

**RECURSOS PARA EL
BIENESTAR EMOCIONAL
DE LAS MUJERES ANTE
LAS INFECCIONES DE
TRANSMISIÓN SEXUAL Y
EL VIH/SIDA**



Coordinadora del Proyecto
Elizabeth Ferreras Blanco

Autoras
Elizabeth Ferreras Blanco y Edith Olvera Velázquez

Asesoría
Julia Pérez Cervera

Colaboradora
Nuria Delgado Ortíz

© Defensa Jurídica y Educación para Mujeres, S.C.
Vereda-Themis
Primera edición 2012, México, D.F.

Se terminó de imprimir en noviembre de 2012

Producción editorial
Ana Victoria Jiménez A.

Ilustraciones: Roser Capdevila i Valls, tomadas de:
*Cáncer ginecológico y de mama, La mujer y el sida y
La salud mental de las mujeres, Salud VII, XI y XV.*
Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales-Instituto de la
Mujer, España.

Ilustraciones científicas: Dra. Sandra Peniche Quintal,
Servicios Humanitarios en Salud Sexual y Reproductiva,
A.C.

Agradecemos a las JUD, al personal y a las usuarias de
las UAPVIF'S Azcapotzalco y Benito Juárez del D.F.,
por el apoyo brindado para la realización del presente
proyecto.

*Este material se realizó con recursos del Programa de
Coinversión Social, perteneciente a la Secretaría de
Desarrollo Social. Empero, la «SEDESOL» no necesari-
amente comparte los puntos de vista expresados por
las autoras del presente trabajo.*

Introducción

Diversos son los factores que intervienen en el proceso de salud y enfermedad. La salud no sólo hace referencia a la ausencia de enfermedad. La salud es un derecho y tiene que asociarse al logro del bienestar físico, psicológico y emocional al que todas las personas y particularmente las mujeres debemos aspirar y trazarlos como meta por alcanzar.

Así planteado, pareciera un ideal, mas si analizamos cómo vivimos y sentimos con nuestro cuerpo, cómo lo cuidamos o le prodigamos la atención que necesita, desde la realidad en la que nos vivimos, puede que no sea una tarea difícil de alcanzar, sino más bien un propósito a lograr.

Históricamente, el cuerpo de las mujeres ha estado ligado al dolor, el silencio y el sufrimiento. Nuestras preocupaciones, malestares, dolencias y enfermedades (físicas y emocionales), suelen ser ignoradas y qué decir, cuando es la violencia, la falta de información y de recursos (económicos, personales y sociales) la que nos envuelve como «una capa de destino irremedia-

ble» y nos impide la búsqueda del bienestar, el autocuidado y el placer en la cotidianidad de nuestra vida.

Es por ello, que hoy nos toca abordar un tema tan complejo como común: Las Infecciones de Transmisión sexual (ITS) y el VIH/SIDA, que pueden quitarnos años de vida placenteros y saludables si no la detectamos y atendemos de manera adecuada y oportuna.

Se hace necesario, que las mujeres emprendamos acciones encaminadas al autocuidado y buen trato hacia nosotras mismas, desde el ejercicio de nuestra sexualidad de manera informada, responsable, protegida y placentera.



Contexto

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que cada año se producen 448 millones de nuevos casos de Infecciones de Transmisión Sexual que pueden ser curables, y que hay muchos otros, que no están registrados, ya que las personas que la padecen ignoran que están infectadas (al no presentar síntomas) por tanto no acuden a los servicios de salud. Señala la OMS que la población más afectada es la que se encuentra entre los 15 y 49 años de edad, lo que convierte a las ITS en un grave problema de salud pública.

Las ITS son una puerta de entrada para adquirir el VIH/SIDA. En 2009, se estimaba que en México vivían alrededor de 220,000 personas con VIH. Lo alarmante de estas cifras, según la OMS, es que el 59% de las personas infectadas desconocían su condición de salud.

Los reportes señalan que las ITS que más afectan a la población mexicana son los condilomas –causantes del Virus del Papiloma Humano (VPH)- la sífilis, la gonorrea, el herpes, las clamidias, las tricomonas y las hepatitis.

Por las consecuencias que a corto, mediano y largo plazos acarrearán las ITS se precisa el emprendimiento de acciones eficaces y efectivas que contribuyan tanto a la educación en la sexualidad como al conocimiento y ejercicio de **todos** los derechos, incluidos los sexuales y reproductivos.

Es hora de tomar decisiones informadas y responsables, que conlleven a la disminución de las ITS y el VIH/SIDA para el logro de una mayor y mejor calidad de vida.

¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual?

Son infecciones que generalmente se transmiten durante el contacto sexual no protegido o el intercambio de fluidos (sangre, semen, flujo vaginal), en el parto y la lactancia de la madre al recién nacido, entre otros) de una persona infectada a otra considerada sana.

Las ITS pueden ser causadas por virus, microbios, gérmenes, bacterias o parásitos, que cuando no son detectados y tratados a tiempo pueden ocasionar esterilidad, tumoraciones o cán-

cer, malformaciones congénitas, ceguera y en caso extremo la muerte.

Debido a que las ITS no respetan edad, condición social, raza o sexo y en la mayoría de las ocasiones no presentan signos (evidencias o señales) o síntomas (dolor, ardor, picazón o molestias) de manera inmediata, muchas de nosotras podemos ser portadoras y/o estar infectada sin siquiera sospecharlo.

Entre los factores que pueden contribuir a que las ITS se sigan propagando de manera rápida y «silenciosa» se encuentran: el inicio y la frecuencia de relaciones sexuales sin protección; la carencia de poder de las mujeres, el desconocimiento que se tiene sobre el funcionamiento del cuerpo y de la sexualidad; la falta de información sobre las ITS y sus consecuencias; el estigma asociado a las infecciones y la vergüenza que produce el padecerla, lo que provoca su ocultamiento y propagación.

Las ITS pueden prevenirse, por ello, tenemos que conocer nuestro cuerpo y el de nuestra pareja sexual para identificar cualquier síntoma

o alteración que pueda presentarse y ante cualquier duda o sospecha, acudir a los servicios de salud y no automedicarnos. De esa manera, podremos prevenir futuras complicaciones y poner un **alto** al contagio.

Queremos puntualizar que como el VIH/SIDA, se transmite principalmente por contacto sexual, en este cuadernillo la estamos considerando como parte de las Infecciones de transmisión sexual.

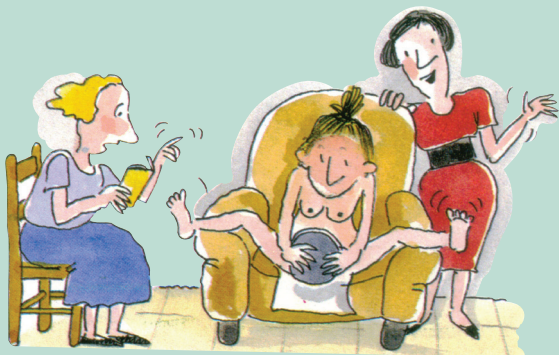
¿Cómo se adquieren las Infecciones de Transmisión Sexual?

Generalmente, las ITS se transmiten mediante el contacto sexual sin protección cuando existe penetración, ya sea oral, vaginal o anal y por otras vías como la sanguínea o perinatal (madres a hijos e hijas durante el embarazo y el parto); el uso de agujas o jeringas sin esterilizar o el contacto con sangre contaminada.

La transmisión incluye el contacto pene-vagina, pene-boca, pene-ano, boca-vagina y boca-ano. Las ITS se transmiten aunque no haya

eyaculación. Cabe mencionar que no todos los casos de contactos sexuales desprotegidos se convierten en una infección. Pero no hay que confiarse a la «suerte» o dar «crédito a la palabra», si elegimos no usar protección en nuestras relaciones sexuales tenemos que asegurarnos que ambas personas estemos sanas, y sólo acudiendo a los servicios de salud y haciéndonos los análisis de laboratorio correspondientes lo podríamos comprobar.

Si a nosotras o a nuestra pareja nos diagnostican alguna ITS, es importante que contactemos a la persona o las personas con las que haya-



mos tenido relaciones sexuales sin protección en el último año para que también acuda/n al servicio de salud. Esto es una medida que aunque nos resulte vergonzosa o penosa contribuye a preservar la salud y a evitar nuevas infecciones.

¿Cómo pueden detectarse las ITS?

El conocimiento del cuerpo y su funcionamiento se convierten en una oportunidad que puede posibilitar que detectemos de manera pronta y oportuna cualquier tipo de infección o enfermedad que podamos estar sufriendo.

Por ello, es importante informarnos, tocarnos, mirarnos, reconocernos e identificar los fluidos y olores que emanan de nuestro cuerpo y especialmente de nuestros genitales para que cuando no se miren «como tienen que verse» o nuestras secreciones o fluidos salgan o huelan «diferente», acudamos a la consulta médica para recibir la atención y el tratamiento que necesitemos. Éste es un **buen trato** que podemos prodigarnos como medida de protección y autocuidado personal.

