

Infecciones de transmisión sexual

Resumen

Qué son, síntomas, cómo prevenir y tratar las infecciones de transmisión sexual. Información sobre pruebas y preservativos.

Hepatitis

Qué es

La hepatitis es una enfermedad causada por un virus que produce una inflamación en el hígado y puede generar epidemias, cáncer de hígado o cirrosis. Existen cinco tipos de hepatitis virales de las cuales tres son transmitidas por vía sexual (A, B y C).

Síntomas

A veces la enfermedad no presenta síntomas hasta varios años posteriores a la infección, pero para entonces el hígado puede estar severamente dañado.

Prevención

Tanto el virus que causa la hepatitis A y B se pueden prevenir con vacunas y son parte del esquema nacional.

Hepatitis B: recomendada para adultos no vacunados nacidos antes de 1987, especialmente si tienen múltiples parejas sexuales, antecedentes de ITS o si trabajan en el área de la salud.

Hepatitis A: recomendada para personas susceptibles (que no hayan tenido la infección) con mayor exposición al virus, nacidas antes de 2007, incluyendo a quienes mantienen prácticas oroanales.

Tratamiento

Las hepatitis B y C pueden transformarse en infecciones crónicas. Si estos sucede, ambas tienen tratamiento:

- La infección crónica por hepatitis B puede requerir tratamiento a largo plazo.
- La infección crónica por hepatitis C tiene alta probabilidad de curación con un tratamiento por pocos meses, que está disponible en Uruguay.

VIH

Qué es

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es un virus que ataca y debilita el sistema inmunológico al destruir las células encargadas de defender el organismo.

Se transmite a través de sangre, semen, secreciones vaginales y/o leche materna de la persona infectada. No se transmite por abrazar, besar o compartir objetos como agua o alimentos.

Las pruebas rápidas permiten detectar la infección con una gota de sangre del dedo en pocos minutos.

Prevención

Las estrategias clave incluyen el **uso correcto del preservativo**, los **controles regulares** de VIH y la detección y tratamiento de otras infecciones de transmisión sexual.

Existe la **profilaxis preexposición (Prep)**, antirretrovirales para personas VIH-negativas que se toman todos los días, y están recomendadas a las poblaciones que se consideren más expuestas o con mayor riesgo de contraer la infección. La Prep no previene otras ITS, por lo que se recomienda complementarla con preservativo, testeo y vacunas (de las infecciones para las que sí se cuenta con una).

Además, es crucial evitar compartir agujas y jeringas, ya que el VIH se transmite también por la sangre.

También existe la **profilaxis post exposición (PPE)** para personas que han tenido una relación sexual casual sin uso de preservativo o con rotura del preservativo. Esta consiste en tomar tratamiento antirretroviral durante 1 mes. Para ello es necesario consultar en el servicio de salud en las primeras 72-96 horas luego de ocurrida la infección.

Síntomas

Puede haber algunos síntomas inespecíficos y banales al inicio de la infección que desaparecen solos. Llegar a la fase avanzada del VIH con síntomas por la inmunodepresión puede tardar de 2 a 15 años en manifestarse.

Tratamiento

Si bien aún no hay una cura para el VIH, con tratamiento antirretroviral (TARV) se logra disminuir la carga del virus hasta hacerla indetectable. Por lo cual, mejora la calidad de vida de quienes viven con VIH y se evita la transmisión sexual de la infección.

I = I

Indetectable es igual a intransmisible.

Mpox

Qué es

La Mpox es una enfermedad causada por el virus de la viruela símica que provoca erupciones en la piel, especialmente en la cara, palmas de las manos, plantas de los pies y en zona genital o anal. Se transmite entre personas por contacto estrecho entre ellas o con objetos contaminados. En algunos casos, también puede pasar de animales infectados a personas.

En Uruguay se han reportado pocos casos importados, en personas procedentes del exterior.

Síntomas

Los síntomas pueden aparecer entre 1 y 21 días después del contacto y suelen durar entre 2 y 4 semanas. Pueden incluir fiebre, dolor de garganta, dolor de cabeza o muscular, ganglios inflamados, cansancio y una erupción con ampollas y costras que puede afectar la piel, los genitales, la boca o el ano.

Sin embargo, algunas personas no presentan síntomas, pero pueden transmitir la infección.

Es importante conocer la enfermedad y consultar rápidamente ante la duda, especialmente si tuviste contactos sexuales en el exterior o con personas que han viajado en los días previos.

