



Infecciones de
ITS transmisión sexual
sexu transmisiozko **STI**
infekzioak



Gobierno
de Navarra

Nafarroako
Gobernua

Infecciones de
ITS transmisión sexual
sexu transmisiozko STI
infekzioak

Coordinación Koordinatzaileak:

Instituto de salud Pública y Laboral,
Sección de Promoción de la Salud

Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren
Institutua, Osasuna Sustatzeko Atala

Autoras Egileak:

Iratxe Los Arcos Jiménez

Asun Roldan Arroniz

Feli Sanchez Inchausti

Ania Irazoqui Ceberio

**Revisión y aportaciones
Berrikuspena eta ekarpenak:**

Margarita Echaurre Ozcoide

Mikele Jauregui Elso

Arantxa Legarra Zubiria

**Profesionales del
Comité de Trabajo de ITS
STIetako lan-batzordeko
profesionalak****Fotografías, ilustraciones, diseño y maquetación Argazkiak, ilustrazioak, diseinua eta maketazioa:**

Alumnado del ciclo de grado medio de gráfica impresa. Escuela de arte y superior de diseño de Pamplona 2021

Iruñeko arte eta goi-mailako diseinu eskola. Grafika inprimatuko erdi-mailako zikloko ikasleak. 2021

Alumnado **Ikasleak** | Marco Atencia | Celeste Cabrera | Maitane Casanellas | Pablo Ciriaco | Vanesa García | Amal Kliliche | Ainhoa Loidi | Ane Mendiola | Sarah Navas | Andoni Obregón | Jeancarla Ramos | Katherin Ullauri | Alba Uriz | **Profesorado Irakasleak** | Patricia Martiartu | Paco Polán | Roberto Barbero

ÍNDICE AURKIBIDEA

1. Sexualidad saludable y segura Sexualitate osasuntsua eta segurua	4
2. ¿ITS, Qué son? STIak, Zer diren?	6
3. ¿Cómo se transmiten? Nola kutsatzen diren?	8
4. ¿Cómo se previenen? Nola prebenitzen diren?	10
5. La utilización de medidas preventivas Prebentzio neurrien erabilera	14
6. Tipos de ITS STI Motak	18
6.1. Clamidias Klamidiak	18
6.2. Gonorrea Gonorrea	20
6.3. Sífilis Sifilia	22
6.4. Trichomonas Trikomona	24
6.5. Virus del Papiloma Humano (VPH) Giza papilomaren birusa	26
6.6. Herpes Genital Genitaletako herpesa	28
6.7. Hepatitis B / Hepatitis C B hepatitis/ C Hepatitis	30
6.8. Otros Beste batzuk (onddoak, Gardnerella eta A hepatitis)	32
6.9. Ladillas Pubis-Zorriak	33
6.10. Virus de la inmunodeficiencia Human (VIH) Giza immunoeskasiaren birusa (GIBa)	34
7. Reconocer y Tratar una ITS Ezagutu eta tratatu STIa	36
8. ¿Donde Acudir? Nora Jo?	38

Sexualidad saludable y segura

Sexualitate osasuntsua eta segurua

Somos personas sexuadas, con un cuerpo sexuado, afectos sexuales, muchas formas de vivir la sexualidad y múltiples maneras de expresarla.

Cultivar nuestra sexualidad implica:

- Conocernos. Conociendo nuestro cuerpo, nuestros gustos/deseos y también lo que no nos gusta.
- Valorarnos. Eligiendo qué, cómo, cuándo, dónde y con quién.
- Respetar nuestro ritmo y el de la persona y/o personas con las que nos relacionamos. Diciendo lo que SÍ nos apetece y lo que NO. En todo MOMENTO podemos decir que SÍ y también que NO.

Pertsona sexudunak gara, gorputz sexudunarekin, afektu sexudunekin, sexualitatea bizitzeko modu ugariarekin eta sexualitatea adierazteko hainbat biderekin.

Gure sexualitatea lantzeak gauza hauek eskatzen ditu:

- Gure burua ezagutzea. Gure gorputza, gure gustuak/desioak eta gustatzen ez zaiguna ere ezagutuz.
- Geure burua balioestea. Zer, nola, noiz, non eta norekin hautatuz.
- Geure erritmoa eta harremanak ditugun pertsona eta/edo pertsonena errespetatzea. Zer egin NAHI dugun eta zer EZ esanez. UNEORO esaten ahal dugu BAIETZ eta baita EZETZ ere.

Existen una gran diversidad de prácticas eróticas que nos facilitan el encuentro, el disfrute, el placer como los besos, las caricias, los masajes, la masturbación, el coito vaginal, anal, oral...

Las prácticas sexuales seguras, saludables y respetuosas posibilitan que vivamos nuestras relaciones afectivas y sexuales con gusto, y sin malos rollos.

Cuidar nuestra vida sexual conlleva también prestar atención a las **Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)**, embarazos no deseados, otras violencias...

Para prevenir las ITS es importante reflexionar sobre las prácticas sexuales que realizamos o queremos realizar, qué son las ITS, cómo se transmiten y cómo prevenirlas, qué factores influyen en la toma de medidas preventivas y dónde acudir.

Jardunbide erotiko mota asko daude, topo egitea, gozatzea, plazera errazten dizkigutenak, hala nola musuak, laztanak, masajeak, masturbazioa, koito baginala, uzkialdekoa, ahozkoa...