¿Cuáles son los factores que aumentan el riesgo de contagio de una ITS o del VIH/SIDA?

Los factores biológicos

El sexo. «Las infecciones ingresan al organismo con mayor facilidad a través de las membranas mucosas como el revestimiento de la vagina. Como la superficie mucosa que entra en contacto con el agente infeccioso es mucho mayor en mujeres que en hombres, las mujeres pueden infectarse más fácilmente que los hombres» (OMS:2008).

La edad. El inicio de la relación sexual en la niñez o adolescencia, dado que el tejido cervical aún no ha madurado, y el tipo de relación que se tenga (anal, vaginal u oral) puede facilitar que los «agentes infecciosos» entren al cuerpo con mayor facilidad. Por ejemplo, «en las mujeres, el crecimiento excesivo de microorganismos que habitualmente se encuentran en la vagina puede causar una Infección de Tracto Reproductivo –ITR- (infección por levaduras o, vaginosis bacteriana)» (OMS, 2008).

Factores conductuales. Tener relaciones sexuales bajo coerción, violencia o el efecto del alcohol u otras drogas; tener relaciones sexuales con penetración y sin protección; tener varias parejas y no usar con todas el condón; cambiar frecuentemente de pareja sexual y no indagar sobre su situación de salud; compartir juguetes sexuales y no desinfectarlos o haber tenido una ITS durante el último año (se corre el riesgo de volver a contraer la infección si no se modifica la conducta sexual).

Factores sociales. Las diferencias de poder existentes entre los géneros impide que las mujeres tomemos decisiones sobre las prácticas sexuales que deseamos y cuándo y cómo queremos realizarlas, sin que esto conlleve un riesgo de salud o de vida para nosotras. A muchas mujeres se nos obliga o exige tener relaciones desprotegidas y a veces por confianza, miedo o desinformación accedemos para no ser golpeadas o «evitar» que se cumplan las amenazas de la pareja de «abandonarnos» o «buscarse otra», o que piensen que «andamos con otros»; este tipo de situaciones son las que pueden colocar-

nos en situación de alto riesgo frente a las infecciones.

Grupos de riesgo. Existen grupos de personas especialmente vulnerables a las ITS y el VIH/SIDA, al encontrarse en situaciones que dificultan su prevención y atención. Entre estos grupos se incluyen: mujeres víctimas de violencia; mujeres embarazadas; hombres que tienen sexo con hombres (HSH); personas transgénero; trabajadoras y trabajadores sexuales y su clientela; hombres o mujeres alejados de sus parejas sexuales habituales; personas privadas de la libertad; jóvenes; poblaciones indígenas marginadas o migrantes carentes de información y sin acceso a servicios adecuados de salud.

¿Cuáles son las consecuencias de las ITS en la salud de las mujeres?¹

Cuando adquirimos una ITS y no buscamos la ayuda especializada o no cumplimos el tratamiento tal y como se nos ha indicado, nuestra

¹ OMS, *Estrategia mundial de prevención y control de las infecciones de transmisión sexual 2006-2015*, Ginebra, OMS, 2007.

salud se ve impactada de manera negativa. Las mujeres somos un grupo vulnerable frente a las ITS, ya que nos resulta difícil y vergonzoso hablar de nuestra intimidad y de lo que acontece en nuestra relación sexual y/o negociar el uso del condón o cualquier otro método de protección.

A veces pensamos que tener una pareja fija o no tener contacto sexual nos libera del contagio; todo lo contrario, las creencias o suposiciones pueden colocarnos en una situación de riesgo frente a las ITS y el VIH/SIDA si con anterioridad no hemos indagado sobre el historial sexual de nuestras parejas actuales o pasadas.

Cuando las mujeres acudimos a una consulta médica y se nos diagnostica una ITS, podemos sentirnos incrédulas, luego tristes, enojadas, defraudadas, desilusionadas o frustradas al saber que nuestra pareja nos ha infectado, porque probablemente tenga contacto sexual con otras personas, lo que hace que nos centremos más en «la infidelidad o el engaño» que en preservar la salud o la vida.

Es recomendable que periódicamente nos realicemos el examen de Papanicolau y la colposcopia, sobre todo si hemos tenido algún antecedente de cáncer o de ITS.

Es de vital importancia que las mujeres nos empoderemos desde el conocimiento de nuestros derechos, hablemos de sexualidad y de las estrategias de autocuidado y protección que necesitamos emprender para poder disfrutar de nuestra sexualidad, sin temor de quedar embarazadas y/o infectadas por ejercer nuestro derecho a la afectividad y el placer.



