LG/DL: NA-2458/2018

Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

gozamenez.com
conmuchogusto.com

con.nafarroa.eus
con.navarra.es

Gozatu / Disfruta

Errespetua
Respeto

Osasuna / Salud

Zaren modukoa zarela
Seas como seas

Bizi / Vive

Sexualitatea landu eta era positiboan bizitzeak berekin dakar, era berean, **sexu-transmisiozko infekzioei (STI)** arreta jartzea, infekzioa daukan pertsona batekin koitozko sexu-harremanak (baginakoa, uzkikoa eta/edo ahokoa) izatean kutsatzen direnak. Arriskurik gabeko sexu-jardunbide ugari dago.

STIek nagusiki, genitaletan, ahoan edo uzkian kokatzen diren bakterioek eta birusek eragiten dituzte. Gehienak erraz diagnostikatu eta tratatzen dira. Garrantzitsua da ahalik eta azkarrena egitea, konplikazioak ekiditeko.

Aho-sexuan, baginakoan edota uzkikoan prebentziozko neurriak, hala nola, gizonen preserbatiboa, emakumeena, latexezko hesiak eta ur-oinarriko lubrifikatzaileak, erabilita hartzen zaie aurrea.

gozamenez.com
con.nafarroa.eus

Cultivar la sexualidad y vivirla de una manera positiva implica también prestar atención a las **Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)** que se transmiten en relaciones sexuales con prácticas coitales (vaginal, anal y/u oral) con una persona infectada. Existen múltiples prácticas sexuales sin riesgo.

Las ITS están causadas mayoritariamente por bacterias y virus que se alojan en los genitales, la boca o el ano. La mayoría se diagnostican y tratan de manera sencilla. Es importante hacerlo lo antes posible para evitar complicaciones.

Se previenen a través de la utilización de medidas preventivas (preservativo masculino, femenino, barreras de látex y lubricantes de base de agua) en el sexo oral, vaginal y/o anal.

conmuchogusto.com
con.navarra.es

Klamidiasia / Clamidia

ZER DA? Sexu-transmisiozko infekzioa, *Chlamydia trachomatis* bakterioak eragiten duena. Ohikoena da Nafarroan.

SINTOMAK. Jeneralean ez du sintomarik izaten, eta, horrenbestez, jakin gabe eduki eta kutsa daiteke. Sintomak daudenean, arriskuzko jardunbidearen ondoren bizpahiru astera ere ager daitezke:
- Normala ez den baginako fluxua.
- Zakileko jario argi eta gardena.
- Jarioa, mina ondestean edo eztarrian.
- Erremin-sentsazioa txiza egitean.
- Mina koitozko sexu-harremanak izatean.

Ez bada tratatzen, emakumeen kasuan pelbiseko gaixotasun inflamatorioa eta antzutasuna eragin dezake.

SENDABIDEA. Garaiz tratatzen bada, antibiotikoak hartuta sendatzen da.

QUÉ ES. Infección de transmisión sexual causada por la bacteria *Chlamydia trachomatis*. La más común en Navarra.

SÍNTOMAS. En general no presenta síntomas, por lo que se puede tener e infectar sin saberlo. Cuando los hay, pueden aparecer incluso dos o tres semanas después de la práctica de riesgo:
- Secreción vaginal anormal.
- Secreción clara y trasparente del pene.
- Secreción, dolor en el recto o la garganta.
- Sensación de ardor al orinar.
- Dolor durante las relaciones sexuales coitales.

Si no se trata, en mujeres puede causar enfermedad inflamatoria pélvica e infertilidad.

TRATAMIENTO. Si se trata a tiempo, se cura con antibióticos.

Gonorrea / Gonorrea

ZER DA? Sexu-transmisiozko infekzio arrunta, *Neisseria Gonorrea* edo *Gonococo* bakterioak eragindakoa.

SINTOMAK. Batzuetan, ez du sintomarik eragiten, edo oso arinak izaten dira eta beste infekzio batzuekin nahasten dira:
- Baginako fluxuak areagotu egiten dira edo zakileko jario horixka, zuria, berdea edo odolduna izaten da.
- Mina txiza egitean.
- Odoljarioak hilekoaren aldien artean.
- Azkura, mina, jarioa uzkian edo mina kaka egitean.

Ez bada tratatzen, prostatan eta barrabiletan arazoak eragin ditzake gizonen kasuan, eta pelbiseko gaixotasun inflamatorioa, arazoak haurdunaldian eta antzutasuna, emakumeen kasuan.

SENDABIDEA. Antibiotikoak hartuta sendatzen da.

QUÉ ES. Infección de transmisión sexual común causada por la bacteria *Neisseria Gonorrea* o *Gonococo*.

SÍNTOMAS. A veces no provoca síntomas o son tan leves que se confunden con otras infecciones.
- Aumento de las secreciones vaginales o secreción amarillenta, blanca, verde o con sangre del pene.
- Dolor al orinar.
- Hemorragias entre períodos menstruales.
- Picor, dolor, secreción del ano o dolor al defecar.

