

CAPÍTULO 18

Infecciones de transmisión sexual y otras infecciones de los genitales

En este capítulo:

¿Qué son las infecciones de transmisión sexual?	321
Cómo se transmiten las ITS	322
Tratar las ITS	322
Flujo vaginal	323
Clamidia y gonorrea (blenorrea, gonococia, purgaciones)	323
Tricomoniasis	326
Candidiasis (infección por hongos)	326
Vaginosis bacteriana	328
Llagas en los genitales (úlceras genitales).....	329
Sífilis	329
Chancro blando (chancro)	331
Herpes genital	331
VPH (verrugas genitales, virus papiloma humano).....	333
ITS que afectan todo el cuerpo	334
VIH y SIDA	334
Hepatitis B	336
Enseñarles a las mujeres a prevenir las ITS.....	336
Luchar por eliminar las ITS en su comunidad	337

Infecciones de transmisión sexual y otras infecciones de los genitales



¿Qué son las infecciones de transmisión sexual?

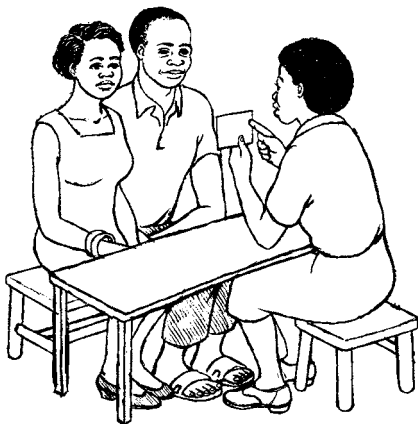
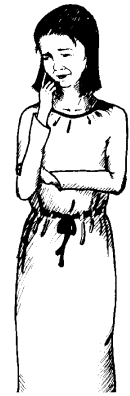
Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que una persona le puede pasar a otra cuando tengan relaciones sexuales. Las ITS pueden afectar a los hombres, las mujeres y sus hijos. Algunas ITS comunes son: gonorrea, clamidiasis, tricomoniasis, sífilis, chancro blando o chancroide, herpes, hepatitis B y VIH.

Es posible que una persona tenga una ITS si tiene uno o varios de estos signos:

- flujo con mal olor
- comezón en los genitales
- dolor en los genitales
- llagas o ampollas en los genitales
- dolor en la pelvis o durante las relaciones sexuales

Además, es muy frecuente que una persona tenga una ITS sin tener ningún signo.

Muchos hombres y mujeres tienen ITS sin que lo sepan.



Si no se tratan, las ITS pueden causar problemas de salud graves, como por ejemplo, embarazo tubárico (vea la página 113), cáncer del cuello de la matriz (vea la página 383), o infertilidad (vea la página 30). Por eso, cualquier persona infectada debe recibir tratamiento lo antes posible. Si una mujer embarazada tiene una ITS y no recibe tratamiento, su bebé puede ser muy pequeño al nacer o puede nacer antes de tiempo o nacer ciego, enfermo o muerto. Cuando una persona ya tiene una ITS, se puede contagiar más fácilmente de otra, incluso de VIH.

Este capítulo describe las ITS más comunes y explica cómo tratarlas y prevenirlas. También describe otras infecciones de los genitales que son frecuentes, pero que no se transmiten sexualmente.

Cómo se transmiten las ITS

Para contagiarse de una ITS, una persona tiene que tener contacto íntimo con otra persona ya infectada. El contacto íntimo puede ser el sexo con penetración (con el pene del hombre dentro de la vagina de la mujer), el sexo anal (el pene en el ano) o, rara vez, el sexo oral (tocar los genitales o el ano con la boca). A veces, para contagiarse, basta que una persona infectada frote sus genitales contra los genitales de otra persona. Muchas personas se contagian al tener contacto íntimo con alguien que no tiene signos de una infección.