¿Qué hacer para prevenir las ITS?

«Las medidas de prevención y control de las ITS deben basarse en la aplicación de estrategias tendientes a reducir la exposición, mediante la promoción de la salud, la implementación de medidas de prevención y protección, que logren la modificación del comportamiento sexual, conductas, hábitos y actitudes, tendentes a disminuir el riesgo de transmisión; la atención oportuna de los casos e información a las personas con prácticas de riesgo».²

Aunado a tener **siempre** «sexo seguro» (no hay penetración ni intercambio de fluidos); relaciones sexuales protegidas o tenerlas con una persona que al igual que nosotras no se encuentre infectada, una de las mejores estrategias es el uso sistemático y correcto del condón.

² *Manual de Capacitores en el Manejo Sindromático de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)*, Censida, México, 2004.

¿Qué es el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)?³

El VIH es una infección que afecta el sistema inmunológico, debilitando las defensas que tiene el organismo, lo que provoca una mayor sensibilidad frente a diversas infecciones y enfermedades. La fase más avanzada de la infección por el VIH es **síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA)**, que puede tardar de 10 a 15 años en manifestarse.

Alcance del VIH. El VIH es uno de los agentes infecciosos más mortíferos del mundo, que en los últimos 30 años ha cobrado más de 25 millones de vidas. En 2011 había alrededor de 34,2 millones de personas afectadas por este virus (OMS, 2007).

En México, se estima que en 2005 había 180,000 personas viviendo con VIH, en el mismo año se registraron 4,800 casos nuevos y un total de 4,500 defunciones por SIDA. Aunque la población más afectada sigue siendo los hombres, ha

³ Nota descriptiva N° 360 julio de 2012.

habido un desplazamiento hacia las mujeres; en 1987 la razón hombre/mujer era de 16:1 mientras que para 2002 era de 6:1 y para 2006 se redujo a 5:1.⁴

Signos y síntomas. Los síntomas de la infección por el VIH van aumentando de manera gradual. Muchas personas ignoran que son portadoras del virus hasta muy avanzada la infección. En las primeras semanas que siguen al contagio, hay personas que no manifiestan ningún síntoma, otras pueden presentar una afección de tipo gripal, con fiebre, dolor de cabeza, erupción en la piel o dolor de garganta.

Otros síntomas pueden ser inflamación de los ganglios linfáticos, pérdida de peso, fiebre, diarrea y tos. Si no se procura tratamiento, podrían aparecer enfermedades graves como la tuberculosis, la meningitis o cánceres como el linfático o de sarcoma de Kaposi, entre otros.

⁴ Pedraza C. Nancy, *Percepción de riesgo de ITS de mujeres adultas en contextos de no exclusividad sexual. Un estudio a partir de biografías sexuales*, FLACSO, México, 2008.

Vías de transmisión del VIH. El VIH/SIDA no se transmite a través del contacto con la piel, saliva, aliento, sudor ni lágrimas. No hay forma de contraer VIH al besarse, abrazarse o tomarse la mano con una persona infectada. Tampoco se produce el contagio al compartir vasos o utensilios de comida ni al utilizar el mismo baño o aparatos de gimnasia. Las únicas vías de transmisión del virus son a través de sangre infectada, semen, fluido vaginal o la leche materna.



Las concepciones equivocadas sobre las vías de contagio son el principal aliciente para la discriminación de las personas con VIH/SIDA.

Factores de riesgo

- Tener prácticas sexuales desprotegidas con una persona infectada por el VIH.
- Padecer otra ITS puede aumentar el riesgo de contagio del VIH.
- De la madre a la criatura durante el embarazo, el parto o la lactancia.
- Transfusión de sangre u otros derivados infectados por el VIH.
- Utilización de material quirúrgico contaminado como puede ser agujas, inyecciones u otros instrumentos como los usados para tatuaje o perforación cutánea (*piercing*).

Prevención. El riesgo de infección se puede reducir con métodos como la abstinencia (ningún tipo de contacto sexual) o el uso correcto y sistemático del condón.

Pruebas de detección y asesoramiento en relación con el VIH y las ITS

Existen pruebas de laboratorio que pueden detectar la presencia del VIH en el cuerpo y los resultados son confidenciales. Antes de someternos a este tipo de análisis debemos buscar orientación de personal especializado y si fuera necesario, acudir de manera oportuna a los servicios de prevención y atención.

Consecuencias de las ITS y el VIH/SIDA

«Algunas de las infecciones de transmisión sexual pueden ser tratadas para ser curadas; sin embargo existe un grupo para las cuales no se disponen de elementos técnicos o clínicos que permitan algún tratamiento curativo, lo cual implica consecuencias graves para la salud.