Sexu jarduera seguru, osasuntsu eta adeitsuek gure harreman afektibo eta sexualak gustuarekin eta kontu txarrik gabe bizitzea ahalbidetzen dute.

Gure bizitza sexuala zaintzeak **sexu transmisiozko infekzioei (STI)**, nahi gabeko haurdunaldiei, bestelako indarkeriei... ere kasu egitea eskatzen du

STIak prebenitzeko garrantzitsua da egiten edo egin nahi ditugun sexu jardueri buruz hausnartzea; STIak zer diren, nola kutsatzen diren eta nola prebenitu, zer eragilek eragiten duten prebentzio neurriak hartzean eta nola jo.

Si quieres conocer más, sigue leyendo...

Gehiago jakin nahi izanez gero, segi irakurtzen...

ITS, ¿Qué Son?

Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) son infecciones causadas por bacterias, virus y/o parásitos que se transmiten a través de las prácticas sexuales cóitales sin protección (vaginal, anal y/u oral) con una persona que tiene la infección.

A veces se oye: "A mí no me va a pasar", "El SIDA es una leyenda urbana de los 80", sin embargo, las ITS son infecciones muy frecuentes que en los últimos años están aumentando.

Sexu Transmisiozko Infekzioak (STI) infekzioa duen pertsona batekin babesik gabeko koitozko sexu jardueren bidez (sexu baginala, uzkialdekoa eta/edo ahozkoa izanda) kutsatzen diren bakterioek, birusek eta/edo bizkarroiek eragindako infekzioak dira.

Batzuetan honelakoak entzuten dira: "Niri ez zait gertatuko", "HIESa 80etako hiri kondaira bat da", baina STIak infekzio oso ohikoak dira eta gora egiten ari dira azken urteotan.

STIak, Zer Diren?

Cualquier persona sexualmente activa que tenga o haya tenido **prácticas de riesgo** (relaciones cóitales tanto anal, oral y/o vaginal), puede tener una ITS, da igual la edad, la cultura, la etnia o el sexo.

Es importante hacer un diagnóstico precoz de estas infecciones ya que, si las detectamos a tiempo la mayoría tiene un tratamiento sencillo. En cambio, si dejamos que evolucionen, pueden producir complicaciones, como enfermedad inflamatoria pélvica, infertilidad, cánceres, etc.

También hay que saber que haberlas pasado una vez, no deja "protección" para nuevas infecciones, es decir, si sigo manteniendo alguna práctica de riesgo podría infectarme de nuevo.

La utilización de medidas preventivas en las prácticas sexuales de riesgo evita su transmisión.

Arriskuko jarduerak (koitozko harremanak, uzkialdekoak, ahozkoak eta/edo baginalak) dituen edo izan dituen pertsona sexualki aktibo orok izaten ahal du STI bat, adina, kultura, etnia edo sexua zein diren ere.

Garrantzitsua da infekzio horien diagnostiko goiztiarra egitea, garaiz detektatzen baditugu, gehienek tratamendu erreza baitute. Eboluzionatzen uzten badiegu, aldiz, konplikazioak sortzen ahal dituzte, hala nola pelbiseko gaixotasun inflamatorioa, antzutasuna, minbiziak, eta abar.

Halaber, jakin behar da halakoak behin pasatzeak ez duela "babesik" uzten infekzio berrien aurrean, alegia, arriskuko jardueraren bat izaten jarraitzen badut berriro infekta ninteke.

Arriskuko sexu jardueretan prebentzio neurriak erabiltzeak haien transmisioa ekiditen du.

Las ITS se pueden prevenir y tratar.

STIak prebenitzen eta tratatzen ahal dira.

¿Cómo se transmiten?

Las ITS se transmiten mayoritariamente a través de la sangre, semen y / o flujo vaginal en las relaciones de penetración vaginal, anal u oral, sin utilización de las medidas preventivas (uso de preservativos o láminas de látex) con una persona que tiene la infección.

Se puede pasar de madre a hijo o hija durante el embarazo, en el parto o, como ocurre en el caso de VIH, a través de la lactancia materna.

STIak gehien bat odolaren, haziaren eta / edo baginako jarioaren bitartez kutsatzen dira bagina, uzki edo ahozko sarketa duten harremanetan, infekzioa duen pertsona batekin prebentzio neurririk (kondoiak edo latexezko laminak) hartzen ez denean.

Haurdunaldian amak seme edo alabari kutsatzen ahal dizkio, erditzean edo, GIBaren kasuan gertatzen denez, amaren edoskitzearen bidez.

Nola kutsatzen diren?

En algunas ITS (VIH, hepatitis B, hepatitis C...) se puede transmitir también por sangre al compartir agujas, jeringuillas y objetos cortantes de uso personal.

No se transmiten a través de otras prácticas sexuales como besos, abrazos, caricias, masajes, masturbación, etc.

Tampoco se transmiten por hábitos del día a día como pueden ser saludarse, compartir utensilios, cubiertos, vasos... , compartir inodoros y/o duchas, tos, picaduras de insectos...

A veces pensamos que no es posible contraer una ITS en la primera relación sexual con penetración, si orinamos o nos lavamos después de ella, durante el embarazo, si tomo la píldora anticonceptiva, etc. La transmisión siempre es posible si la práctica es de riesgo.

Existe la creencia de que al tener pareja estable y/o haber tenido a lo largo de nuestra vida diferentes parejas estables, no existe riesgo de ITS. La prevención de las ITS siempre va a depender de las medidas preventivas que utilicemos en nuestras relaciones sexuales no de la estabilidad de nuestras relaciones.