Qué hacer en caso de sospecha

Si te aparecen lesiones como las descritas, especialmente si tuviste contactos sexuales en el exterior o con personas que han viajado en los días previos, consultá en tu prestador de salud y planteá tus dudas.

Mantené limpia la zona afectada, utilizá ropa holgada y de algodón y evitá mantener contactos sexuales hasta descartar el diagnóstico.

Prevención

La prevención primaria consiste en evitar el contacto con lesiones e higiene personal luego de una exposición. El uso de preservativo reduce el riesgo, pero la eficacia es menor respecto a otras ITS ya que no elimina el contacto con lesiones cutáneas en zonas no cubiertas.

La vacuna contra viruela símica - no disponible en la actualidad en Uruguay - está indicada en personas más expuestas a infecciones de transmisión sexual o luego de una exposición.

Tratamiento

El tratamiento consiste principalmente en el alivio de los síntomas hasta la resolución de la enfermedad.

Sífilis

Qué es

La sífilis es una infección bacteriana de transmisión sexual que se transmite por contacto con lesiones en la piel, genitales o boca.

Prevención

Se previene con el uso de preservativo durante las relaciones sexuales de todo tipo (genital, anal u oral).

Luego de una exposición con riesgo se puede recurrir a la toma de un antibiótico específico para la prevención (profilaxis post exposición).

Síntomas

Los síntomas de sífilis varían en las diferentes etapas. Generalmente empiezan 21 días después de la infección, aunque pueden aparecer en un plazo de entre 9 y 90 días. **Sin embargo, en muchos casos la sífilis no causa síntomas.**

Tratamiento

La sífilis tiene tratamiento curativo con penicilina, antibiótico accesible en cualquier prestador de salud. Sin embargo, si no se trata, puede persistir durante años y causar problemas graves de salud. Detectarla y tratarla a tiempo evita estas consecuencias.

Sífilis congénita

Qué es

Es la infección de sífilis del recién nacido que se transmite durante el embarazo a través de la placenta o el parto.

Prevención

Los controles y el test de sífilis previo y durante el embarazo previenen la transmisión de la sífilis al bebé. Ante un diagnóstico positivo es fundamental el tratamiento con penicilina de la gestante como de su pareja o parejas sexuales para evitar la reinfección.

Para evitar la transmisión de la sífilis entre la pareja es esencial el uso de preservativo durante las relaciones sexuales de todo tipo (genital, anal u oral).

Síntomas

Los bebés con sífilis congénita pueden no presentar síntomas o pueden tener manifestaciones de gravedad variable: sarpullidos, inflamación en órganos, anemia, problemas óseos y articulares, afecciones neurológicas, como ceguera, sordera y meningitis, retrasos del desarrollo y convulsiones.

En ocasiones, **algunos de estos síntomas solo se detectan más adelante en la vida.**

Tratamiento

La infección se puede curar durante la gestación con un tratamiento seguro y eficaz que deben realizarlo tanto la embarazada como su pareja o parejas sexuales.

Si la infección no se trata a tiempo puede causar abortos espontáneos, nacimiento prematuro del bebé con bajo peso o problemas de salud durante toda la vida.

La infección se puede volver a contraer luego del tratamiento si se tienen relaciones sexuales con personas infectadas sin usar preservativo.

Detectarla y tratarla a tiempo evita estas consecuencias.

HPV

Qué es

El Virus del Papiloma Humano (HPV) se transmite por contacto sexual: genital, oral o anal.

Infecta las mucosas y puede aparecer en los genitales, el ano o la boca.

Algunas cepas causan verrugas en el cuerpo, pero las de alto riesgo pueden provocar cáncer, especialmente en el cuello del útero, la vagina y la vulva. También puede provocar lesiones ano-rectales y cáncer en personas con prácticas sexuales anales.

Prevención

La transmisión del virus se previene con el uso de preservativo durante las relaciones sexuales de todo tipo (genital, anal u oral).

En cuanto al cáncer, la mejor forma de prevenirlo es mediante el test de HPV y la vacuna.

La **vacuna** es gratuita en todos los vacunatorios del país. Está indicada entre los 11 y los 26 años, para todas las personas. A partir de los 27, según el riesgo individual.

El **test del HPV** detecta el virus antes de que se convierta en cáncer y permite implementar acciones tempranas.

Está indicado a mujeres y su uso está condicionado a su edad y estado vacunal. Las indicaciones actuales son:

- Mujeres vacunadas antes de los 15 años: test de HPV a partir de los 25 años.
- Mujeres a partir de los 30 años que cuentan con PAP negativo vigente: una vez que pierda vigencia a los 3 años, pasan a realizarse test de HPV cada 5 años.