Las ITS que son en principio curables son la gonorrea, la clamidia, la sífilis, el granuloma inguinal y el linfogranuloma venéreo, mientras que las afecciones virales como el herpes, la infección de virus de papiloma humano (VPH) y

el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) no tienen tratamiento curativo (OMS, 2005).

No obstante, existen métodos clínicos para controlar los síntomas, incluso para el VPH se han desarrollado vacunas para algunas cepas del virus. Sin embargo, los costos de los tratamientos disponibles y las consecuencias económicas y personales de enfermar pueden ser muy graves.

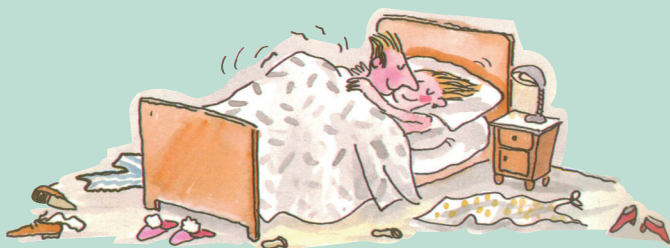
Las mujeres al contraer una ITS pueden padecer enfermedad inflamatoria pélvica (EIP), embarazo ectópico, infertilidad, cáncer de cuello uterino y hasta la muerte (OMS, 2005; Holmes, 1999; Berdasquera *et al.*, 2001). Además pueden tener consecuencias adversas en el embarazo (transmisión vertical) y consecuencias como el aborto, muerte intrauterina, bajo peso al nacer, parto prematuro o retardo del crecimiento y muerte en los primeros años de vida (Holmes, 1999).

También hay que considerar las consecuencias sociales que implican estas infecciones, particularmente el VIH, como el estigma y la discrimi-

nación. Por lo cual la prevención juega un papel preponderante en el proceso de la salud debido a que si las personas pueden preservarse de la infección no será necesario pagar los costos personales, sociales y económicos de enfermar. Por lo que generar y poner a disposición de las personas los medios que les permitan disminuir el riesgo de infectarse es de suma importancia».

Manejo sintromico de las ITS

El **manejo sintromico** de una ITS es utilizado por el personal de salud para identificar los efectos causados por las ITS más comunes y que pueden ser curables si son atendidas de mane-



ra adecuada y oportuna (sífilis, gonorrea, clamidias, chancroides, tricomoniasis y candidiasis, entre otras). El manejo sindrómico permite hacer un diagnóstico oportuno y proporcionar un tratamiento en la primera visita, por lo cual en caso de que la persona no regrese se puede garantizar la curación clínica rompiendo la cadena de transmisión.

Un síndrome es un grupo de síntomas que aquejan a una persona y los signos manifiestos que se observan en su cuerpo. Un síndrome puede ser causado por una o varias ITS. El manejo sindrómico puede ser utilizado por las mujeres para identificar algunos de los signos y síntomas característicos de las principales infecciones de transmisión sexual.

El flujo vaginal

Es normal que las mujeres tengamos flujo vaginal. Éste puede ser más evidente durante el ciclo menstrual, durante y después del coito o durante el embarazo y la lactancia.

Generalmente, cuando se tiene un flujo vaginal «anormal» hay secreción abundante que man-

cha la ropa interior, con mal olor, ardor al orinar, enrojecimiento, picazón e inflamación de la vulva; dolor en el abdomen bajo y al tener relaciones sexuales, entre otras molestias.

Las ITS que producen el síndrome de flujo vaginal son: la Tricomoniasis Genital; la Gonorrea y la Clamidia. El flujo vaginal anormal se presenta en las mujeres afectadas por una vaginitis (infección en la vagina), una cervicitis (infección del cuello del útero) o ambas. Los agentes que causan una cervicitis provocan complicaciones graves y plantean la necesidad de tratar a la pareja o las parejas sexuales.

El Virus del Papiloma Humano (VPH)

El virus del papiloma humano es la infección de transmisión sexual (ITS) más frecuente en mujeres y hombres. La mayoría de las personas infectadas por el VPH no saben que lo están, ya que no presentan síntomas o problemas de salud que puedan asociarse a la infección.

En el 90% de los casos, el sistema inmunitario del cuerpo elimina el VPH de manera natural en

un lapso de dos años. Pero algunas veces las infecciones por el VPH no se curan y pueden causar verrugas genitales; cáncer de cuello uterino y otros cánceres menos frecuentes, pero graves como cáncer de vulva, de vagina, de pene, de ano y de la cavidad orofaríngea (parte posterior de la garganta, incluidas la base de la lengua y las amígdalas).