STI batzuetan (GIBa, B hepatitis, C hepatitis...) odolaren bidez ere kutsatzen ahal da, orratzak, xiringak eta erabilera pertsonaleko objektu ebakitzailak partekatzean.

Ez dira kutsatzen beste sexu jarduera batzuen bidez, hala nola musuak, besarkadak, laztanak edo masajeak emanez, masturbatuz...

Halaber, ez dira kutsatzen eguneroko ohituren bidez, hala nola elkar agurtuz, lanabesak, mahai-tresnak, edalontziak... partekatuz, komunak eta/edo dutxak partekatuz, eztularen edo intsektuen ziztaden bidez...

Batzuetan uste dugu ezinezkoa dela STI bat sarketa duen lehenengo sexu harremanean, ondoren txiza egin edo garbitzen bagara, haurdunaldian, pilula antikonzeptiboa hartzen badut, eta abar. Jarduera arriskukoa bada beti da posible kutsatzea.

Batzuek uste dute bikotekide egonkorra izanda eta/edo gure bizitzan zenbait bikotekide egonkor izanda, ez dagoela STI bat izateko arriskurik. STIen prebentzioa gure sexu harremanetan erabiltzen ditugun prebentzio neurrien araberakoa izanen da beti, ez gure harremanen egonkortasunaren araberakoa.

El sexo seguro con todas las parejas y todos los contactos sexuales evita la transmisión de las ITS.

Bikotekide eta sexu kontaktu guztiekin sexu segurua izateak ekiditen du STIak kutsatzea.



Nola prebenitzen diren? ¿Cómo se previenen?

Existen muchas maneras de expresar la sexualidad. La prevención de ITS implica optar por una sexualidad amplia, placentera, satisfactoria y sin riesgos.

Los diferentes sentidos, vista, tacto, gusto, oído y olfato nos ayudan a disfrutar del cuerpo y a una vivencia positiva de la sexualidad. Nuestra geografía sexual, además de los genitales tiene zonas erógenas privilegiadas llenas de espacios y recodos por explorar.

Sexualitatea adierazteko modu asko dago. STIen prebentzioak sexualitate zabala, atsegingarria, ona eta arriskurik gabea aukeratzea dakar.

Bost zentzumenek, ikusmenak, ukimenak, dastamenak, entzumenak eta usaimenak laguntzen digute gorputzaz disfrutatzen eta sexualitatearen bizipen positiboa izaten. Gure geografía sexualak, genitalez gain, baditu gune erogeno pribilegiatuak ere; esploratzeko eremu eta txokoz bete da.

No todas las prácticas sexuales tienen riesgo. Las prácticas sin riesgo previenen las ITS y además nos permiten conocernos y conocer y experimentar el placer y el disfrute en el encuentro.

Para las prácticas sexuales que conllevan riesgos, existen medidas preventivas que son eficaces, es decir que evitan la transmisión de las ITS. Entre ellas tenemos el preservativo masculino o de uso externo, el femenino o de uso interno, las láminas de latex.

Sexu jarduera guztiek ez dute arriskua. Arriskurik gabeko jarduerak STIak prebenitzen dituzte eta gainera aukera ematen digute geure burua hobeki ezagutu eta topaketan plazera eta gozamena ezagutzeko.

Arriskuak dakartzaten sexu jardueretarako, prebentzio neurri eraginkorrak daude, hots, STIak kutsatzea ekiditen dutenak. Besteak beste, gizonen preserbatiboa edo kanpoko erabilerakoa, emakumeena edo barruko erabilerakoa eta latexeko laminak dauzkagu.

En su utilización nos ayudará conocer, que cada preservativo se usa una sola vez, que no se recomienda utilizar dos juntos y tampoco uno masculino o de uso externo, y otro femenino o de uso interno, ya que con el roce pueden romperse. Los lubricantes de base en agua facilitan la lubricación evitando las roturas, siendo el empleo del preservativo más eficaz.

Para practicar sexo oral (boca-vulva y boca-ano) seguro tenemos las láminas de látex y para el sexo oral (boca- pene) seguro existen los preservativos masculinos de uso externo también de sabores.

Haiek erabiltzean, lagungarria izanen da jakitea preserbatibo bakoitza behin baino erabiltzen ez dela, ez dela gomendatzen bi batera erabiltzea, ezta gizonen edo kanpoko erabilerako bat, eta emakumeen edo barruko erabilerako beste bat ere, marruskadurarekin apurtu daitezkeelako. Ur oinarriko labaingarriek labaintzea errazten dute apurketak saihestuz, eta preserbatiboaren erabilera eraginkorragoa da.

Eta ahozko sexu segurua egiteko (ahoa-zakila) gizonen preserbatiboak edo kanpoko erabilerakoak ditugu, baita ere zapozkoak.

Si utilizamos y compartimos juguetes sexuales para las prácticas sexuales de penetración, es importante utilizar un preservativo para cada persona.

A su vez, se recomienda lavar los juguetes con agua y jabón, después de cada uso.

Si en un momento determinado no tenemos medidas preventivas, podemos buscar múltiples alternativas para pasárnoslo bien y sin riesgo, aplazando las prácticas coitales para otro encuentro.

Sarketako sexu jardueretarako sexu jostailuak erabili eta partekatzen baditugu, garrantzitsua da pertsona bakoitzarentzat preserbatibo bat erabiltzea.