Para prevenir las ITS, no hay que tener relaciones sexuales con nadie que tiene una infección. Muchas ITS también se pueden prevenir con el uso de condones. Para aprender a prevenir las ITS, vea las páginas 334 y 336.

Un bebé también se puede contagiar de una ITS si su madre tiene una infección. Algunas ITS se transmiten al bebé por medio de la sangre de la madre durante el embarazo. Otras ITS se transmiten cuando el bebé atraviesa la vagina, durante el parto.

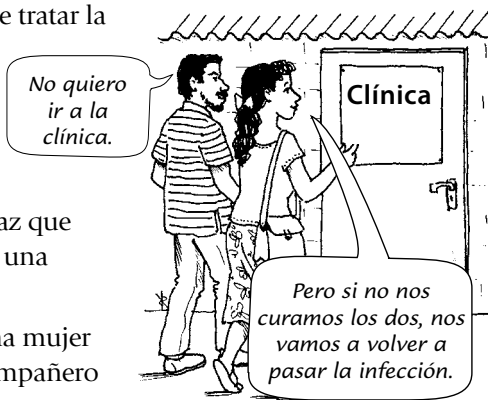
Tratar las ITS

La mayoría de las ITS se mejoran o se curan si la persona infectada recibe tratamiento de inmediato. Pero muchas mujeres y hombres no reciben tratamiento. Algunas personas no tienen suficiente dinero para pagar el tratamiento. A otras les da pena o vergüenza. A muchas mujeres les preocupa que sus maridos vayan a pensar que tuvieron relaciones sexuales con otro hombre.

Por esas razones, la manera en que usted atiende a una mujer que podría tener una ITS es muy importante. Si una mujer le pide ayuda, no le cuente a nadie más lo que ella le diga o quizás ella no vuelva a consultarla. No la critique. Conteste honestamente y de la mejor forma que pueda las preguntas que ella le haga. Si no puede tratar la infección, ayúdele a la mujer a conseguir atención a bajo costo y cerca de donde ella vive.

Recuerde:

- Hay que tratar las ITS lo antes posible. El tratamiento temprano es más barato y más eficaz que el tratamiento que se requiere después de tener una infección mucho tiempo.
- También hay que tratar a los compañeros. A una mujer no le va a servir de nada el tratamiento si su compañero sigue infectado.
- Hay que asegurarse de que la mujer se tome toda la medicina que le den. Para que se cure completamente, necesita tomarse toda la medicina, aunque los signos de la infección ya se le hayan quitado.



Nota: Todas las medicinas que aparecen en este capítulo se pueden tomar sin peligro durante el embarazo y el amamantamiento, a menos que le advirtamos lo contrario. Si usted no está embarazada ni está dando el pecho, tal vez pueda usar otras medicinas más eficaces. Para informarse sobre esas medicinas, consulte el libro *Donde no hay doctor para mujeres* o hable con un farmacéutico (boticario).

Flujo vaginal

Es normal que las mujeres tengan flujo vaginal. El flujo es la manera en que la vagina se limpia. El flujo cambia con el ciclo mensual de la mujer y también cambia durante el embarazo.

Sin embargo, un cambio considerable en la cantidad, el color o el olor del flujo vaginal podría indicar que la mujer tiene una infección de los genitales. La infección podría ser de transmisión sexual o de otro tipo.

En este capítulo, organizamos las diferentes infecciones que afectan a las mujeres según los síntomas que causa cada una. El flujo vaginal puede ser un síntoma de clamidiasis, gonorrea, tricomoniasis o alguna infección vaginal que no se transmite sexualmente.



Clamidiasis y gonorrea (blenorrea, gonococia, purgaciones)

La clamidiasis y la gonorrea son enfermedades graves, pero se curan fácilmente si se tratan pronto. Si no se tratan, el resultado puede ser una infección grave o infertilidad, tanto en la mujer como en el hombre.