Síntomas

El HPV muchas veces no da síntomas.

Cuando sí, lo más común son verrugas genitales: bultitos ásperos, contagiosos, que pueden aparecer mucho tiempo después del contacto. Las cepas de alto riesgo suelen no dar señales hasta que progresan a cáncer.

Preservativos

Los preservativos son los **únicos dispositivos que protegen eficazmente contra las infecciones de transmisión sexual (incluido el VIH)** y que previenen los embarazos no deseados, por eso hablamos de doble protección.

Para ser eficaces en prevenir las ITS deben ser utilizados de manera correcta, sistemática y durante toda la relación sexual, sea sexo vaginal, anal u oral.

Es importante:

- Guardar los condones en un lugar fresco y seco.
- Leer las instrucciones del paquete y comprobar la fecha de vencimiento.
- Abrir el envase con cuidado para no rasgarlo con las uñas.
- Cerciorarse de que el condón no tenga defectos o roturas.
- Ponerse el condón antes de tener relaciones sexuales, cada vez.
- Usar el condón sólo una vez.
- Usar uno diferente para cada práctica sexual (ej. Oral, vaginal, anal)
- Si se usa lubricantes, deben ser a base de agua para evitar que se rompan.

Colocación del preservativo externo o masculino

1. Antes de colocarlo, fijarse que el preservativo tenga forma *desombbrero mejicano* (borde hacia afuera). Si la punta está hacia adentro o si se ve como una cúpula cerrada, no va a desenrollar bien.
2. Apretar bien la punta del condón al ponerlo para que no quede aire. Ahí es donde se va a depositar el semen.
3. Deslizar el condón hasta la base del pene erecto.
4. Al momento de quitarlo, hacerlo con el pene en erección.
5. Al sacarlo hacerle un nudo al condón y depositarlo en un recipiente para residuos
6. Recordar que el uso de lubricante en base acuosa favorece todo tipo de relación sexual (no vaselina ni aceites).

Colocación del preservativo interno o femenino

1. Sacar el preservativo y desenrollarlo completamente antes de usarlo. El aro más pequeño va dentro de la vagina.
2. Se lo dobla con dos dedos formando un "8" o una "U" para que quede más fino. Introducirlo en la vagina con los dedos hasta el fondo. Una vez colocado, el aro interno se abre solo y se acomoda.
3. Con un dedo empujar suavemente el resto del látex hacia adentro para que quede bien extendido. El aro más grande debe quedar por fuera, cubriendo los labios y la vulva.
4. Después de la relación sexual, girar el aro externo con cuidado para cerrarlo y evitar que el semen se derrame. Tirar suavemente hacia afuera para retirarlo.
5. Enrollar, hacerle un nudo si se prefiere, y desecharlo en un recipiente para residuos.
6. Recordar que puede colocarse hasta 8 horas antes de la relación y que el uso de lubricante también favorece la relación sexual.

Pruebas de diagnóstico de ITS

Las pruebas o test de diagnóstico permiten detectar infecciones de transmisión sexual. Muchas infecciones se cursan sin síntomas durante largos períodos de tiempo, por lo que testearse es fundamental para detectarlas a tiempo y acceder a los tratamientos.

Los test rápidos brindan respuesta en 15 a 20 minutos. Los que están disponibles en todos los servicios de salud, son los de sífilis y VIH. Con una gotita de sangre que se saca del dedo es posible realizar el diagnóstico primario de Sífilis y recibir el tratamiento de manera inmediata.

Con un test rápido reactivo de VIH, se realiza una extracción de sangre para confirmación del diagnóstico e iniciar rápidamente el tratamiento.

Para diagnóstico de hepatitis B y C, también existen pruebas rápidas pero aún no están ampliamente disponibles, por lo que para diagnosticar hepatitis virales es necesario una extracción de sangre para analizar en laboratorio.

La detección del Virus del Papiloma Humano (HPV) requiere una consulta médica. Mediante la toma de una muestra de células del cuello uterino con un cepillo, similar al test de Papanicolaou (PAP), se puede detectar la presencia de los tipos de HPV de alto riesgo antes de que haya lesiones malignas o premalignas. Un resultado positivo no significa tener cáncer, sino que requiere de un seguimiento médico.

Cualquiera de estos test son gratuitos en el subsector público de salud y con muy bajo costo en el subsector privado.