Era berean, jostailuak ur eta xaboiarekin garbitzea gomendatzen da, erabilera bakoitzaren ondoren.

Une jakin batean prebentzio neurririk ez badaukagu, hainbat aukera bilatzen ahal ditugu ongi pasatzeko eta arriskurik gabe, koito jarduerak beste topaketa baterako atzeratuz.

La sexualidad es mucho más que el coito.

Sexualitatea koitoa baino anitzez gehiago da.



La utilización de medidas preventivas

Prebentzio neurrien erabilera

Existen importantes razones para usar las medidas preventivas y en especial el preservativo, entre ellas:

1. Son muy efectivas como protección del VIH y otras ITS.
2. Es uno de los métodos anticonceptivo para evitar embarazos no deseados.
3. Para la mujer, es un método de prevención del cáncer de cérvix.
4. Al proporcionar seguridad a la relación, favorece explorar, reconocer la propia vivencia sexual, relacionarse, disfrutar...
5. Favorece el cuidarse y cuidar a las otras personas.
6. No tiene contraindicaciones ni efectos secundarios.
7. No interfiere en el funcionamiento del cuerpo de la mujer.
8. Una vez que se aprende cómo utilizarlo, su uso es sencillo.

Arrazoi garrantzitsuak daude prebentzio neurriak eta batez ere preserbatiboa erabiltzeko, hala nola:

1. Oso eraginkorrak dira GIB eta beste STI batzuetatik babesteko.
2. Metodo antikonzeptiboetako bat da nahi gabeko haurdunaldiak saihesteko.
3. Emakumearentzat, umetoki-lepoko minbizia prebenitzeko metodo bat da.
4. Harremanari segurtasuna ematen dionez, norberaren sexu bizipena miatzea, ezagutzea, harremanak izatea, gozatzea... errazten du.
5. Nork bere burua eta beste pertsonak zaintzea errazten du.
6. Ez dauka ez kontraindikaziorik ez bigarren mailako ondorioz.
7. Ez du oztopatzen emakumearen gorputzaren funtzionamendua.
8. Behin nola erabili ikasi, erraza da erabiltzen.



El preservativo, aun siendo una medida preventiva muy eficaz, a veces no se utiliza al atribuírsele connotaciones negativas como “disminución del placer”, “corta rollos”, “me da vergüenza ir a comprarlo”, “si lo llevo, parece que estoy con mucha necesidad y estoy muy disponible” y otros aspectos como “yo confío en él/ ella”, “yo le conozco y es una persona y/o personas sanas”.

Preserbatiboa, prebentzio neurri oso eraginkorra izan arren, batzuetan ez da erabiltzen ñabardura negatiboak egozten zaizkiolako, hala nola “plazera murriztea”, “giroa moztea”, “lotsa ematen dit erostera joatea”, “eramaten badut, badirudi premia handia dudala eta oso prest nagoela” eta beste alderdi batzuk, hala nola “ez dut konfiantzarik berarengan”, “ezagutzen dut eta pertsona oso osasuntsua eta/edo osasuntsuak dira”.

Conocer y saber utilizar las medidas preventivas, junto con haber pensado y planificado como protegernos y cuidarnos ante una posible relación, aumenta la conciencia de riesgo y facilita que las utilicemos.

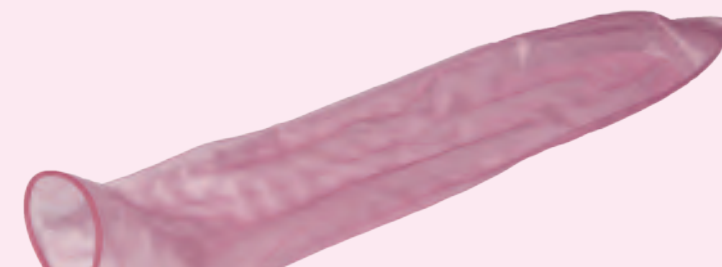
Seguramente en la medida en la que vayamos viviendo relaciones afectivo-sexuales, iremos aprendiendo y sintiendo mayor familiaridad en aspectos como la anticipación, su compra, la comunicación y su uso.

La comunicación, el consentimiento, el placer compartido, el autocuidado y el cuidado mutuo, nos facilitan establecer relaciones igualitarias y saludables.

Prebentzio neurriak ezagutzeak eta erabiltzen jakiteak, balizko harreman baten aurrean geure burua nola babestu eta zaindu pentsatu eta planifikatu izanarekin batera, arriskuaren kontzientzia areagotu eta haiek erabiltzea errazten dute.

Seguruenik, harreman afektibo-sexualak bizitzen ditugun heinean, ikasiko dugu eta ezagunagoak egingen zaizkigu zenbait alderdi, hala nola aurrekustea, haiek erostea, komunikatzea eta haiek erabiltzea.

Komunikazioak, adostasunak, plazer partekatutak, autozainketak eta elkar zaintzeak, berdintasuneko harreman osasungarriak ezartzea errazten digute.



Por ti y por las demás personas disfruta con responsabilidad.

Zugatik eta beste pertsonengatik, erantzukizunez gozatu.

Tipos de ITS STI motak

6.1. Clamidias Klamidiak

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual producida por la bacteria Chlamydia trachomatis.

