

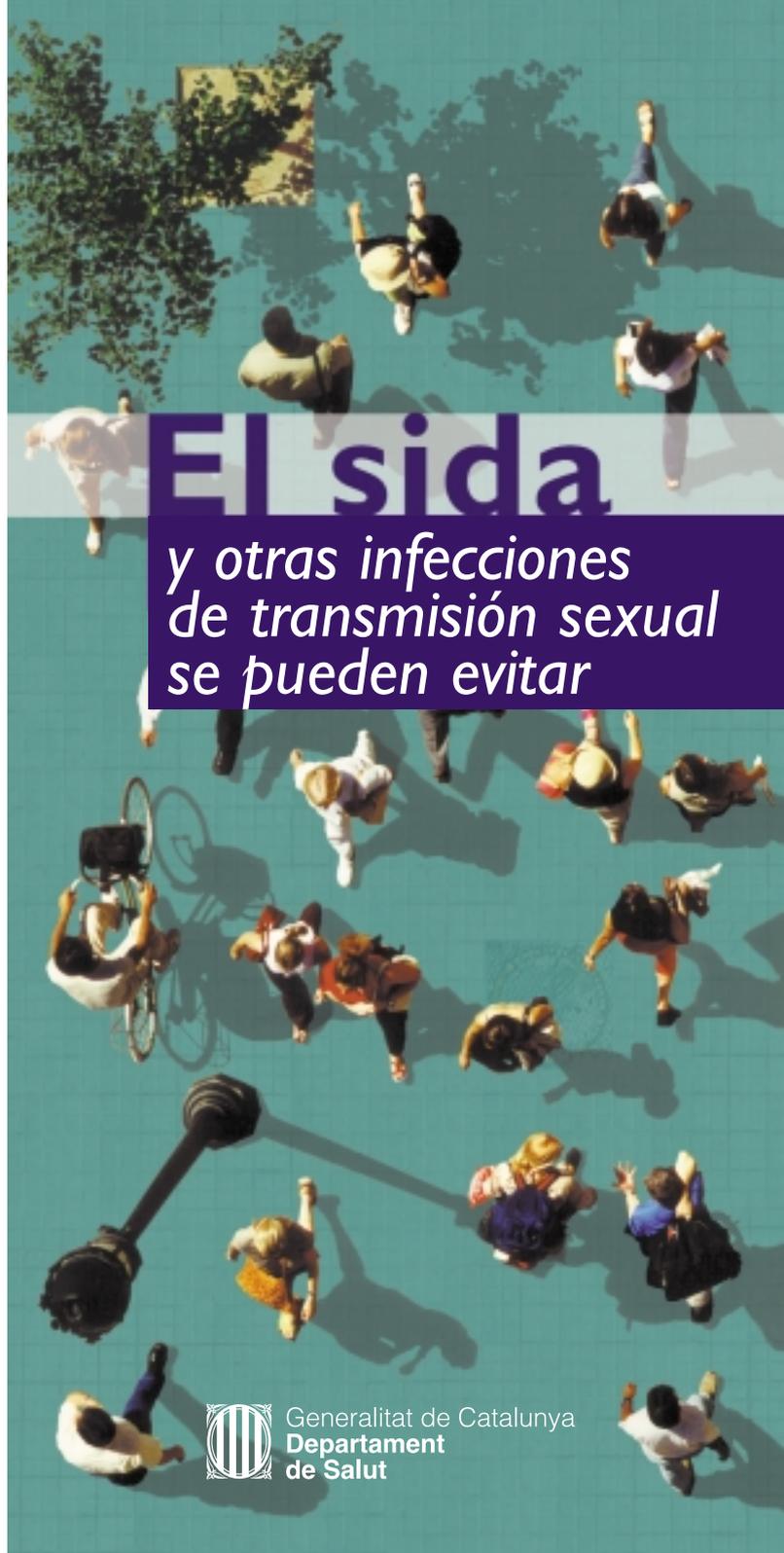
SIDA
900 212222
Información confidencial y gratuita