La infección puede ser causada por una de las más de cien cepas (tipos) diferentes de VPH que existen; es por ello que aún no se puede determinar la efectividad de la vacuna que actualmente se está promoviendo ni los efectos



Lesión intraepitelial de bajo grado en vulva por VPH

secundarios que ésta puede causar a mediano y largo plazos.

El VPH puede ser detectado a través de pruebas de laboratorio como el Papanicolaou y/o la colposcopia.

La clamidia

Es una de las enfermedades bacterianas de transmisión sexual más comúnmente reportadas. Es causada por la *Chlamydia Trachomatis Bacterium*. La clamidia se transmite a través del contacto sexual con alguien ya infectado.



Cérvico vaginitis bacteriana

Afecta uretra, recto y ojos en ambos sexos. En las mujeres afecta el cuello del útero y la fertilidad.

Algunos de los síntomas más frecuentes de la clamidia es la presencia de un flujo vaginal anormal o sensación de ardor al orinar, dolor en la parte inferior del vientre, dolor de espalda, náusea, fiebre, dolor durante las relaciones sexuales o sangrado entre los periodos menstruales. Los síntomas aparecen regularmente entre la 1^{ra} y la 3^{ra} semana después del contagio, afectando también el ano y la garganta.

Ladillas o piojos púbicos

Son pequeños parásitos de color amarillo-gris en forma de cangrejo. Cavan en la piel para alimentarse de sangre. Viven predominantemente en el vello púbico, pero también pueden encontrarse en el vello axilar, vello facial e incluso en las pestañas. Los piojos usan sus pinzas de cangrejo para agarrarse a las hebras de cabello.

A veces pueden ser detectados moviéndose sobre la piel. Las ladillas se pasan fácilmente durante el sexo, pero también al compartir ro-

pas, toallas o ropa de cama. Los síntomas normalmente se notan entre los 5 días a 7 semanas después de la infección, e incluyen picazón e inflamación de la zona afectada, huevillos visibles y puntos de sangre, ya que se alimentan de los vasos sanguíneos.

Las verrugas genitales

Son causadas por el papiloma virus. Pueden aparecer en cualquier parte de la zona genital como pequeñas protuberancias blancuzcas, de color carne o bien como bultos carnosos parecidos a



Verrugas

una coliflor. Se transmiten por contacto de piel a piel, generalmente durante el juego sexual vaginal, anal u oral, y existe una posibilidad de contagio aun cuando las verrugas no estén visibles.

Es probable que no causen dolor pero pueden picar y en principio son difíciles de detectar. Las mujeres con verrugas en el cuello del útero pueden experimentar sangrado o flujo vaginal inusual.

La gonorrea

Es una infección de transmisión sexual que puede infectar la uretra, el cuello del útero, el recto, el ano y la garganta. Los síntomas normalmente aparecen entre 1 y 14 días después de la exposición, en ocasiones la infección es asintomática.

Los síntomas pueden incluir: sensación de ardor cuando se orina; flujo blanco/amarillo del pene; cambio en el flujo vaginal; irritación o flujo del ano (si el recto está infectado).

El herpes

Es causado por un virus. Se manifiesta en la zona genital y anal, boca y labios.

Tanto en mujeres como en hombres pueden aparecer los siguientes síntomas:

- Sensaciones de picazón u hormigueo en la zona genital o anal.
- Pequeñas ampollas llenas de líquido que revientan dejando pequeñas llagas dolorosas.
- Dolor cuando pasa orina sobre las llagas abiertas (especialmente en las mujeres).
- Dolores de cabeza y espalda.
- Algunos síntomas similares a la gripe, incluyendo glándulas inflamadas o fiebre.

La sífilis

Es una infección bacteriana causada por *Treponema Pallidum*. Generalmente, el contagio se produce por transmisión sexual, pero también puede pasarse de una mujer a su hijo o hija durante el embarazo.

Los síntomas de la sífilis pueden ser difíciles de reconocer y llevar hasta 3 meses en aparecer después del contacto sexual con la persona infectada.

Durante el embarazo, la **sífilis** se puede extender por la placenta e infectar al feto. Un 40% de los embarazos sífilíticos terminan en aborto espontáneo, muerte fetal o muerte perinatal. Esto resulta especialmente grave cuando la futura madre no se trata durante las primeras 20 semanas de embarazo (OMS).