Chlamydia trachomatis bakterioak eragindako sexu transmisiozko infekzio bat.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

Casi no da síntomas, por lo que se puede tener e infectar sin saberlo y cuando los da, pueden aparecer incluso dos o tres semanas después de la práctica de riesgo. Estos pueden ser:

- Cambio en el color o el aumento del flujo vaginal.
- Secreción en el extremo del pene.
- Dolor/picor/ardor al orinar.
- Sangrado entre reglas o reglas con más cantidad.
- Sangrado o dolor durante las relaciones sexuales cóitales.
- Dolor o malestar en el abdomen.
- Dolor o molestias en testículos.
- Secreción y/o dolor en el recto y la garganta.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Muestra de la zona genital.
- A veces muestra de orina.
- Alde genitaleko lagina.
- Batzuetan gernu lagina.

Ez du ia sintomarik ematen eta beraz, jakin gabe eduki eta kutsa daiteke, eta sintomak ematen dituenean, arriskuko jarduera baino bi edo hiru aste geroago ere ager daitezke. Hauek izan daitezke:

- Baginako jarioaren kolorea aldatzea edo areagotzea.
- Jariakina zakilaren muturrean.
- Mina/azkura/erremina txiza egitean.
- Odol jarioak hilekoen artean edo hileko oparagoak.
- Odol jarioak edo mina koitoko sexu harremanetan.
- Mina edo ondoeza abdomenean.
- Mina edo ondoeza barrabiletan.
- Jariakina eta/edo mina ondestean eta eztarrian.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- Antibióticos.
- Antibiotikoak.

Esta infección es más frecuente en personas jóvenes.

Infekzio hau ohikoagoa da gazteengan.

6.2. Gonorrea Gonorrea

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual producida por la bacteria *Neisseria Gonorrhoeae*.

Neisseria gonorrhoeae bakterioak eragindako sexu transmisiozko infekzio bat.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

A veces no provoca síntomas (especialmente en recto o garganta) o son tan leves que se confunden con otras infecciones.

Puede producir:

- Cambio en el color o en la cantidad del flujo vaginal.
- Secreción amarillenta, blanca, verde o con sangre por el pene.
- Dolor/picor/ardor al orinar.
- Dolor/picor en el ano o al ir al WC.
- Sangrado entre reglas.
- Dolor o malestar en el abdomen.
- En ocasiones dolor testicular.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Muestra de la zona genital, faríngea o anal.
- A veces muestra de orina.
- Alde genitaleko, faringeko edo uzkiko lagina.
- Batzuetan gernu lagina.

Batzuetan ez du sintomarik eragiten (batez ere ondestean edo eztarrian) edo hain dira arinak ezen beste infekzio batzuekin nahasten diren.

Hauek eragiten ahal ditu:

- Baginako jarioaren kolorea edo kantitatea aldatzea.
- Jariakin horixka, zuria, berdea edo odoltsua zakiletik.
- Mina/azkura/erremina txiza egitean.
- Mina/azkura uzkian edo komunera joatean.
- Odol jarioak hilekoen artean.
- Mina edo ondoeza abdomenean.
- Batzuetan barrabiletako mina.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- Antibióticos.
- Antibiotikoak.

Según las practicas sexuales puede afectar también al recto o a la garganta.

Sexu jardueren arabera ondesteari edo eztarriari ere eragiten ahal die.

6.3. Sífilis Sifilia

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual producida por la bacteria *Treponema pallidum*.

Treponema pallidum bakterioak eragindako sexu transmisiozko infekzio bat.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

La infección tiene diferentes fases con diferentes síntomas en cada una:

Infekzioak zenbait fase dauzka eta zenbait sintoma haietako bakoitzean:

2-3 Semanas / Asteak

Primaria / Lehen Fasea

CHANCRO

(úlceras/lagas) en pene, vulva, vagina o ano.

TXANKROA

(últzera/zauria) zakilean, aluan, baginan edo uzkian

3-6 Semanas / Asteak

Secundaria / Bigarren Fasea

- Erupción en piel.
- Inflamación en zona
- Otros...

(Es altamente transmisible)

- Erupzioa azalean
 - Hantura alde horretan
 - Beste batzuk
- (Oso kutsakorra da)

Años / Urteak

Latente / Latente Fasea

No síntomas
Sintomarik gabe

Años / Urteak

Terciaria / Hirugarren Fasea

Problemas graves neurológicos, cardíacos y en huesos.

Urteak- Hirugarren fasea. Arazo larriak, neurologikoak, kardiakoak eta hezurretan.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Muestra de la zona genital (chancro).
- Análisis de sangre.
- Alde genitaleko lagina (txankroa).
- Odol analisisa.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- Antibióticos.
- Antibiotikoak.

Cuanto antes te trates más fácil es su curación.

Zenbat eta arinago artatu errazagoa da hura sendatzea.

Trikomona

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual producida por el parásito *Trichomonas vaginalis*.

Trichomonas vaginalis bizkarroiak eragindako sexu transmisiozko infekzio bat.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

- Secreción que puede ser transparente, blanca, amarillenta o verdosa procedente de la vagina con mal olor.
- Secreción por el pene.
- Picor y/o irritación dentro del pene o en la zona de los genitales.
- Ardor después de orinar.
- Ardor al eyacular.
- Puede provocar molestias al tener relaciones sexuales coitales.
- Gardena, zuria, horixka edo berdexka izan daitekeen jariakina, baginatik usain txarrez datorrena.
- Jariakina zakiletik.
- Azkura eta/edo narritadura zakilaren barruan edo genitalen aldean.
- Erremina txiza egin ondoren.
- Erremina eiakulatzean.
- Ondoeza eragin dezake koitoko sexu harremanak izatean.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Muestra de la zona genital.
- A veces muestra de orina.
- Erasandako alde genitaleko lagina.
- Batzuetan gernu lagina.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- Antibióticos.
- Antibioiotikoak.