Sanitat Respon 24 hores
902 111 444

 www.gencat.net/salut

© Generalitat de Catalunya
D.L.B.-28913-2005



El sida
*y otras infecciones
de transmisión sexual
se pueden evitar*



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Salut**

- 1 **¿Quién tiene que utilizar el preservativo?**
- 2 **¿Cómo protege el preservativo del sida y de las infecciones de transmisión sexual?**
- 3 **¿Qué debemos tener en cuenta antes de usar un preservativo?**
- 4 **¿Qué se hace para garantizar la calidad de los preservativos?**
- 5 **¿Cómo podemos asegurar la máxima protección?**
- 6 **¿Se tiene que usar un lubricante con los preservativos?**
- 7 **¿Es necesario utilizar espermicidas con los preservativos?**
- 8 **¿Dónde pueden conseguirse los preservativos?**
- 9 **¿Cómo se tienen que guardar los preservativos?**
- 10 **¿Cómo debe utilizarse el preservativo?**

El sida y otras infecciones de transmisión sexual se pueden evitar

Esta información le puede ayudar a comprender por qué es importante utilizar preservativos para reducir la transmisión de la infección por el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y otras infecciones de transmisión sexual (ITS) como la gonococia, la infección genital por clamidias, la hepatitis B, el herpes genital y la sífilis.

Estas infecciones se transmiten a través de las relaciones sexuales con penetración, bien sea vaginal, anal u oral. El virus que causa el sida (el virus de la inmunodeficiencia humana o VIH) también se puede transmitir si se comparten agujas para inyectarse drogas. Finalmente, también una mujer embarazada infectada puede transmitir el virus a su hijo durante el embarazo, el parto y la lactancia materna.

La infección por el VIH y otras ITS pueden causar:

- Embarazos ectópicos, a veces mortales para la madre y siempre mortales para el feto
- Infertilidad y esterilidad
- Cáncer genital, anal u otros
- Muerte

¿Quién tiene que utilizar el preservativo?

La abstinencia sexual y las relaciones sexuales basadas en la confianza mutua con una sola pareja no infectada son las medidas más seguras para evitar estas enfermedades. Además, hay formas de relación sexual que no comportan riesgo de contagio: besarse, abrazarse, acariciarse, etc. Las personas que no se encuentran en ninguna de las situaciones anteriormente mencionadas y que mantienen relaciones sexuales, si usan correctamente los preservativos reducirán el riesgo de transmisión de estas infecciones, incluso del sida, cuya prevención es de máxima importancia ya que en este momento no hay un tratamiento curativo.

Los expertos opinan que la mayoría de las personas que han contraído el sida mediante una relación sexual podrían haber evitado esta enfermedad si hubieran utilizado correctamente un preservativo.

En este folleto encontrará respuesta a diez preguntas importantes relacionadas con los preservativos.

Toda persona que tenga relaciones sexuales con penetración (anal, vaginal u oral) y que desconozca si ella misma o su pareja están infectadas o no por el VIH u otras ITS.

También es peligroso mantener relaciones sexuales no protegidas con alguien que haya compartido agujas para inyectarse drogas. Por eso es aconsejable utilizar correctamente y siempre el preservativo.

La mujer tiene también la opción de protegerse empleando el preservativo femenino, hecho de poliuretano (más fuerte que el látex y con un índice más bajo de reacciones alérgicas) y que ofrece la misma o más seguridad que el preservativo masculino. Se puede elegir el preservativo femenino si hay dificultades en la negociación del uso del preservativo masculino.

Si se encuentra en una de estas situaciones y su pareja no quiere usar un preservativo, es conveniente que renuncie a la relación sexual con penetración con esa persona.



2 ¿Cómo protege el preservativo del sida y de las infecciones de transmisión sexual?

El preservativo actúa como una barrera de separación que evita que el virus que causa el sida y otros microbios que provocan infecciones de transmisión sexual pasen a la pareja sexual a través de la sangre, el semen o los flujos vaginales.

