

La **hepatitis A** se transmite por una mala higiene de las manos, o a través de alimentos o agua contaminados. Se puede transmitir por algunas prácticas sexuales, al entrar en contacto con heces de otras personas, por ejemplo, al lamer el ano (beso negro).

Para protegerte, puedes lavarte las manos con agua y jabón después de usar el baño y antes de preparar la comida. En las relaciones sexuales también puedes usar barreras de látex como preservativos y/o dique dental, así como guantes de látex o vinilo.



Si alguna vez tuviste hepatitis A, quedas inmunizado/a para toda la vida.

El **virus de la hepatitis B** se encuentra principalmente en la sangre, pero también se encuentra en otros líquidos corporales como el semen y las secreciones vaginales.

Al igual que la hepatitis A, la B suele remitir en pocas semanas sin tratamiento, aunque se puede cronificar.

Para protegerte en las relaciones sexuales puedes usar los preservativos y el dique dental.

Y respecto al virus de la **hepatitis C**, se encuentra principalmente en la sangre.

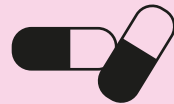
Hay que tener especial precaución si mantenemos relaciones sexuales donde entremos en contacto con sangre de la persona que tiene hepatitis C. Por ello, para evitar la infección, es importante usar preservativo en las relaciones sexuales anales o vaginales y evitar compartir objetos punzantes, agujas, jeringuillas o material para inyectar o inhalar. Utilizar lubricante y guantes de látex también son herramientas que pueden ayudar a reducir riesgos.

¿EXISTEN VACUNAS PARA LAS ITS?

Las vacunas también te ayudarán a reducir riesgos, aunque existen solo para algunas ITS.

Las hepatitis A y B tienen vacunas que se dispensan a toda la población.

Para algunos tipos de VPH también hay vacunas. En este caso su disponibilidad es más específica y te recomendamos que lo consultes con tu profesional médico de referencia.



Si tienes alguna duda puedes dirigirte a las siguientes entidades:

Acathi
Plaça Robert Gerhard, 3 - 4. Distrito de Sant Andreu. **Barcelona**
email: acathi@felgtb.org
Tfno: 933 147 947 / 668 887 008

Algarabía
C/ Heliodoro Rodríguez González, 10 Local Izq. **S/C de Tenerife**.
web: www.algarabiatfe.org
email: areasalud@algarabiatfe.org
Tfno: 922 882 188 / 638 790 420

Altihay
C/ Goya, 3. Puerto del Rosario. **Fuerteventura**
email: althay@felgtb.org
Tfno: 669 512 694

Amlega
C/ Teniente Casaña 23. **Melilla**
web: www.amlega.es
email: amlega@felgtb.org
Tfno: 951 636 555 / 744 613 184

Cogam
C/ Puebla, 9. **Madrid**
web: www.cogam.es |
email: correo@cogam.es
Tfno: 915 22 45 17

Gais Positius
Centre LGTBI de Bcn.
C/ Comte Borrell, 22. **Barcelona**
web: www.gaispositius.org
email: gaispositius@gaispositius.org
Tfno: 932 980 642

Gamá
Paseo de Tomás Morales, 8, bajo. **Las Palmas de Gran Canaria**
web: www.colectivogama.com
email: gama@colectivogama.com
Tfno: 928 433 427

Gehitu Elkarte
Paseo de Colon, 50. **Donostia**
email: salud@gehitu.org
Tfno: 943 468 516 / 607 82 98 07

JerelesGay
C/ Tío Juane local 3 y 4 (Estancia Barrera). Jerez de la Frontera. **Cádiz**
email: jerelesgay@felgtb.org
Tfno: 696 917 832

Kifkif
Calle Esparteros, 1. 3º, 5ª. Madrid
web: www.kifkif.info
email: administracion@kifkif.info
Tfno: 915 21 11 74

Lambda
C/ República Argentina, 22. **València**
web: www.lambdavalencia.org
email: info@lambdavalencia.org
Tfno: 96 334 21 91 / 96 391 32 38

No te prives
Espacio Joven 585m2.
Plaza Toledo, S/N, **Murcia**
web: www.noteprives.es
email: infosalud@noteprives.es
Tfno: 658 340 013

Somos
Punto vihible.
C/ San Pablo, 131, local, **Zaragoza**
web: <http://somoslgtb.com>
email: somos@felgtb.org
Tfno: 976 925 843

