



# ETS: Síntomas comunes y consejos sobre prevención

## ¿Qué son las enfermedades transmitidas sexualmente?

Las enfermedades transmitidas sexualmente (ETS) o STD por sus iniciales en inglés son infecciones que usted puede adquirir teniendo relaciones sexuales con alguien que tiene una infección. Estas infecciones por lo general se transmiten durante el coito, pero también pueden transmitirse a través de otros tipos de relaciones sexuales. Las ETS pueden ser causadas por virus o bacterias. Las ETS causadas por virus incluyen la hepatitis B, el herpes, el Virus de la Inmunodeficiencia Humana, VIH (HIV por sus iniciales en inglés) y el virus del papiloma humano, VPH (HPV por sus iniciales en inglés). Las ETS causadas por bacterias incluyen la infección por chlamydia, la gonorrea y la sífilis.

## ¿Tengo riesgo de tener una ETS?

Si usted ha tenido sexo alguna vez usted puede tener riesgo de tener una ETS. Su riesgo es mayor si usted ha tenido muchos compañeros sexuales, si ha tenido sexo con alguien que ha tenido muchos compañeros o si ha tenido sexo sin usar condones. Algunos síntomas comunes de ETS están anotados en el cuadro que se presenta abajo.

## Signos y síntomas comunes de ETS

- Comezón alrededor de la vagina y flujo vaginal en las mujeres, o solamente esto último.
- Secreción del pene en los hombres.
- Dolor durante las relaciones sexuales, al orinar y en el área pélvica o solamente en esta última.
- Dolor de garganta en las personas que tienen sexo oral.
- Dolor en el ano en las personas que tienen sexo anal.
- Llagas llamadas chancros (llagas rojas que no duelen) en el área genital, ano, lengua y en la garganta o solamente en esta última.
- Una erupción cutánea "rash" descamada en las palmas de las manos y en las plantas de los pies.
- Orina de color oscuro, materia fecal de color claro y ojos y piel de color amarillento.
- Pequeñas vesículas que se convierten en costras en el área genital.
- Glándulas hinchadas, fiebre y dolores en el cuerpo.

- Infecciones inusuales, fatiga inexplicable, sudores nocturnos y pérdida de peso.
- Verrugas de textura suave y del color de la piel alrededor del área.

## ¿Debo hacer que me chequeen para ETS?

Visite a su médico si usted tiene riesgo de tener una ETS, si usted ha tenido síntomas de ETS o si tiene alguna preocupación acerca de si tiene alguna. Si se dejan sin tratar las ETS pueden causar problemas.

Por ejemplo, chlamydia puede ocasionar problemas que pueden hacer que las mujeres no sean capaces de tener hijos. El VPH (HPV por sus iniciales en inglés) puede ocasionar cáncer del cuello del útero o del pene, y la sífilis puede causar parálisis, problemas mentales, daño en el corazón, ceguera y causar la muerte.

## ¿Cómo se diagnostican las ETS?

La mayoría de las ETS pueden ser diagnosticadas por su médico por medio de un examen, un cultivo de las secreciones de la vagina o del pene o por medio de una prueba en la sangre.

## ¿Las ETS pueden prevenirse?

Si. La única forma segura de prevenir las ETS es no teniendo relaciones sexuales. Si usted tiene relaciones sexuales, usted puede disminuir su riesgo teniendo relaciones sexuales solamente con una persona que no está teniendo relaciones sexuales con nadie más y que no tiene una ETS.

Usted siempre debe usar condones cuando está teniendo relaciones sexuales, inclusive sexo oral y sexo anal.

## ¿Qué más debo hacer?

Limite el número de compañeros sexuales que usted tiene. Pregúntele a su compañero si él o ella ha tenido una ETS y dígame a su compañero si usted ha tenido una. Hable acerca de si ambos se han hecho pruebas para ETS y acerca de si deberían hacerse las pruebas.

Fíjese para ver si su compañero sexual presenta signos de una ETS. Pero recuerde que las ETS no siempre muestran sus síntomas. No tenga relaciones sexuales si usted o su compañero están siendo tratados para una ETS. Lávese sus genitales con

agua y jabón y orine pronto después de tener relaciones sexuales. Esto puede ayudar a eliminar algunos gérmenes con el lavado antes de que estos tengan la oportunidad de infectar.

## ¿ Los condones previenen las ETS?

Los condones de látex para hombres pueden disminuir el riesgo de contraer una ETS si se usan correctamente; vea el cuadro de abajo.