El preservativo femenino, además, tiene la ventaja de que cubre un área extensa de los genitales femeninos, con lo cual disminuye aún más el riesgo de infecciones.

3 ¿Qué debemos tener en cuenta antes de usar un preservativo?

Utilice siempre preservativos en cuya caja conste lo siguiente:

- Que están hechos de látex (los masculinos, aunque también los hay de poliuretano para personas alérgicas al látex) o de poliuretano (los femeninos). Varios estudios de laboratorio han demostrado que estos materiales evitan que puedan pasar el virus del sida, la hepatitis B, el herpes simple, el citomegalovirus, y también las bacterias clamidia y gonococo.
- Que están homologados según la normativa CE (legislación de la Comunidad Europea).
- La fecha de caducidad o la fecha de fabricación.

El preservativo caduca cinco años después de su fabricación. Si lleva espermicida incorporado caduca dos años después. No compre ni utilice un producto caducado.

- Que dispongan de un receptáculo para el semen, de manera que la eyaculación no comporte derramamiento del semen.

Para una protección adecuada, el preservativo debe cubrir todo el pene. Los preservativos que se pueden encontrar en nuestro mercado tienen unas medidas similares a los de la mayoría de los países de la Comunidad Europea, además los hay de diferentes grosores (para la penetración anal) y gustos (para la penetración orogenital).

No utilice nunca un preservativo estropeado (por ejemplo, pegajoso) o caducado.



4 ¿Qué se hace para garantizar la calidad de los preservativos?

En Cataluña, los preservativos deben estar homologados según la norma CE que el Ministerio de Sanidad y Consumo ha adoptado como obligatoria para los productos sanitarios desde junio del año 1998.

Esta norma establece unos métodos de ensayo y unas especificaciones o valores mínimos de calidad con la finalidad de que los preservativos sean aptos para su uso.

5 ¿Cómo podemos asegurar la máxima protección?

El grado de protección que pueden proporcionar los preservativos no sólo dependerá de su calidad, sino también y en gran medida de cómo los guarde, los manipule y los utilice.

Hay que utilizar un preservativo nuevo cada vez que se tiene una relación sexual con penetración.

Se tienen que guardar siempre en un lugar fresco y seco, fuera de la luz solar directa.

Hay que vigilar que no se rompa al abrir el envoltorio, o que no se arañe con las uñas o los anillos al manipularlo.

Si el material del preservativo está pegajoso, éste no está en buen estado. En el caso del masculino, una vez colocado debe comprobar que la punta del preservativo no tenga un defecto visible (desgarros o agujeros). No lo desenrolle para buscar estos defectos porque se podría estropear. Nunca utilice un preservativo estropeado o caducado.

No use nunca al mismo tiempo un preservativo femenino y uno masculino, ya que la fricción puede ocasionar su deterioro.

Debe vigilar el consumo de drogas o de alcohol, porque puede afectar a la habilidad para utilizar el preservativo correctamente.



6 ¿Se tiene que usar un lubricante con los preservativos?

Los lubricantes son productos que suavizan el preservativo y ayudan a prevenir la rotura debida a la fricción que se produce durante las relaciones sexuales con penetración.

Algunos preservativos de látex llevan incorporada una pequeña cantidad de aceite de silicona que no perjudica en absoluto a la calidad del látex.

Si compra un preservativo que no esté lubricado, es aconsejable que utilice un lubricante soluble en agua, como por ejemplo la glicerina. Estos productos se pueden adquirir en las farmacias.

No utilice nunca un lubricante graso que contenga aceites de parafina, lanolina o vaselina (aceites de niños, lociones, cremas de belleza) ya que, según varios estudios de laboratorio, estos productos disminuyen la resistencia del látex y hacen que se rompa más fácilmente.

En el caso de la penetración anal, es importante lubricar bien el preservativo utilizando cremas solubles en agua (como la glicerina), ya que en este tipo de relación es más fácil que se rompa.

