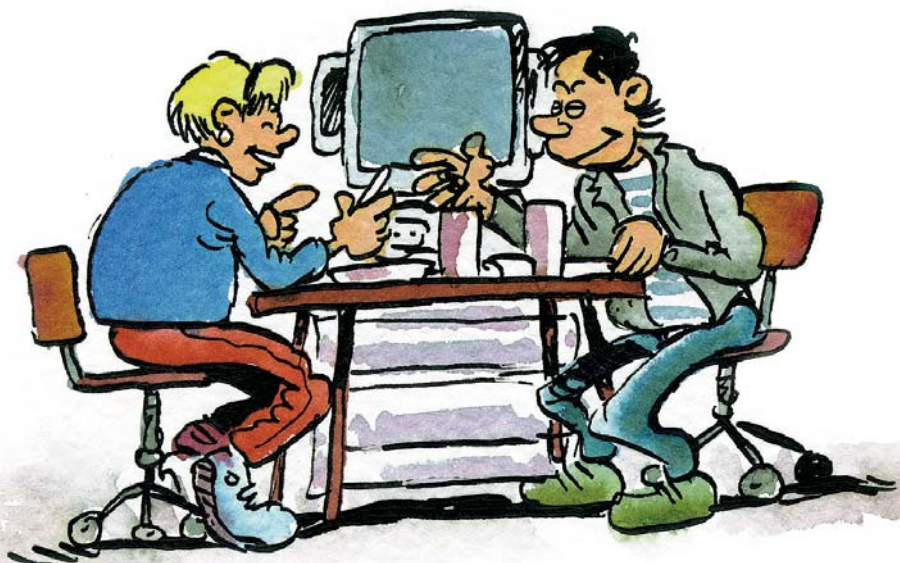


cómo usar correctamente el preservativo masculino

- 1 Controlar la fecha de caducidad del preservativo.
- 2 Manejar el preservativo con precaución, teniendo cuidado de no dañarlo con las uñas, dientes, anillos, etc.
- 3 Colocar el preservativo sobre el pene en erección antes de cualquier contacto genital.
- 4 Desenrollarlo hasta la base del pene, apretando previamente la punta del preservativo para expulsar el aire.
- 5 Si se usan lubricantes, utilizar sólo aquellos que sean solubles en agua (glicerina), evitando los lubricantes grasos (vaselina, aceites, etc.) ya que dañan el preservativo.
- 6 Usar el preservativo durante toda la penetración. Sujetarlo por la base para retirarlo antes de que termine la erección y a continuación anudarlo.
- 7 Usar un preservativo nuevo en cada penetración.
- 8 Una vez utilizados, tirar a la basura los preservativos anudados y no al WC.
- 9 Hay que proteger los preservativos del calor, la luz y la humedad excesivas, ya que los deterioran. Los preservativos pegajosos, quebradizos o con otros defectos no deben utilizarse.

■ ¡HAY QUE TENERLOS A MANO!





el preservativo femenino

El preservativo femenino es también una barrera eficaz frente el virus del sida. Al igual que el preservativo masculino es de un solo uso.

¡Recordad!: cuando se realizan prácticas sexuales de penetración, el uso constante y correcto del preservativo (tanto el masculino como el femenino) es muy eficaz en la prevención de todas las Enfermedades de Transmisión Sexual (incluido el VIH).

la convivencia con personas seropositivas

EL VIH NO SE TRANSMITE POR LAS RELACIONES COTIDIANAS

La aparición del sida ha generado otra epidemia en la sociedad: una epidemia de miedo, de mitos, de rechazo, de discriminación hacia las personas seropositivas. La solución a este temor irracional viene de la mano de la información.

El VIH no se transmite a través del aire o de objetos utilizados por personas infectadas. Por lo tanto, el virus no se transmite por la tos o el estornudo, al estrecharse la mano o saludarse con un beso, al compartir lavabos, teléfonos, cubiertos, vasos, a través de los contactos que se producen en los deportes, el uso de piscinas públicas, etc.

El sida es un problema de toda la sociedad. Por tanto, cada uno es libre y responsable de informarse y protegerse.

más información

Plan de Prevención y Control del Sida: 943 006464

Comisión Ciudadana Anti-Sida de Araba: 945 257766 (Vitoria-Gasteiz)

Comisión Ciudadana Anti-Sida de Bizkaia: 94 4160055 (Bilbao)

Comisión Ciudadana Anti-Sida de Gipuzkoa: 943 290722 (San Sebastián)

Asociación Ciudadana de Lucha contra el Sida T4: 94 4221240 (Bilbao)

Asociación Anti-Sida de Oiartzun "Harribeltza": 943 493544 (Oiartzun)

Txo-Hiesa-Bermeo: 94 6179171 (Bermeo)



¿qué son las enfermedades de transmisión sexual?