Esta ITS puede no dar síntomas sobre todo en el caso de las mujeres.

Batzuetan STI honek ez du sintomarik eragiten, batez ere emakumeen kasuan.

6.5. Virus del papiloma humano Giza papilomaren birusa

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual viral contagiosa producida por el Virus del Papiloma Humano. Este virus se relaciona con el cáncer de cuello de útero o pene.

Sexu transmisiozko infekzio biriko kutsakorra, giza papilomaren birusak eragindakoa.

Birus hori umetoki-lepoko edo zakileko minbiziari lotzen zaio.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

Puede no tener síntomas. En otros casos, meses después del contagio sexual aparecen unas lesiones o verrugas en la vulva, vagina, cuello uterino, pene o ano que pueden ser asintomáticas o provocar picor o escozor.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Exploración visual.
- Muestra de la zona genital.
- Begi miaketa.
- Alde genitaleko lagina.

Batzuetan ez du sintomarik. Beste kasu batzuetan, sexu harremanen bidez kutsatu eta hilabete batzuetara, lesio edo garatxo batzuk agertzen dira aluan, baginan, umetoki-lepoan, zakilean edo uzkian. Batzuetan ez dute sintomarik; beste batzuetan, berriz, azkura edo erresumina eragiten dute.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- En caso de existir verrugas, el tratamiento consistiría en quitarlas. Para PREVENIR la infección existe una vacuna eficaz.
- Garatxorik balego, tratamendua haiek kentzea litzateke.
- Infekzioa PREBENITZEKO txerto eraginkor bat dago.

El mejor tratamiento es la prevención, mediante la vacunación.

Tratamendurik onena prebentzioa da, txertoaren bidez.

Herpes Genital Genitaletako Herpesa

¿Qué es? Zer da?

Infección de transmisión sexual causada por el Virus herpes simple tipo 2.

Herpes sinplearen birusak eragindako sexu transmisiozko infekzioa (2. mota).

0

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

Puede provocar úlceras, hormigueo, picor, ardor y/o ampollas en las zonas afectadas.

Ultzerak, inurridura, azkura, erremina eta/edo babak eragiten ahal ditu erasandako aldeetan.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Exploración visual.
- Muestra de la zona genital.
- Begi miaketa.
- Alde genitaleko lagina.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

- Medicación y cremas específicas.
- Medikazioa eta berariazko kremak.

Si tienes alguno de estos síntomas no los dejes para mañana, consúltalo.

Sintoma hauetakoren bat badaukazu ez ezazu biharko utzi, kontsulta ezazu.

6.7. Hepatitis B / Hepatitis C B Hepatitisa / C Hepatitisa

¿Qué es? Zer da?

Infección producida por un virus que se transmite por la sangre, el semen o secreciones vaginales o durante el embarazo.

Odolaren, haziaren edo baginaren jariakinen bidez edo haurdunaldian kutsatzen den birus batek eragindako infekzioa.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Análisis de sangre.
- Odol analisia.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

Hepatitis B: habitualmente no provoca síntomas.

A veces produce malestar general, pérdida de apetito, náuseas, dolor abdominal...

Hepatitis C: puede no provocar síntomas.

Puede generar cansancio, depresión, náuseas, diarrea...

B hepatitisa: normalean ez du sintomarik eragiten.

Batzuetan ondoez orokorra, apetitu galera, goragaleak, abdomeneko mina... eragiten ditu.

C hepatitisa: batzuetan ez du sintomarik eragiten.

Nekea, depresioa, goragaleak, beherakoa... eragiten ahal ditu.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

Hepatitis B:

- No existe tratamiento específico.
- Para este tipo de hepatitis existe vacunación con 3 dosis.

Hepatitis C:

- Medicación que dura entre 24-48 semanas.

B hepatitisa:

- Ez dago berariazko tratamendurik.
- Hepatitis mota horretarako txertoa dago, 3 dosikoa.

C hepatitisa:

- 24-48 asteko medikazioa.

La vacunación y el uso del preservativo son las claves para la prevención.

Txertoa eta preserbatiboa erabiltzea funtsezkoak dira prebenitzeko.

6.8. **Otros (Hongos, Gardnerella y Hepatitis A)** **Beste Batzuk (onddoak, Gardnerella eta A hepatitis)**

No se pueden considerar como ITS, ya que su forma de contagio más frecuente no son las relaciones sexuales.

Aunque la transmisión de persona a persona, sí que puede darse por esta vía. Se recomienda la vacunación de hepatitis A en hombres que tienen sexo con hombres.

Ezin dira STItzat hartu, sexu bidez baino maizago beste modu batean kutsatzen baitira.

Baina pertsona batek bide horretatik kutsatzen ahal dio beste bati. Gizonekin sexua duten gizonen kasuan A hepatitisaren txertoa gomendatzen da.

6.9. **Ladillas** **Pubis-Zorriak**

Pequeños parásitos o piojos (pediculus pubis) que se adhieren a la piel de la zona genital o al pelo.

Provoca picor o escozor en la zona.

Se tratan con champús y cremas especiales. En ocasiones se precisa rasurado de la zona. Se aconsejan también medidas de higiene personal (lavado de ropas, sábanas, no compartir toalla...).

