



¿Qué es el **sexo** "seguro"?

La realidad es que tener relaciones sexuales siempre trae un riesgo de contraer Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

Pero afortunadamente, hay muchas maneras de reducir ese riesgo: a eso le llamamos tener 'sexo seguro'.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Allado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

¿Cómo?

Aquí te dejamos **3 cosas** que debes tener presentes para cuidarte:



- 1** ¡Siempre! y no solo algunas veces, usa métodos anticonceptivos de barrera como el condón. Seguro para cualquier tipo de sexo: vaginal, anal y oral.
- 2** Habla abiertamente con tu pareja sobre las personas con las que tienes relaciones sexuales. Esto les da la oportunidad de tomar una decisión bien informada acerca de los tipos de prácticas sexuales que quieren tener y qué precauciones deben tomar.
- 3** Un chequeo a tiempo puede salvar tu vida, por esto, visita al médico y solicita pruebas de detección temprana, regularmente.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Allado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**



Un tip adicional:

¡Vacúnate!

El VPH es la ITS más común en el mundo.

El virus del papiloma humano (VPH) es una familia de virus que abarca alrededor de 200 tipos, de los cuales 14 son de alto riesgo y puede tener serias consecuencias a largo plazo, tales como verrugas genitales y cáncer de cuello uterino, pene y garganta.

Lo ideal es vacunarse antes de iniciar la vida sexual, por eso en Colombia, se priorizó a las niñas de nueve años en el esquema de vacunación, pues son quienes podrían llegar a padecer cáncer de cuello uterino en el futuro.

Sin embargo, cualquier niño o niña mayor de 9 años, adolescentes o adultos se pueden vacunar con costo. Dependiendo de la edad de quien se vacuna, se aplica en dos o tres dosis.



promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**



Y de lo contrario...

¿cuál es el riesgo?

Contraer una ITS.

Recuerda que no todas las Infecciones de Transmisión Sexual se transmiten a través del semen, también puede ser a través de los fluidos vaginales, el contacto directo con la membrana mucosa (piel), la sangre, la saliva y materia fecal.

La cosa se complica cuando tenemos en cuenta que, por lo general, las personas tienen más de un solo tipo de actividad sexual en un encuentro. Ahí radica la importancia de cuidarnos, pase lo que pase.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Allado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

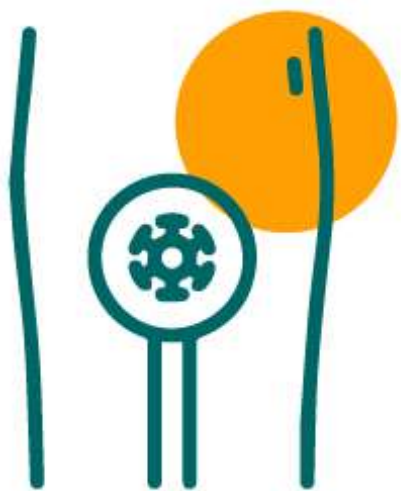


Como guía general,

te dejamos una lista que puede ser útil para conocer qué ITS puedes estar en riesgo de contraer durante diferentes prácticas sexuales:



Besos:
herpes oral.



Sexo oral:
clamidia, gonorrea, VPH, herpes, sífilis, VIH, tricomoniasis, Giardia, Shigella, Salmonella, Campylobacter, y e. coli..



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Allado
estratégico

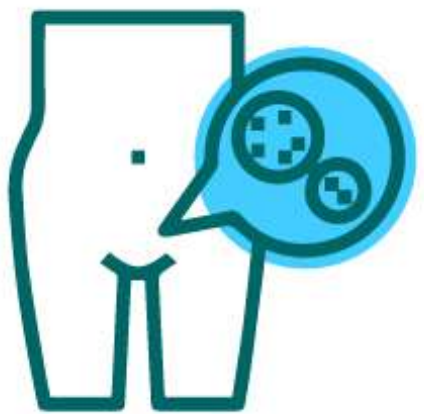
**Hospital Alma Máter
de Antioquia**



**Penetración (anal y vaginal)
con los dedos o el puño:**
VIH, hepatitis B y C



Sexo penetrante (pene en vagina):
VIH, gonorrea, clamidia, herpes, VPH, sífilis,
chancroide, hepatitis B y C, tricomoniasis,
verrugas genitales.



Sexo anal:
VIH, hepatitis B y C, VPH, sífilis, gonorrea, clamidia,
herpes, verrugas genitales, enfermedades que se
transmiten a través de los microorganismos de
las heces.



Juguetes sexuales:

aunque no hay mucha evidencia científica al respecto, es posible que la transmisión de ITS pueda ocurrir debido a los fluidos genitales que entran en contacto con el juguete sexual.



Sexo génito-genital de vulva a vulva (tribadismo):

VPH, herpes, sífilis, chancroide, clamidia, gonorrea, verrugas genitales, VIH.