Las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) son **infecciones que se transmiten durante las relaciones sexuales** (relaciones vaginales o anales, sexo oral y contactos íntimos). Están causadas por bacterias, virus, hongos o parásitos que crecen principalmente en los órganos sexuales.

La mayoría de las ETS se pueden prevenir y tratar de forma sencilla. **Si no se tratan adecuadamente pueden tener importantes consecuencias.**

No existen vacunas para las ETS (excepto para la hepatitis B).

Las ETS pueden repetirse, es decir, no provocan inmunidad.

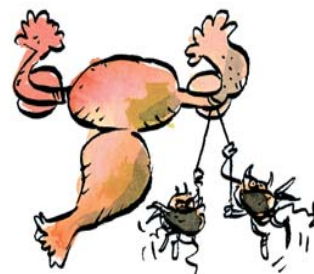
Existen diversos factores que facilitan la propagación de las ETS, tales como:

- **Falta de información** y desconocimiento de los síntomas.
- Los síntomas a veces son vagos y **no son fácilmente detectables.**
- Se oculta que se tiene una ETS y **no se toman precauciones.**
- **Uso de anticonceptivos orales (que no protegen de las ETS)** frente los métodos barrera (que sí protegen).



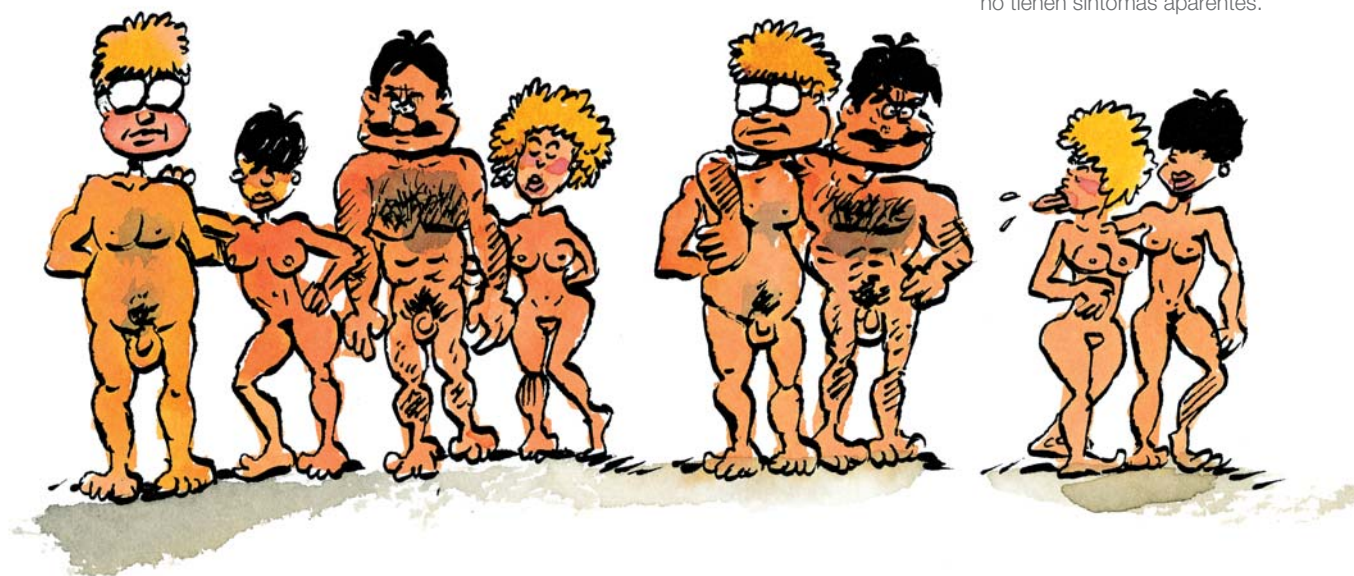
¿cómo puedo saber si tengo una ETS?

Si has mantenido relaciones sexuales no protegidas, la única forma de saber si tienes una ETS es acudir a tu médico y hacerte las pruebas que estén indicadas. Muchas de estas infecciones no tienen síntomas aparentes.



¿quién puede tener una enfermedad de transmisión sexual?

Cualquier persona que sea sexualmente activa puede tener una ETS.





¿cuáles son las ETS más importantes?