Mitos y realidades de las ITS

En materia de salud sexual y reproductiva, la falta de información es tan peligrosa como la abundancia de informaciones erróneas. Es por ello importante erradicar los mitos y las creencias que sólo contribuyen a aumentar la estigmatización dejando de lado las medidas que pueden contribuir a su prevención y oportuna atención. Algunos de los mitos y las realidades que se relacionan con las ITS y el VIH/SIDA son:

Mito. A las personas que tienen una ITS se les nota.

Realidad. A menudo las personas que tienen una ITS no presentan signos ni síntomas, por eso es difícil, en principio, identificar a quienes se encuentran infectadas.

M. Si ya tuviste una ITS no puedes contraerla nuevamente.

R. Puedes contraer algunas ITS más de una vez. Algunas ITS duran toda la vida, como el herpes y el VIH/SIDA. Otras como la clamidia y la gonorrea pueden tratarse y curarse, pero podrían contraerse nuevamente si tienes con-

tacto sexual con alguien que las tenga. Si te diagnostican una ITS, tú y tu pareja deben recibir tratamiento al mismo tiempo, sólo así se evita volverse a infectar.

M. Los diagnosticados con VIH y SIDA tienen poco tiempo de vida.

R. Esta creencia es errónea. En los primeros años de la epidemia la tasa de mortalidad era extremadamente alta, pero en la actualidad los avances en tratamientos y medicinas permiten a las personas infectadas con VIH/SIDA vivir mucho más tiempo que antes, con un nivel de vida saludable y pleno.

M. Tanto el VIH como el SIDA pueden curarse

R. Los adelantos médicos permiten a las personas con VIH/SIDA vivir muchos más años, pero aún, no se ha encontrado una cura definitiva para el virus.

M. No es necesario usar preservativo en el sexo oral.

R. El sexo oral es menos riesgoso que la penetración pero el contacto directo con los genitales

de un hombre o una mujer con VIH puede producir el contagio. De hecho, las estadísticas muestran una tasa considerable de contagios a través de esta vía. Por lo tanto, siempre es indispensable utilizar preservativo de látex al practicar sexo oral.

M. Las mujeres con VIH no pueden embarazarse y parir.

R. Tomando las precauciones necesarias y recibiendo una atención rigurosa y especializada las mujeres con VIH o SIDA pueden en la actualidad ser madres, sin temor de contagiar la infección al bebé.

M. El VIH sólo afecta a los homosexuales y consumidores de drogas.

R. Si no se toman las prevenciones adecuadas, toda persona está expuesta al contagio de cualquier ITS o VIH/SIDA, sin importar la orientación sexual, la etnia o las prácticas que se tengan tanto sexuales como de consumo.

M. El VIH y el SIDA son lo mismo

R. Entre el VIH y el SIDA hay una diferencia

fundamental: el primero es un virus, mientras que el segundo es un síndrome, es decir, un conjunto de enfermedades. Una persona con VIH positivo puede estar años sin desarrollar alguna de las afecciones vinculadas con el SIDA. No obstante, el virus puede transmitirse aun cuando quien lo porta no haya contraído el SIDA.



Conclusiones

Asumir el cuidado de nuestra salud como forma de vivir una vida más plena y placentera debe plantearse como un logro por alcanzar de las mujeres y debe ser asumido por los gobiernos y las autoridades como obligación impulsar y ejecutar políticas públicas que garanticen a las personas y particularmente a las mujeres el derecho a la salud de manera gratuita, informada, de calidad y con calidez.

Las mujeres tenemos que asumir la responsabilidad de nuestro cuidado y protección, a la vez que tomamos conciencia de nuestros derechos y de la importancia de informarnos y educarnos en materia de sexualidad. Tenemos que empezar a hablar de lo que sentimos, queremos y deseamos en nuestra relación sexual, a la vez que nos damos el tiempo para acudir al servicio médico ante cualquier sospecha de contagio.

Es necesario hablar con la pareja y con los hijos e hijas sobre el cuidado de la salud, la sexualidad, los derechos y las responsabilidades que se asumen cuando se inician y mantienen rela-

ciones sexuales, ya sean de manera esporádica o permanente, con parejas fijas o eventuales. La atención tiene que estar centrada en ejercitar con responsabilidad el derecho a la sexualidad y el placer sin poner en riesgo la salud propia o ajena.

El conocimiento y acceso a **todos** nuestros derechos, incluidos los sexuales y reproductivos, asumir la responsabilidad de nuestro propio cui-



dado, ejercer una sexualidad informada, responsable y placentera, tomando las decisiones que consideremos más adecuadas y oportunas desde la realidad que estemos viviendo, han de convertirse en las herramientas de empoderamiento, que sin lugar a dudas nos permitirá alcanzar el grado máximo de salud sexual al que todas las mujeres debemos aspirar y lograr.