Signos en la mujer:

Los signos pueden aparecer semanas o meses después de tener relaciones sexuales con una persona infectada.



- flujo verde o amarillo de la vagina o del ano
- dolor o ardor al orinar
- fiebre
- dolor en la parte baja del vientre
- dolor o sangrado durante las relaciones sexuales
- o ningún signo

Tanto los hombres como las mujeres pueden tener clamidiasis o gonorrea sin ningún signo. Pero aunque una persona infectada no tenga signos, le puede pasar la clamidiasis o la gonorrea a alguien más.

Signos en el hombre:

Los signos generalmente aparecen de 2 a 5 días después de tener relaciones sexuales con una persona infectada.



- flujo del pene
- dolor o ardor al orinar
- dolor o hinchazón de los testículos
- o ningún signo

Tratamiento

Siempre que sea posible, cada mujer embarazada debe hacerse pruebas para detectar la clamidiasis y la gonorrea. Si las pruebas indican que tiene una de esas infecciones, o ambas, **ella y su compañero deben recibir tratamiento**. Pero si no hay manera de que la mujer se haga las pruebas, y ella o su compañero tienen signos de estar infectados, deben recibir el tratamiento de cualquier forma. Es mejor tratar a una persona que podría estar infectada, aunque no haya manera de comprobar si realmente tiene la infección.



Para tratar la clamidiasis

- dé 500 mg de eritromicina.....por la boca, 4 veces al día, durante 7 días

o, como otra opción:

- dé 500 mg de amoxicilina.....por la boca, 3 veces al día, durante 7 días

Para tratar la gonorrea

- inyecte 125 mg de ceftriaxona.....en el músculo, 1 sola vez

o, como otra opción:

- dé 400 mg de cefixima.....por la boca, 1 sola vez

Es muy frecuente tener clamidiasis y gonorrea al mismo tiempo. Si usted no está segura de cuál de estas infecciones tiene la mujer, o si podría tener las dos, dele tratamiento a ella y a su compañero para la clamidiasis y también para la gonorrea.

Nota: Antes, la gonorrea se trataba con penicilina. Hoy en día, en muchas partes del mundo, la penicilina ya no cura la gonorrea porque la infección se ha vuelto resistente a esa medicina (vea la página 464). Averigüe cuáles medicinas son las más eficaces en la zona donde usted vive.

Problemas causados por clamidiasis y gonorrea en los bebés

Cuando una mujer tiene clamidiasis o gonorrea y da a luz, puede pasar la infección a su bebé. El bebé puede quedar ciego o tener problemas graves de los pulmones a causa de esas infecciones. Cuando un bebé tiene una infección de clamidiasis o gonorrea en los ojos, generalmente un líquido espeso y amarillo le sale de los ojos antes de que cumpla 1 mes de edad. Para prevenir las infecciones de los ojos en los bebés, póngales gotas de una solución de povidona yodada o un poco de pomada antibiótica en los ojos poco después de que nazcan (vea la página 260).



Si un bebé tiene clamidiasis

- dé 30 mg de eritromicina.....por la boca, 4 veces al día, durante 14 días

Si un bebé tiene gonorrea

- inyecte 125 mg de ceftriaxona.....en el músculo del muslo, 1 sola vez

Si no puede hacer una prueba para averiguar cuál de estas infecciones tiene el bebé, dé medicinas para las dos.

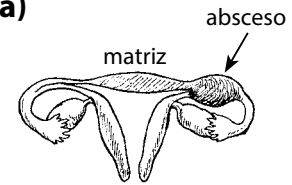


Infección de la pelvis (Enfermedad pélvica inflamatoria)

La enfermedad pélvica inflamatoria es una infección grave de la matriz, las trompas o los ovarios de la mujer.

Puede aparecer cuando una mujer no recibe tratamiento para una infección de transmisión sexual (por lo general, clamidiasis o gonorrea). También puede ocurrir después del parto o después de un aborto. Los microbios entran en la matriz, las trompas o los ovarios de la mujer y causan una infección.