Genitalen aldeko azalari edo ileari itsasten zaizkion bizkarroi edo zorri txikiak (Pediculus pubis).

Azkura edo erresumina eragiten ditu alde horretan.

Xanpu eta krema bereziak daude haiek tratatzeko. Batzuetan aldea soildu behar da. Komeni dira, halaber, higiene neurriak (arropa eta maindireak garbitzea, toalla ez partekatzea...).

6.10. Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) Giza Immunoeskasiaren Birusa (GIBa)

¿Qué es? Zer da?

VIH: Infección asintomática producida por un virus conocido como Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH).

SIDA: Es aquella persona infectada por el virus que presenta síntomas o enfermedades relacionadas por una inmunidad debilitada.

GIBa: Sintomarik gabeko infekzioa, giza immunoeskasiaren birusa (GIB) deritzon birusak eragindakoa.

HIEsa: Birusa eramanik, sintomak edo immunitate ahulduari lotutako gaitzak dituen pertsona.

¿Qué síntomas tiene? Zer sintoma dauka?

VIH: muchas personas no presentan ningún síntoma al infectarse, de presentarse, son similares a un cuadro gripal y suelen desaparecer en un plazo breve.

SIDA: cuadro cínico por enfermedades relacionadas con la disminución de las defensas.

GIBa: jende askok ez dauka sintomarik infektatzean; agertuz gero, koadro gripal baten antzekoak dira eta berehala desagertu ohi dira.

HIEsa: defentsak urritzeari lotutako gaixotasunen ondoriozko koadro klinikoa.

¿Cómo se diagnostica? Nola diagnostikatzen da?

- Análisis de sangre.
- Pruebas rápidas: muestra de saliva o de sangre.
- Odol analisisia.
- Azterketa azkarrak: listu edo odol lagina.

¿Cuál es su tratamiento? Zer tratamendu dauka?

Es un tratamiento eficaz de un solo comprimido al día, que prácticamente no presenta síntomas adversos. Este tratamiento consigue controlar el virus.

Eguneko pilula bakar bateko tratamendu eraginkorra da, kontrako sintomarik eragiten ez duena ia. Tratamendu horrek birusa kontrolatzea lortzen du.

Ten en cuenta... Kontuan izan...

El estigma y la discriminación asociados a esta enfermedad sigue existiendo. Esto conlleva que la persona afectada y su entorno sigan sufriendo y provoca que las personas infectadas no lo compartan en sus entornos y vivan esta infección en soledad.

Oraindik daude gaixotasun horri lotutako estigma eta bazterkeria. Horren ondorioz, erasandako pertsonak eta haren ingurukoek sufritzen jarraitzen dute, eta infektatutako pertsonak ez dute euren inguruneetan haren berri ematen eta bakarrik bizi dute infekzioa.

Eliminar el estigma favorece su prevención, diagnóstico y tratamiento.

Estigma ezabatzeak haren prebentzioa, diagnostikoa eta tratamendua errazten ditu.



Reconocer y tratar una ITS

¿Qué es? Zer da?

Las ITS muchas veces no tienen síntomas evidentes. Otras pueden provocar picor, flujo maloliente, dolor al orinar, malestar... Estos síntomas pueden aparecer después de las prácticas sexuales de riesgo o tiempo más tarde.

Askotan STIek ez dute ageriko sintomarik. Beste batzuetan azkura, usain txarreko jarioa, mina txiza egitean, ondoeza... eragiten ahal ditu. Sintoma horiek arriskuko sexu jardueren ondoren edo denbora iragan ondoren agertzen ahal dira.

Ezagutu eta tratatu STIa

Conocer tu cuerpo te ayudará a identificar estos síntomas. Si sospechas no dudes en acudir a tu centro de referencia (ver página siguiente).

Cuando conozcamos que tenemos una ITS es importante informar a nuestra pareja/parejas y/o contactos sexuales, de esta manera podemos parar la cadena de transmisión mantener y mejorar la salud de todos y todas.

Acudir a los servicios sanitarios y tomar el tratamiento adecuado, lo antes posible, nos ayudará a solucionar el problema.

Tener una infección implica cuidarnos y utilizar las medidas preventivas para de esta manera seguir disfrutando de nuestras relaciones sexuales.

Zure gorputza ezagutzeak sintoma horiek identifikatzen lagunduko dizu. Susmorik baduzu ez egin zalantzarik eta zoaz zure erreferentziako zentrora (ikus hurrengo orrialdea).

STI bat dugula dakigunean garrantzitsua da gure bikotekideari/ei eta/edo gure sexu kontaktuei haren berri ematea; horrela kutsatzeko katea geratu eta guztien osasuna mantentzen eta hobetzen ahal dugu.

Ahalik eta lasterren osasun zerbitzuetara jo eta tratamendu egokia hartzeak arazoa konpontzen lagunduko digu.

Infekzio bat izateak geure burua zaintzea eta prebentzio neurriak erabiltzea esan nahi du, horrela gure sexu harremanez gozatzen jarraitzeko.

Si hemos tenido prácticas de riesgo se recomienda hacerse la prueba.

Arriskuko jarduerak izan baditugu azterketa egitea gomendatzen da.

¿Dónde acudir? Nora jo?