Referencias

Cruz, P., Ramos, A., González, R. *Guía de prevención, diagnóstico y tratamiento de las ITS. Dirigida a personal de servicios de salud*, Fundación Mexicana para la Salud, A.C., México, 2011.

Cruz Palacios, C., Egremy Mendívil, G., Ramos Alamillo, U., *Manual para Capacitadores en el Manejo Sindromático de las Infecciones de Transmisión Sexual*, Censida, SS, Family Health International, USAID, 2^{da} edición, 2004. www.Salud.gov.mx

Manual de Capacitadores en el Manejo Sindromático de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), Censida, México, 2004.

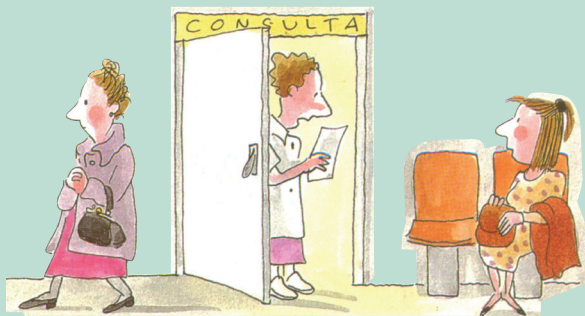
Ministerio de Salud de Chile, Comité Normas Infecciones de Transmisión Sexual. *Normas de manejo y tratamiento de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS): Primera parte. Rev. chil. infectol.* [online]. 2009, vol. 26, n. 2.

Organización Mundial de la Salud (2012), *Enfermedades de Transmisión Sexual*. www.who.int/topics/sexually_transmitted_infections/es/

Organización Panamericana de la Salud. *Infecciones de Transmisiones Sexual ITS-VIH* (2012).
[www.ops.org.bo/its-vih-sida/
?TE=20040628161705](http://www.ops.org.bo/its-vih-sida/?TE=20040628161705)

Pedraza C., Nancy, *Percepción de riesgo de ITS de mujeres adultas en contextos de no exclusividad sexual. Un estudio a partir de biografías sexuales*, FLACSO México, 2008.

Rodríguez, A., Villegas, S., *Enfermedades de Transmisión Sexual y SIDA*, Instituto Andaluz de la Mujer, España.



Directorio de instituciones
que proporcionan atención a mujeres

**Defensa Jurídica y Educación para Mujeres,
S.C. Vereda-Themis**

Av. de los Maestros N° 91-14
Col. Agricultura, Delegación Miguel Hidalgo,
C.P. 11360, México, D.F.
Tels: 5396 5586 y 5341 6570 Fax.
E-mail: veredathemis@yahoo.com.mx
defensamujeres@gmail.com
Pag Web: www.veredathemis.org

UAPVIF AZCAPOTZALCO

Av. 22 de febrero Núm. 421 1er. Piso,
Col. Barrio San Marcos, C.P. 02430
Deleg. Azcapotzalco
Tel. 5353 6470

UAPVIF BENITO JUÁREZ

Eje 5 Sur Ramos Millán Núm. 95
Col. Héroe de Chapultepec,
CP 03440 Deleg. Benito Juárez
Tel. 5590 4817 y 5579 1699 (Fax)

Clínica Especializada Condesa

Benjamín Hill # 24, Colonia Condesa
Deleg. Miguel Hidalgo,
C.P. 06140, México D.F, México
Tels: 5515-4093 y 52716439

**Centro Nacional para la Prevención
y el Control del SIDA-CENSIDA**

Telsida: 01 800 712 0886 y 01800 712 0889

(Lunes a viernes de 9:00 a 21:30 hrs)

Pág. Web: www.censida.salud.gob.mx

Ave de México-Diversitel

Tels: 01 800 821 22 97

Pág. Web: <http://avedemexico.org.mx>

**Servicios Humanitarios en Salud
Sexual y Reproductiva, A. C.**

Calle 54 Núm 439 C por 49 y 51

Centro. CP 97000. Mérida, Yucatán.

Tel: 01(999) 924 9645

E-mail: shssr@hotmail.com.

Pág. Web: www.unasse.com

**Defensa Jurídica y Educación
para Mujeres, S.C.
Vereda-Themis**

Avenida de los Maestros N° 91
Interior 14 Col. Agricultura,
Del. Miguel Hidalgo, México, D.F.
Tel. 5341 6570, 5396 5586