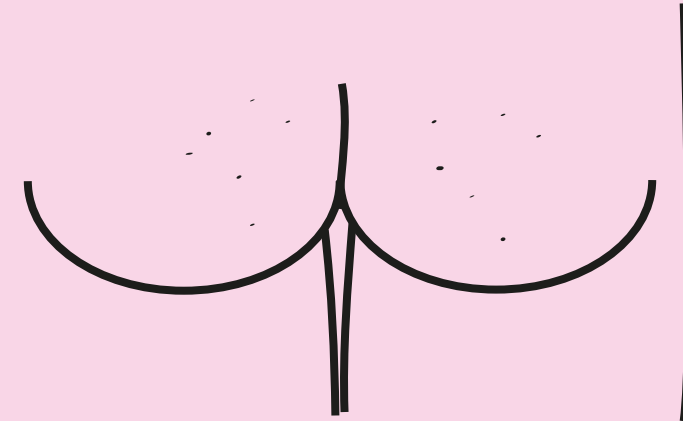
Stop Sida
C/ Consell de Cent 295, 4º. **Barcelona**
web: www.stopsida.org
email: info@stopsida.org
Tfno: 93 452 24 35



Más información en la página web: www.felgtb.com/its

Editado por:
FELGTB
Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales

Subvencionado por:
MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL
SECRETARÍA GENERAL DE SANIDAD Y CONSUMO
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA, CALIDAD E INNOVACIÓN
SECRETARÍA DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA



TENGO UNA ITS ¿Y AHORA QUÉ?

GUÍA RÁPIDA DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

TODO LO QUE NECESITAS SABER EN 5 MINUTOS

Las Infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones producidas por bacterias, virus, hongos y parásitos que en la mayoría de los casos se transmiten durante las relaciones sexuales, especialmente en la penetración vaginal, anal y el sexo oral (contacto de la boca con pene, vulva o ano).



Algunas pueden ser visibles produciendo síntomas como úlceras, llagas (heridas abiertas), secreciones o pus, verrugas o condilomas y otras pueden no presentar sintomatología durante largo tiempo o pasar inadvertidas como puede ser el caso del VIH, el Virus del Papiloma Humano (VPH) cuando no produce verrugas, o las hepatitis A, B y/o C.

En muchos casos, muchas ITS pueden no generar síntomas, especialmente cuando la infección se produce en órganos con poca visibilidad, como en el interior de la vagina, el ano o la garganta.

Personas lesbianas, gais, trans y bisexuales (LGTB), podemos tener dificultades añadidas para hablar de nuestras prácticas sexuales con personas que, a veces, con sus comentarios nos demuestran un gran desconocimiento de nuestra realidad.

LGTB

Si te ocurre esto, acude a alguna de las organizaciones LGTB de tu territorio o a la FELGTB, allí podrás encontrar información sobre los recursos sociosanitarios que existen en tu zona, ya que no presentar síntomas o que estos desaparezcan después de haberlos tenido, no significa que la infección esté curada.

Puedes valorar, junto con tu profesional de referencia, la conveniencia de revisiones periódicas.

TENGO UN ITS ¿Y AHORA QUÉ?

Después de un diagnóstico de una ITS, o ante la sospecha de tener una, puedes informarte de qué condiciones son las adecuadas para continuar con tu vida sexual y de qué manera.



Conocer de forma específica qué hacer y cómo reducir los riesgos dependiendo de la ITS, será relevante para tu salud.

También es importante que sepas que tener lesiones abiertas en diferentes regiones de los genitales o internamente, puede facilitar la adquisición de otras Infecciones como el VIH, ya que se tiene mayor concentración de glóbulos blancos que son especialmente sensibles a este virus.

EL VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA. EL VIH

Este virus se transmite a través de unos fluidos concretos: sangre, semen, flujo vaginal y leche materna. Para que se produzca la transmi-

sión el virus debe llegar al torrente sanguíneo a través de mucosas absorbentes, como el ano o la vagina, o de heridas abiertas o lesiones producidas por otras ITS.

Existen tres vías de transmisión, sexual, sanguínea y de madre a hijo/a.

Este virus se transmite a través de las relaciones sexuales anales, vaginales y orales sin protección.

Por ello, el sexo oral, sin presencia de otras ITS y sin heridas abiertas se la considera una práctica de bajo riesgo.