Si la mujer no recibe tratamiento, la infección de la pelvis le puede causar dolor que no se quita por mucho tiempo. Las mujeres que han sufrido una infección de la pelvis corren un mayor riesgo de tener un embarazo tubárico (fuera de la matriz) o de quedar estériles. Las infecciones pélvicas incluso pueden ser mortales.



infección de la pelvis



Signos de una infección de la pelvis

- dolor en la parte baja del vientre
- calentura alta (más de 38°C ó 100.4°F)
- sentirse muy débil o enferma
- flujo vaginal verde o amarillo con mal olor
- dolor o sangrado durante las relaciones sexuales



Para tratar una infección de la pelvis

Si una mujer tiene una infección de la pelvis, debe tomar 3 medicinas al mismo tiempo. Una medicina es para tratar la clamidiasis, otra es para la gonorrea y la otra es el antibiótico llamado metronidazol.

Para la clamidiasis

- dé 500 mg de eritromicina..... por la boca, 4 veces al día, durante 14 días
- o, como otra opción:**
- dé 500 mg de amoxicilina..... por la boca, 3 veces al día, durante 14 días

Y para la gonorrea

- inyecte 125 mg de ceftriaxona..... en el músculo, 1 sola vez
- o, como otra opción:**
- dé 400 mg de cefixima por la boca, 1 sola vez

Y para matar todos los demás microbios que causan infecciones pélvicas

- dé 400 a 500 mg de metronidazol por la boca, 3 veces al día, durante 14 días

No tome metronidazol durante los primeros 3 meses del embarazo.

La mujer no debe beber alcohol mientras se toma metronidazol. Si la mujer no se ha mejorado en 2 días y 2 noches (48 horas), o si tiene fiebre alta o vómitos, debe ir al hospital de inmediato. Necesita que le pongan medicinas por la vena.

Tricomoniasis

La tricomoniasis es incómoda y causa comezón. Los hombres generalmente no tienen signos, pero pueden tener esa infección en el pene y pasársela a la mujer durante las relaciones sexuales.

La tricomoniasis no es peligrosa, pero puede irritar la vagina. Cuando una mujer tiene la vagina irritada, puede contagiarse más fácilmente de otras ITS, incluyendo el VIH.

Signos de la tricomoniasis

- flujo espumoso, amarillo o gris
- flujo con mal olor
- enrojecimiento y comezón en los genitales y la vagina
- dolor o ardor al orinar

Para que la mujer se sienta mejor, se puede sentar 15 minutos en agua limpia y tibia, tan seguido como pueda. Eso le calmará las molestias de los genitales y le ayudará a sanar más rápido.

No debe tener relaciones sexuales sino hasta que ella y su compañero hayan terminado con el tratamiento y ya no tengan signos de la enfermedad.



Para tratar la tricomoniasis

Si la mujer está embarazada:

No debe empezar el tratamiento sino hasta después del tercer mes. Esta medicina es peligrosa durante los primeros 3 meses del embarazo. Después del tercer mes:

- dé 400 a 500 mg de metronidazol por la boca, 2 veces al día, durante 7 días

También trate al compañero de la mujer con 2 g de metronidazol por la boca, 1 sola vez.

Candidiasis (infección por hongos)

Por lo general, la candidiasis no se transmite sexualmente, pero es una infección vaginal muy frecuente. Afecta en particular a muchas mujeres embarazadas o a mujeres que están tomando antibióticos o pastillas anticonceptivas. A los hombres también les puede dar candidiasis.

