Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Infecciones de transmisión sexual. ¿Cómo se pueden prevenir?

¿Qué son las infecciones de transmisión sexual (ITS)?

Las ITS son infecciones producidas por distintos gérmenes (virus, bacterias y hongos) que se pueden contagiar en las relaciones sexuales con una persona infectada. Las ITS son un gran problema de Salud Pública mundial. Son frecuentes y los casos van a más en los últimos 20 años. Para su control lo principal es la prevención, diagnóstico y tratamiento precoz.

Los adolescentes y jóvenes son la población con más riesgo de contagio por su estilo de vida y por su poca sensación de riesgo en las conductas sexuales. La educación sexual integral y la prevención son los medios centrales para evitar su transmisión, no realizar prácticas de riesgo, tener hábitos saludables y usar métodos anticonceptivos de barrera.

¿Cómo se adquieren las ITS?

Se transmiten por contacto sexual genital, anal, oral o directo de piel y mucosas. Es más fácil el contagio de hombre a mujer, que al contrario. Se debe a que el área de superficie y el tiempo de contacto con los gérmenes es mayor. Se suman otros factores que hacen que el cérvix, en jóvenes, tenga más riesgo de tener ciertas ITS. También es posible el contagio de las ITS por vía vertical (de la madre al recién nacido, durante el parto).

¿Qué síntomas dan las ITS?

Depende de la forma de contagio y del germen que se transmita. Hay ITS como la gonorrea, la sífilis, el virus del papiloma humano (VPH) o la clamidia, que producen síntomas locales en las zonas de contacto (úlceras, inflamación, secreción en pene o vagina, verrugas, etc.). Otras ITS, como la infección por el VIH, la sífilis o la gonorrea pueden producir síntomas generales también (malestar, fiebre, cansancio, poco apetito, etc). En las mujeres es más frecuente que en los hombres no tener síntomas.

Las ITS pueden producir problemas graves y secuelas a corto, medio y largo plazo (enfermedad inflamatoria pélvica, dolor pélvico crónico, relaciones sexuales dolorosas, infertilidad, embarazo ectópico, aborto, prematuridad, transmisión vertical al recién nacido, cáncer de cérvix). Esto puede darse aunque no haya dado síntomas. En la mujer es más difícil su diagnóstico, porque no suele presentar lesiones visibles. Hoy en día hay más casos de cáncer anal, pene y orofaríngeo en hombres que antes.

¿Cómo diagnosticar una ITS?

Detectar una ITS es difícil. Primero se hace una entrevista clínica en la que se pregunta por los síntomas que

puedan orientar sobre la causa de la infección. Tras ello, se pedirán las pruebas necesarias: cultivos de muestras (genital, faríngea o anal, según el tipo de práctica sexual mantenida), análisis de sangre, pruebas de imagen, etc. A veces requiere que se siga por distintos especialistas. Un mismo cuadro puede ser causado por distintos gérmenes, solo uno o varios, lo que dificulta el diagnóstico. Un mismo patógeno puede producir síndromes dispares. Es frecuente encontrar varias ITS en un mismo paciente, sobre todo si tiene úlceras genitales.

¿Cómo tratar las ITS?

Si la causa de la ITS es una bacteria, se trata con antibióticos por vía oral o intramuscular. Las ITS víricas se tratan con terapia que modifica la evolución de la enfermedad y ayudan a nuestro sistema inmune a controlarlas o curarlas (antivíricos, inmunomoduladores, etc.). A veces hay que operar algunas lesiones de la piel. Es crucial un correcto tratamiento y no pararlo antes de tiempo, para curar bien la enfermedad y no generar resistencias antibióticas.

¿Cómo prevenir el contagio de las ITS?

La prevención del contagio es lo más importante para controlar la expansión de la enfermedad. Hay que concienciar a los jóvenes a llevar una vida sexual sana evitando conductas sexuales de riesgo. Cualquier mujer o varón que tengan sexo pueden adquirir una ITS. Por ello es importante instruir a los jóvenes en el uso del preservativo, en evitar mantener relaciones sexuales con muchas personas en un mismo periodo de tiempo y en hacerse exámenes médicos si han tenido una relación sexual de riesgo.

Por ejemplo, una persona infectada por gonococo, causante de la gonorrea, tiene que comunicar a sus contactos sexuales la infección, para que estos se hagan pruebas médicas y reciban el tratamiento antibiótico, en caso de estar infectados. Aunque se haya tenido infección gonocócica en el pasado y se haya tratado, es posible volver a coger la infección.

Hay alguna ITS que puede prevenirse con una vacuna, como el VPH. Ponerse la vacuna no quita de que haya que seguir los mismos consejos para unas relaciones sexuales seguras.

RECURSOS ÚTILES

- Campaña Ministerio de Sanidad. Con las Infecciones de Transmisión Sexual #túdecidesloquecompartes.
- Vídeo "¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?". Canarias saludable.

Fecha de publicación: 22-12-2023

Autor/es:

- Ruth Villaverde Palacios. Diplomada en enfermería.. Centro de Salud García Lorca. Burgos.
- Carmelo Gutiérrez Abad. Pediatra.. Centro de Salud de las Huelgas. Burgos.

BY NC ND