■ **GONORREA:** Llamada también blenorragia o gonococia. Los síntomas más frecuentes son: aumento del flujo vaginal, secreciones en el pene o escozor al orinar. En el 50% de los casos no hay ningún síntoma. Se transmite durante las relaciones sexuales vaginales, anales y orales, por lo que puede afectar no sólo a los genitales sino también al recto y la garganta. Se trata con antibióticos.

■ **CHLAMYDIA:** Produce síntomas similares a la gonorrea y también se transmite durante las relaciones sexuales vaginales, anales y el sexo oral. El tratamiento consiste en antibióticos. En más de la mitad de los casos no produce ningún síntoma.

■ **SÍFILIS:** Es una ETS compleja producida por una bacteria que puede producir diversos tipos de síntomas a lo largo de muchos años. Al principio aparece una úlcera no dolorosa en la zona de contacto (genitales, boca o ano) que, en ocasiones, no es visible a simple vista. El tratamiento se realiza con antibióticos.



■ **EL HERPES Y LAS VERRUGAS GENITALES** están producidas por virus que se transmiten en las relaciones sexuales vaginales, anales, sexo oral y el contacto íntimo con la piel lesionada. Producen pequeñas ampollas dolorosas o verrugas con aspecto de coliflor en los genitales internos y/o externos y alrededor del ano. No tienen tratamiento curativo por lo que es necesario hacer revisiones periódicas para evitar complicaciones. La presencia de estos virus puede estar relacionada con la aparición de tumores, en especial el cáncer de cuello uterino.

■ **HEPATITIS B:** La hepatitis B está producida por un virus que puede afectar al hígado de manera crónica. En ocasiones, puede producir cirrosis y cáncer de hígado. Se transmite por vía sexual, sanguínea o de madre a hijo. Muchos adultos no tienen ningún síntoma en el momento de la infección. Existe una vacuna eficaz contra la hepatitis B que actualmente está incluida en el calendario vacunal de nuestra Comunidad.



■ **VIH/SIDA:** Las relaciones sexuales de penetración son una práctica de riesgo para contraer el VIH. En el sexo oral el riesgo de contagio es menor, pero posible. Otras vías de contagio son la sanguínea y madre-hijo. Después de infectarse, habitualmente no aparece ningún síntoma durante años.

¿qué complicaciones pueden producir las ETS si no se tratan adecuadamente?

- Esterilidad.
- Infecciones graves que afectan a otros órganos del cuerpo como las articulaciones, el corazón o el sistema nervioso.
- Abortos, bebés con bajo peso al nacer y partos prematuros si afectan a mujeres embarazadas.
- En algunos casos pueden transmitirse a los recién nacidos.
- Algunos tipos de tumores están relacionados con el herpes y las verrugas genitales por lo que es necesario hacer revisiones periódicas.

El aumento de flujo vaginal, las secreciones en el pene, el escozor o picor al orinar, el dolor o lesiones en los genitales pueden indicar la presencia de una ETS.



¿el uso del preservativo protege de las enfermedades de transmisión sexual?

En las personas sexualmente activas, el uso correcto del preservativo es la medida más eficaz en la prevención de las ETS. En el caso del herpes y las verrugas genitales reduce las posibilidades de contagio aunque no lo eliminan por completo. Para que su eficacia sea máxima se ha de usar en todas las relaciones sexuales desde su inicio hasta el final.

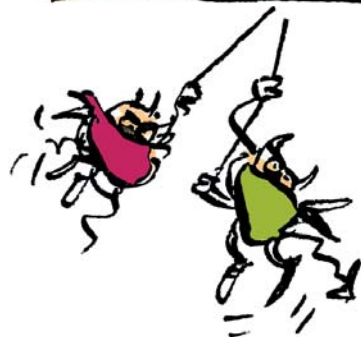


¿existe alguna alternativa al preservativo masculino?

Si. El preservativo femenino es igual de eficaz que el preservativo masculino.

No se deben utilizar el preservativo masculino y femenino al mismo tiempo.





si tengo una ETS ¿debo comunicarlo a mi pareja?

Si tienes una ETS es fundamental que lo comuniques a tu pareja/s para que se someta a una revisión y, en el caso de que presente también la infección, pueda ser tratada adecuadamente.

¿qué debo hacer si creo que tengo una ETS?

Si piensas que puedes tener una ETS debes contactar con tu médico de cabecera, o si lo prefieres dirigirte a uno de estos centros:

- Servicio de ETS de Bilbao. Tel.: 946 006969
- Consulta de ETS de Donostia- San Sebastián. Tel.: 943 006464