Signos de la candidiasis

- comezón en los genitales
- flujo blanco, grumoso y pegajoso
- la piel afuera y adentro de la vagina se pone muy roja y a veces sangra
- ardor al orinar
- la vagina huele a moho o a masa de pan

Tratamiento

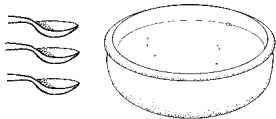
La candidiasis no es peligrosa, pero si una mujer embarazada tiene candidiasis, es mejor tratarla antes del parto. Si no, al bebé le podría dar algodoncillo (vea la página 290). La candidiasis muchas veces se puede curar con remedios naturales.

Remedios naturales para la candidiasis

Mezcle vinagre o yogur en una olla con agua limpia y tibia. La mujer debe sentarse en ese líquido 2 veces al día hasta que se sienta mejor.

o también puede probar esta mezcla:

Mezcle 3 cucharadas de vinagre con 1 litro de agua hervida y tibia.



Haga un rollo de gasa limpia, remójelo en ese líquido y métaselo en la vagina 3 noches seguidas. Sáquese la gasa todas las mañanas.



Si los métodos caseros no le dan resultado, pruebe una de estas medicinas:

Para tratar la candidiasis

Remoje un pedazo de algodón limpio en violeta de genciana al 1%:

- meta un nuevo algodón remojado..... en la vagina cada noche, durante 3 noches. Saque el algodón cada mañana.

o, como otra opción:

- ponga un supositorio de 200 mg de miconazol en el fondo de la vagina, cada noche, durante 3 noches

o, como otra opción:

- ponga un supositorio de 100000 unidades de nistatina..... en el fondo de la vagina, cada noche, durante 14 noches

o, como otra opción:

- meta un aplicador lleno de crema de clotrimazol 1% en la vagina cada noche, durante 7 noches



Prevención

Para que llegue aire a los genitales, es mejor usar ropa—incluyendo ropa interior—suelta y hecha de algodón, en vez de poliéster o nailon. Eso ayuda a evitar la candidiasis. Cámbiese de ropa interior—o lávela—con frecuencia. Cuando se bañe, no se lave la vagina con jabón. No se haga lavados vaginales.

Vaginosis bacteriana

La vaginosis bacteriana no se transmite sexualmente. Generalmente no es peligrosa, pero puede hacer que una mujer embarazada dé a luz antes de tiempo o que tenga una infección después del parto.

Signos de la vaginosis bacteriana

- más flujo que de costumbre
- olor desagradable, como a pescado, en la vagina, sobre todo después de las relaciones sexuales
- un poco de comezón

Para tratar la vaginosis bacteriana

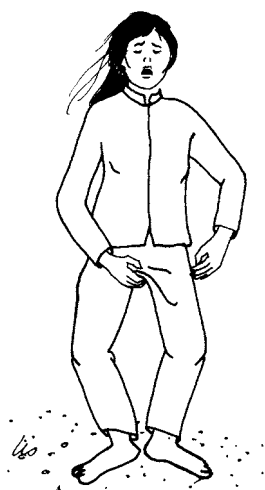
Si la mujer está embarazada:

No debe empezar el tratamiento sino hasta después del tercer mes. Esta medicina es peligrosa durante los primeros 3 meses del embarazo. Después del tercer mes:

- dé 400 a 500 mg de metronidazol..... por la boca, 2 veces al día, durante 7 días

o, como otra opción:

- ponga un supositorio de 500 mg de metronidazol..... en el fondo de la vagina, cada noche, durante 7 noches



Comezón en los genitales

La comezón en los genitales se puede deber a muchas cosas. La comezón alrededor de la abertura de la vagina se puede deber a la candidiasis o a la tricomoniasis.

La comezón en el vello de los genitales o cerca de los genitales se puede deber a la sarna o las ladillas (piojos del pubis). Usted puede tratar la sarna o las ladillas con los remedios que se usan en su zona o con medicinas que se consiguen en casi todas las farmacias. Para mayor información, consulte el libro *Donde no hay doctor* u otro libro de medicina general.

A veces, la comezón se debe a los jabones o desodorantes perfumados. También se puede deber a las hierbas y las plantas que se usan para los lavados de la vagina. Lávese con pura agua y vea si se le quita la comezón.