Se pueden utilizar para el sexo oral las barreras de látex o dental dam y cómo protección o reducción de riesgos en diversas prácticas, los guantes y el lubricante.



Usar preservativo en tus relaciones sexuales evita la transmisión y adquisición del VIH y otras ITS, tanto si tienes la carga viral indetectable como si no.

Si ya tienes un diagnóstico de VIH y estás en tratamiento con la carga viral indetectable, es decir menos de 50-20 copias/ml, no transmitirás la infección a tu/s pareja/s sexuales aunque no utilices protección, sin embargo, no estarás protegida/o de otras ITS y esto podría complicar tu estado de salud.

EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)

El VPH es la infección de transmisión sexual más común. Existen muchos tipos del VPH, algunos son inofensivos, otros pueden causar condilomas y algunos pueden causar cáncer.

El VPH se transmite fácilmente por contacto piel a piel, cuando tu vulva, vagina, cuello uterino, pene, o el ano entra en contacto con los genitales o la boca y la garganta de otra persona, normalmente durante el sexo.

El personal sanitario podrá usar diversas técnicas para extirpar/cauterizar los condilomas y en los casos de alto riesgo pueden ser tratados fácilmente antes de que se conviertan en cáncer, por lo que hacerse exámenes del VPH y citologías vaginales regularmente es la mejor manera para diagnosticarlo. Si bien los **preservativos** y diques o barreras dentales no ofrecen una protección protección 100% segura, pueden ayudar a disminuir las probabilidades de la transmisión del VPH.

SÍFILIS

La sífilis es una ITS causada por una bacteria que puede afectar la vagina, el ano, el pene o el escroto y, en ocasiones, los labios y la boca. Puedes prevenir la sífilis si usas **preservativos** o **dique dental**.

La infección se produce cuando la vulva, la vagina, el pene, el ano o la boca tocan las llagas (chancro sifilítico y/o clavos sifilíticos) de alguien con sífilis, usualmente durante el sexo. La sífilis puede transmitirse o adquirirse aun cuando no haya eyaculación.

La sífilis se cura fácilmente con antibióticos, aunque puede provocar daño permanente si no se trata, ya que la enfermedad tiene varias fases.

Haber tenido una infección por sífilis no te protege frente a nuevas infecciones.

GONORREA

La gonorrea es una ITS causada por una bacteria que se transmite al tener relaciones sexuales anales, vaginales y orales sin protección.

Muchas personas no presentan síntomas y cuando lo hacen pueden tener ardor al orinar, dolor testicular, secreción en el pene, cambio de color en el flujo vaginal, sangrado entre reglas o malestar en la parte inferior del abdomen.

Para reducir riesgos puedes usar el preservativo para la vagina y el pene.

Para el diagnóstico se necesita una muestra de la zona genital, faríngea o anal, dependiendo de tus prácticas sexuales y se tratará con antibióticos.

Haber tenido una infección por gonorrea no te protege frente a nuevas infecciones.



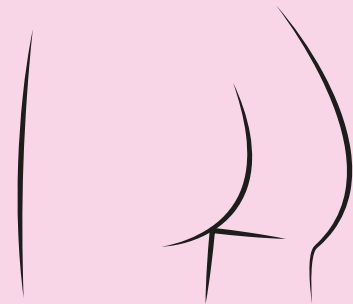
CLAMIDIA

La clamidia es una ITS causada por una bacteria que se transmite al mantener relaciones sexuales sin protección, a través de sexo anal, vaginal o por el sexo oral.

Muchas personas no presentan síntomas, y cuando lo hacen pueden tener ardor al orinar, dolor testicular, secreción en el pene, cambio de color, cantidad y olor en el flujo vaginal, sangrado entre reglas o malestar en la parte inferior del abdomen e incluso sangrado después de una relación sexual en las mujeres. Cuando la infección causa síntomas en el recto puede producir dolor, secreción o sangrado.

Se necesita una muestra de la zona genital para realizar el diagnóstico y en ocasiones una muestra de orina. Si has tenido sexo oral o anal, puedes necesitar, además, muestras faríngeas o anales.

Haber tenido una infección anterior no te protege frente a nuevas infecciones.



LAS HEPATITIS A B Y C

La hepatitis es una enfermedad inflamatoria del hígado que puede dañar tus funciones y a veces está producida por virus que da lugar a diferentes tipos de hepatitis.