Asegúrese de usarlos cada vez que usted tiene relaciones sexuales, durante todos los tipos de sexo, inclusive durante el sexo vaginal, anal y oral. Los condones femeninos no son tan efectivos como los condones masculinos pero deben usarse cuando el hombre no acepta usar un condón masculino. Sin embargo, recuerde que los condones no son 100% seguros y que no lo pueden proteger de entrar en contacto con algunas llagas, tales como con las que ocurren en el herpes, o con verrugas que pueden ocurrir en la infección por el VPH (HPV por sus iniciales en inglés).

## ¿Debo usar un agente espermicida para ayudar a prevenir una ETS?

No. Una vez se pensó que los agentes espermicidas con nonoxynol-9 podían ayudar a prevenir las ETS del mismo modo que ayudan a prevenir el embarazo causando daño a los organismos que causan las enfermedades. La investigación reciente ha demostrado que el nonoxynol-9 también puede irritar la vagina y el cuello del útero de la mujer en realidad aumentando el riesgo de una infección por una ETS.

Asegúrese también de chequear los ingredientes de cualquier otro producto relacionado con el sexo que usted posea tal como lubricantes y condones. Algunas marcas de estos productos pueden tener nonoxynol-9 añadido a ellos. Si usted no está seguro si su espermicida o cualquier otro producto contiene nonoxynol-9 pregúntele a su médico antes de usarlo.

Póngase el condón antes de tener ningún contacto.

Desenrolle el condón sobre el pene erecto dirigiéndolo hacia la base del pene. Los hombres que no han sido circuncidados deben halarse el prepucio antes de desenrollarlo. El borde desenrollado debe quedar del lado de afuera. Deje cerca de ½ pulgada (1,25 cm) de espacio en la punta de modo que el semen pueda recolectarse allí. Aplaste la punta para sacar el aire. Saque el pene después de eyacular y antes de que el pene se ablande. Para sacar el pene sujete el borde del cordón en la base del pene para asegurarse de que no se va a soltar por encima. No vuelva a utilizar los condones.

Source: American Academy of Family Physicians

## Empleo del Condón

- Los condones pueden adquirirse sin receta en cualquier farmacia. También los puede obtener gratuitamente en su dependencia sanitaria local.
- Compre siempre condones de látex.

- ✓ Utilice siempre condones para un "sexo más seguro."
- ✓ Utilice condón de látex la 1ra vez y toda vez que tenga relaciones sexuales. ¿Por qué? Las bacterias y los virus no pueden atravesar el condón en dirección alguna.
- ✓ Insista en el uso de un condón durante el acto sexual aun cuando su pareja diga que no tiene riesgo. Diga que no a cualquiera que se niegue a usar condones.

## Cómo se utiliza el condón

- Al utilizarlos correctamente, los condones pueden protegerle a usted y a su pareja contra muchas enfermedades venéreas tales como el VIH, clamidia, gonorrea, verrugas, hepatitis B y sífilis.
- Los condones protegen a las parejas contra enfermedades venéreas en el pene, la vagina o en el semen. Las llagas y verrugas en las áreas genitales pueden transmitirse de una pareja a otra aún cuando se utilice un condón.
- Compre condones lubricados y fíjese en la fecha de vencimiento del condón. No use condones viejos ya que se rompen.
- El calor y el frío pueden dañar sus condones, por lo que hay que guardarlos en un lugar fresco y oscuro.
- Póngase el condón antes del acto sexual y con cuidado para evitar que se rasgue.
- Cualquiera de los dos puede poner el condón en el pene. Presione el aire fuera de la punta, dejando suficiente espacio para retener el semen (aprox. un centímetro).
- Desenrolle el condón sobre el pene erecto hasta donde sea posible.
- Para evitar irritación o que se rasgue el condón, utilice un lubricante a base de agua sobre el condón.
- No use productos a base de aceite (como la Vaselina) porque pueden atenuar la capacidad protectora del condón – hasta podría romperse.
- Después del acto sexual, retire el pene de la vagina con el condón puesto mientras el pene está aún erecto. Sujete la base del condón con firmeza para que el semen no se derrame.
- Haga un nudo al extremo abierto del condón y tírelo en la basura.
- Use siempre un condón nuevo en cada acto sexual.



Adaptado del Oxford County Board of Health.



**Simcoe**  
P.O. Box 247, 12 Gilbertson Drive  
Simcoe, ON N3Y 4L1  
519.426.6170 / 905.318.6623

**Caledonia**  
282 Argyle Street South  
Caledonia, ON N3W 1K7  
905.318.5367

**Email:** info@hnhu.org  
**Web:** www.hnhu.org