Llagas en los genitales (úlceras genitales)

La mayoría de las llagas que aparecen en los genitales se transmiten sexualmente. (A veces las llagas se deben a otras causas, como lesiones o nacidos).

Hay que mantener limpias las llagas en los genitales. Lávelas con agua y jabón. Séquelas con cuidado. Lave el trapito que use para secarlas antes de que lo vuelva a usar.



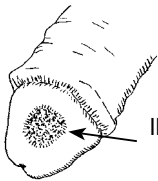
¡ADVERTENCIA! Cuando una persona tiene una llaga en los genitales, es más fácil que entren por allí otras infecciones — sobre todo el VIH. Para que nadie más se infecte, hay que evitar las relaciones sexuales hasta que las llagas hayan sanado.

Sífilis

La sífilis es una ITS grave, que afecta al cuerpo entero. Puede durar muchos años, empeorando cada vez más. La sífilis es curable si se trata a tiempo.

Signos de la sífilis

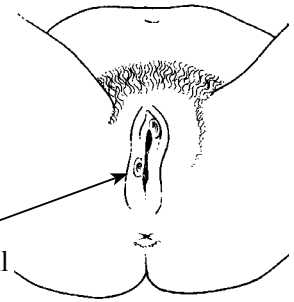
1. El primer signo es una llaga, parecida a un granito, ampolla o úlcera. Aparece de 2 a 5 semanas después del contacto sexual con una persona infectada por sífilis. La llaga está llena de microbios, que se pueden pasar fácilmente a alguien más.



llaga de sífilis en el pene

La llaga generalmente no es dolorosa y si está dentro de la vagina, quizás la mujer no se dé cuenta de que la tiene. Aun así, podrá infectar a cualquier persona con quien tiene relaciones sexuales. La llaga sólo dura varios días o unas cuantas semanas y después desaparece. Pero la infección en sí no se ha quitado y se sigue extendiendo por todo el cuerpo.

2. A la persona infectada le pueden dar estos signos después de varias semanas o meses: dolor de garganta, un poco de fiebre, llagas en la boca, hinchazón de las coyunturas o salpullido, sobre todo en las manos, los pies, el vientre y los costados. Cuando tiene esos signos, la persona podrá infectar a otras personas con tan sólo tocarlas o besarlas, porque los microbios de la sífilis estarán en la piel.
3. Por lo general, todos los signos desaparecen por sí mismos, pero la enfermedad no se quita. Si la persona infectada no recibe tratamiento al comienzo de la enfermedad, los microbios de la sífilis le pueden causar problemas del corazón, parálisis, demencia (locura) y muerte.



La sífilis y el embarazo

Si una mujer tiene sífilis cuando está embarazada, su bebé podría tener malformaciones o podría nacer antes de tiempo o muerto. Siempre que sea posible, las mujeres embarazadas deben hacerse una prueba de sangre para detectar la sífilis, sobre todo si alguna vez han tenido llagas en los genitales.



Para tratar la sífilis

- inyecte 2.4 millones de unidades de bencilpenicilina benzatínica en el músculo, 1 sola vez

o, si la persona es alérgica a la penicilina:

- dé 500 mg de eritromicina por la boca, 4 veces al día, durante 14 días

(La eritromicina no siempre es eficaz contra la sífilis. Tal vez necesite tratar a la mujer con tetraciclina después de que deje de dar el pecho).

Si la persona ha tenido sífilis 2 años o más, consiga ayuda médica. Necesita medicinas diferentes.



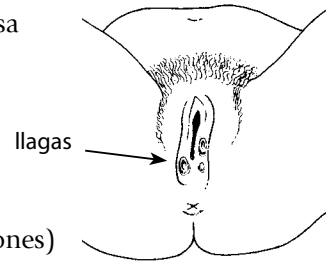
¡ADVERTENCIA! Es muy difícil diferenciar entre la sífilis y el chancro blando (vea la página 331). Si usted no está segura si una mujer tiene sífilis o chancro blando, o si es posible que tenga las dos enfermedades, debe darle bencilpenicilina benzatínica **y** eritromicina.

