

¿Qué son las enfermedades de transmisión sexual (ETS)?

Las ETS son enfermedades que se pasan de una persona a otra a través del contacto sexual. Estas incluyen la clamidia, la gonorrea, los herpes genitales, el virus del papiloma humano (VPH), la sífilis y el VIH. Muchas de estas enfermedades no tienen síntomas por un largo tiempo. Incluso sin síntomas, aún pueden hacer daño y transmitirse durante las relaciones sexuales.

¿Cómo se propagan las ETS?

Puede contraer una ETS al tener relaciones sexuales vaginales, anales u orales con alguien que tenga alguna de ellas. Cualquier persona sexualmente activa puede contraer una enfermedad de transmisión sexual. Ni siquiera es necesario hacer el acto sexual para contraer una ETS. Esto se debe a que algunas de estas enfermedades, como el herpes y el VPH, se propagan por el contacto de piel a piel.

¿Qué tan comunes son las ETS?

Las enfermedades de transmisión sexual son comunes, especialmente en las personas jóvenes. Cada año hay alrededor de 20 millones de casos nuevos de ETS en los Estados Unidos. Cerca de la mitad de estas infecciones se dan en personas de 15 a 24 años ya que tienen un mayor riesgo de contraer:

- El cuerpo de las mujeres jóvenes es biológicamente más propenso a las ETS.
- Algunas personas jóvenes no se hacen las pruebas de ETS recomendadas.
- Muchas personas jóvenes son reacias a hablar abierta y francamente sobre su vida sexual con un médico o pareja.
- No tener seguro o transporte puede dificultar el acceso de las personas jóvenes a las pruebas de ETS.
- Algunas personas jóvenes tienen más de una pareja sexual.

¿Qué puedo hacer para protegerme?

- La manera más segura de protegerte contra las enfermedades de transmisión sexual es no tener relaciones sexuales. Esto significa tener “abstinencia”. Está bien decir “no” si no deseas tener relaciones sexuales.
- Asegúrate de que tú y tu pareja usen un condón de principio a fin cada vez que tengan relaciones sexuales orales, anales o vaginales. No es seguro dejar de usar condones a menos que ambos se hayan hecho una prueba de ETS, sepan los resultados, y estén en una relación monógama mutua.
- La monogamia mutua significa que tanto tú como tu pareja están de acuerdo en tener contacto sexual solamente entre ustedes. Esto siempre y cuando ambos se hayan hecho pruebas de detección y sepan que no tienen ninguna de estas enfermedades.
- Antes de tener relaciones sexuales, habla con tu pareja sobre cómo vas a prevenir las ETS y el embarazo. También deberías hablar antes con tu pareja sobre lo que harás o no harás sexualmente. Tu pareja debe respetar siempre tu derecho a decir que no a cualquier cosa.
- Asegúrate de conseguir la atención médica que necesites. Pregúntale a tu médico sobre las pruebas de ETS y las vacunas contra el VPH y la hepatitis B.
- Habla con tu médico acerca de las pruebas de detección del cáncer de cuello uterino que se realizan periódicamente y las pruebas de clamidia y gonorrea. Quizás desees hablar también sobre el embarazo no planificado y los métodos anticonceptivos.
- Evita combinar el consumo de alcohol o drogas recreativas con las relaciones sexuales. Si consumes alcohol y drogas, tienes más probabilidades de adoptar conductas riesgosas, como no usar un condón o tener relaciones sexuales con alguien con quien normalmente no las tendrías.