De no tratarse, puede provocar en hombres problemas en la próstata y testículos, y en las mujeres enfermedad inflamatoria pélvica, problemas en el embarazo e infertilidad.

TRATAMIENTO. Se cura con antibióticos.

Sifilisa / Sífilis

ZER DA? Sexu-transmisiozko infekzioa, *Treponema pallidum* bakterioak eragiten duena.

SINTOMAK. Faseetan izaten du bilakaera:
- Sifilisaren etapa goiztiarrean, zauri bakar bat agertzen da, txikia eta minik ematen ez duena, kontaktuko gunean, genitaletan, uzkian eta/edo ahoan. Batzuetan ezin da ikusi.
- Ez bada tratatzen, jeneralean larruazaleko erupzio bat eragiten du, minik ematen ez duena, aurpegian, bularraldean, bizkarrean, esku- edo oin-azpietan.
- Tratatu gabe jarraitzen badu, gerta liteke hainbat urtean desagertzea eta gero oso larriak diren sintomen bidez agertzea berriro (itsutasuna, paralisia...).

SENDABIDEA. Garaiz tratatzen bada, antibiotikoak hartuta sendatzen da.

QUÉ ES. Infección de transmisión sexual causada por la bacteria *Treponema pallidum*.

SÍNTOMAS. Evoluciona en fases:
- La etapa temprana de la sífilis suele causar una llaga única, pequeña e indolora en la zona de contacto, genitales, ano y/o boca. En ocasiones no es visible.
- Si no se trata, generalmente causa una erupción cutánea que suele ser indolora en cara, pecho, espalda, palmas de las manos y de los pies.
- Si sigue sin tratarse, puede desaparecer durante años y después resurgir con síntomas muy graves (ceguera, parálisis...).

TRATAMIENTO. Si se detecta a tiempo, se cura con antibióticos.

GIBa eta hiesa / VIH y sida

ZER DA? Sexu-transmisiozko infekzioa edo odol bidezko transmisiozkoa, giza immunoeskasiaren birusak (GIB) eragindakoa.

SINTOMAK. Hasieran, pertsona-portzentaje handi batek ez du sintomarik izaten. Beste batzuek sukarra, gongoilak handituta, buruko mina edo ondoez orokorra izaten dute. Denborarekin, gerta liteke hiesa garatzea. Sindrome horretan, organismoaren defentsa-sistemak huts egiten du eta ondorioz ekartzen du hilgarriak izan daitezkeen infekzioak eta minbiziak garatzea.

SENDABIDEAK. Nahiz eta ez den sendatzen, garaiz tratatzen bada, birusa arrastoan sartuta eduki liteke eta bizi-kalitate ona eta bizi-itxaropena izan, gero eta hobeak diren sendagaiak erregulartasunez hartuta.

QUÉ ES. Infección de transmisión sexual o transmisión por sangre causada por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH).

SÍNTOMAS. Al inicio un porcentaje importante de personas no presenta síntomas. Otras experimentan fiebre, inflamación de ganglios, dolor de cabeza o malestar general. Con el tiempo puede desarrollarse sida, en el que falla el sistema de defensa del organismo, lo que permite que se desarrollen infecciones y cánceres potencialmente mortales.

TRATAMIENTO. Aunque no se cura, si se trata a tiempo es posible tener el virus a raya y una buena calidad y esperanza de vida con la toma regular de medicamentos cada vez mejores.

Nora joan / Dónde acudir

Sexu-bidezko infekzioak emendatzen ari dira azken urteetan, baita Nafarroan ere. Zorionez, aurrea hartzeko bitartekoak daude.
Arriskuzko jardunbideak izan badituzu, infekzioren bat izan dezakezun susmoa baduzu nahiz eta sintomarik ez eduki edo deskribatu diren aldaketetakoren bat izan baduzu, ez izan zalantzarik eta joan hauetako batera:
- **Osasun-zentroa.**
- **Sexu- eta Ugalketa-osasunaren Arretarako Zentroa.**
- **Sare elkartea eta Hiesaren aurkako Nafarroako Batzordea.**

Sexu-bizitza atsegingarria izateko, lehenik eta behin segurua, osasungarria eta errespetuzkoa izan behar du. Preserbatiboak, gainera, nahi gabeko haurduntzak prebenitzen eta sexu-harremanak lasaitasunez gozatzen laguntzen du.
Zuregatik eta gainerakoengatik, gozatu arduraz, erabili kondoia.

Las infecciones de transmisión sexual vienen aumentando en los últimos años, también en Navarra. Afortunadamente existen medios para prevenirlas.
Si has tenido prácticas de riesgo, sospechas que puedes tener una aunque no percibas síntomas o experimentas cualquiera de los cambios descritos, no dudes en acudir a:
- **Centro de Salud.**
- **Centro de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva (CASSYR).**
- **Asociación Sare y Comisión Ciudadana Anti-Sida de Navarra.**

Una vida sexual gratificante empieza por ser segura, saludable y respetuosa. El preservativo ayuda también a prevenir los embarazos no deseados y a disfrutar de las relaciones sexuales con tranquilidad.
Por ti y por las otras personas, disfruta con responsabilidad, usa condón.