Y si hemos tenido una o varias prácticas sexuales de riesgo o sospechamos que podemos tener una ITS, no dudes en acudir a:

Eta arriskuko jarduera bat edo batzuk izan baditugu edo STI bat izaten ahal dugula susmatzen badugu, hauetara jotzen ahal duzu:

8.1. Tu Centro de Salud o Centro de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva Zure osasun zentrora edo Sexu eta Ugalketa Osasunaren Arretarako Zentrora

ANDRAIZE-TXANTREA

Avda. San Cristóbal, s/n. Recinto Hospital Psiquiátrico.
San Kristobal etorbidea, z.g.
Ospitale Psikiatrikoaren barrutia.
Tel.: 848 42 27 66/61

BARAÑÁIN

C/Caimito de Guayabal, s/n.
Caimito de Guayabal k., z.g.
Tel.: 948 19 86 56

BURLADA

Centro de Salud Osasun Etxea
C/La Fuente s/n. Iturriko k. z.g.
Tel.: 948 13 66 58

BUZTINTXURI

Centro de Salud Osasun Etxea
Avda. Guipúzcoa 39, planta baja.
Gipuzkoa etorbidea, 39, beheko solairua.
Tel.: 948 13 90 94

ELIZONDO

Centro de Salud Osasun Etxea
C/Joaquín Iriarte, 4. Joaquín Iriarte k., 4.
Tel.: 948 58 18 35

ENSANCHE-CASCO VIEJO

Centro de Salud Osasun Etxea
C/Aoiz, 35. Agoitz k., 35.
Tel.: 848 42 90 87 - 848 42 91 85

ERMITAGAÑA

Recinto Hospital de Navarra.
Nafarroako Ospitalea.
Avda. Barañáin s/n. Barañáingo etorb. z.g.
Tel.: 848 42 27 15

ESTELLA

Hospital García Orcoyen
García Orcoyen Ospitalea
Sta. Soria, 22. Sta. Soria, 22.
Tel.: 848 435 270 / 689 57 54 56

ETXARRI-ARANATZ

Centro Salud Osasun Etxea
C/Larrañeta, s/n. Larrañeta k., z.g.
Tel.: 948 56 70 63

ITURRAMA-SAN JUAN

C/Iturrama, 9 - Entreplanta.
Iturrama, 9, behegaina.
Tel.: 948 19 83 33 - 34

LODOSA

Centro de Salud. Osasun etxea.
Subunidad de A. Mujer
Emakumeari laguntzeko Azpiatala
C/Los Fueros s/n.
Los Fueros k., z.g.
Tel.: 948 662 400 / 689 57 54 56

MILAGROSA-AZPILAGAÑA

Centro Salud Azpilagaña
Azpilagañako Osasun Etxea
C/Luis Morondo, 1.
Luis Morondo k., 1.
Tel.: 948 29 02 28

SAN ADRIÁN

Centro de Salud. Osasun etxea.
Subunidad de A. Mujer
Emakumeari laguntzeko Azpiatala
C/La Paz, 1. La Paz k., 1.
Tel.: 948 672 106

SANGÜESA

Centro Salud Paseo de Cantolagua, s/n.
Osasun Etxea Cantolagua pas, z.g.
Tel.: 948 87 14 40

SARRIGUREN

Centro Salud Avda España, 5.
Osasun Etxea Espainia etorb., 5.
Tel.: 948 19 50 55

TAFALLA

Centro de Salud. Osasun Etxea
C/San Martín de Unx, 11.
San Martín Unx, 11.
Tel.: 948 70 39 19

TUDELA

Centro de Salud Santa Ana
Santa Ana Osasun
C/Juan Antonio Fernández, 12 - 3ª planta.
Juan Antonio Fernández k., 12 - 3.
solairua.
Hospital Reina Sofía. Ctra. Tarazona, Km 4.
Reina Sofía Ospitalea. Tarazona, 4 km.
Tel.: 948 848 120

8.2. Asociaciones Elkartek

ASOCIACIÓN ABIATZE ELKARTEA

C/ Estafeta 5, 5º. Pamplona
Estafeta k., 5, 5., Iruña
Tel: 619 800 692

ASOCIACIÓN SARE APOYO VIH/SIDA SARE LAGUNTZA GIB/HIES

C/ Cdad. de Sueca, 5, 31014 Pamplona,
Cdad. de Sueca k., 5. 31014 Iruña
Tel: 948 38 41 49

COMISIÓN CIUDADANA ANTISIDA DE NAVARRA

HIESAREN KONTRAKO NAFARROAKO HERRITARREN ELKARTEA

C/ Carmen, 13 Bajo 31001 Pamplona
Carmen k., 13 beheko solairua. 31001
Iruña
Tel.: 948 21 22 57

8.3. Otros recursos Beste baliabideak

SALUD JOVEN NAVARRA

NAFARROAKO GAZTE OSASNA
<https://www.saludjovennavarra.es/>

GOZAMENEZ-CON MUCHO GUSTO

<https://www.gozamenez.com/es>

Una vida sexual gratificante empieza por ser segura, saludable y respetuosa.

Sexu-bizitza atsegina izateko, lehenik eta behin, segurua, osasungarria eta errespetuzkoa izan behar du.



PARA MÁS EJEMPLARES E INFORMACIÓN: ARGIBIDE ETA INFORMAZIO GEHIAGO LORTZEKO:

Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra **Nafarroako Osasun Publikoaren eta lan Osasunaren Institutua**
Sección de Promoción de la Salud y Salud en todas las Políticas Osasuna Sustatzeko eta Politika guztietan Txertatzeko Atala

848 423 450
www.isp.navarra.es