Si no está seguro de cuál debe ser el preservativo o el lubricante que tiene que utilizar, el farmacéutico le puede informar.

7 ¿Es necesario utilizar espermicidas con los preservativos?

Los espermicidas, en forma de óvulos vaginales, cremas, geles, o bien incorporados al preservativo, son productos químicos que proporcionan una protección adicional frente al embarazo y que, al mismo tiempo, sirven como lubricantes.

Sin embargo, la eficacia de los espermicidas sólo ha sido demostrada en el laboratorio, y su protección frente al VIH todavía no ha sido probada. Por tanto nunca deberán sustituir al preservativo.

No obstante, en algunas personas su uso puede producir irritaciones y lesiones vaginales, genitales y rectales, y por tanto puede incrementar el riesgo de transmisión o adquisición de ITS.

Los preservativos que llevan incorporados espermicidas caducan antes. No compre ni utilice un producto caducado.



8 ¿Dónde pueden conseguirse los preservativos?

En nuestro país, los preservativos se pueden comprar en las farmacias, en algunos supermercados y gasolineras, en *sex shops* y en máquinas expendedoras que se pueden encontrar en bares, cines, discotecas y otros puntos de encuentro juvenil.

En Cataluña se pueden conseguir preservativos de forma gratuita en los servicios de atención a la salud sexual y reproductiva, en algunos centros de atención primaria, en los centros de atención y seguimiento de las drogodependencias, en los puntos de información juvenil y en las asociaciones de servicio en el ámbito del sida.

También se pueden obtener a un precio reducido a través de máquinas expendedoras situadas en espacios municipales, centros universitarios y transportes públicos (Renfe, TMB, FGC) con el lema "I tu, ja el portes?" ("Y tú, ¿ya lo llevas?").

La venta ambulante de preservativos está prohibida. Aun así, se compran donde se compran, hay que tener en cuenta que no estén caducados y que lleven la marca CE.

9 ¿Cómo se tienen que guardar los preservativos?

Los preservativos tienen que guardarse siempre en un lugar fresco y seco, fuera de la luz solar directa.

Nunca se deben guardar en el bolsillo de los pantalones durante muchas horas ni en la guantera del coche, ya que con el calor se pueden deteriorar rápidamente y pueden romperse con facilidad cuando se utilicen.



10 ¿Cómo debe utilizarse el preservativo?

El preservativo se tiene que utilizar antes de cualquier relación sexual, bien sea vaginal, anal u oral, y deben tenerse en cuenta las instrucciones siguientes:

En el caso del preservativo masculino:

- Hay que colocar el preservativo cuando el pene está erecto, procurando que lo cubra totalmente y dejando un espacio en el extremo, de manera que la eyaculación no comporte peligro de derramamiento del semen.
- Se tiene que retirar antes de que finalice la erección, sujetándolo por la base, y después se debe tirar a la basura, nunca en el váter.

En el caso del preservativo femenino:

- Hay que introducir la anilla interior en la vagina intentando que llegue lo más adentro posible.
- Se tiene que introducir el dedo en el preservativo hasta tocar el extremo de la anilla interior e impulsarlo hacia el interior de la vagina.
- Hay que retorcer la anilla exterior para extraerlo, con el fin de evitar que caiga el esperma, y tirar con suavidad. Se tiene que tirar a la basura.

El sida y las infecciones de transmisión sexual se pueden prevenir

Infórmese y podrá protegerse y proteger a los demás. Si usa correctamente el preservativo reducirá considerablemente la probabilidad de transmisión del VIH y de otras infecciones de transmisión sexual.

Si desea más información o si tiene dudas sobre alguna situación que haya vivido, consulte a su médico de cabecera o a los de los centros especializados en infecciones de transmisión sexual. También puede llamar al teléfono gratuito del Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida del Departamento de Salud, en el que profesionales cualificados le atenderán confidencialmente.

Marque este número:
900 21 22 22