Chancro blando (chancroide)

El chancro blando es una infección de transmisión sexual que causa llagas en los genitales. Es fácil confundirlo con la sífilis.

Signos del chancro blando

- una o varias llagas blandas y dolorosas, que sangran fácilmente, y que se encuentran en los genitales o el ano
- ganglios linfáticos de la ingle agrandados y dolorosos (bubones)
- fiebre leve



Para tratar el chancro blando

- dé 500 mg de eritromicina..... por la boca, 4 veces al día, durante 7 días

o, como otra opción:

- inyecte 250 mg de ceftriaxona en el músculo, 1 sola vez



Herpes genital

El herpes genital es causado por un virus que provoca ampollas dolorosas en la piel que luego se revientan y se convierten en llagas. Se contagia cuando la llaga de una persona toca la piel de otra persona, por lo general durante las relaciones sexuales. El herpes genital generalmente afecta los genitales o el ano. La infección puede pasar a la boca mediante el sexo oral, pero es raro que eso suceda.

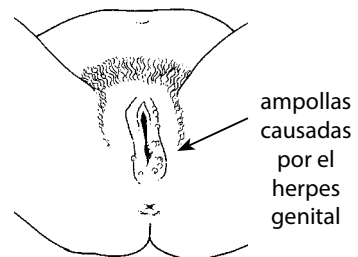
Nota: Algunas llagas que aparecen en los labios y en la boca, se deben a otro tipo de herpes (herpes labial, fuegos). Esas llagas pueden transmitirse de la boca a los genitales durante el sexo oral.

Signos del herpes genital

- hormigueo, comezón o dolor ardoroso en los genitales
- ampollitas que revientan y se convierten en llagas dolorosas en los genitales

A una persona infectada le pueden salir llagas muchas veces. La primera vez, las llagas pueden durar 3 semanas o más. Es posible que la persona también tenga fiebre, dolores de cabeza, cuerpo cortado y escalofríos. Además, es posible que se le hinchen los ganglios linfáticos cerca de los genitales. Generalmente, la primera vez es la peor y las siguientes erupciones son más leves.

Para evitar el contagio del herpes, las personas infectadas no deben tener relaciones sexuales mientras tengan una llaga. Los condones pueden prevenir el contagio del herpes, siempre que cubran la llaga. Los condones para la mujer pueden ser más eficaces porque cubren una mayor parte de los genitales.



Tratamiento

El herpes no es curable, pero se puede aliviar las molestias de las llagas.

- Poner hielo en las llagas en cuanto se sientan. Tal vez eso evite que las llagas empeoren.
- Remojar un paño en té negro o té de clavo de olor, enfriado, y cubrir las llagas con el paño mojado.
- Sentarse en una tina de agua limpia, un poco fría.
- Mezclar bicarbonato de sodio o maicena con un poco de agua y poner esa pasta en la zona adolorida.
- Poner hamamelis o una planta de su zona que seque la piel.

Hay medicinas que pueden disminuir el dolor y las llagas que aparecen con la primera erupción de herpes.



Para la primera erupción de herpes

- dé 400 mg de aciclovir.....por la boca, 3 veces al día durante 7 a 10 días

Para erupciones continuas de herpes

- dé 400 mg aciclovirpor la boca, 3 veces al día durante 5 días

Para una mujer con más de 6 erupciones de herpes al año

- dé 400 mg aciclovir.....por la boca, 2 veces cada día durante 1 año. Luego pare y vea si la medicina todavía es necesaria.

Para una mujer embarazada que ha tenido erupciones de herpes en el pasado

- dé 400 mg aciclovirpor la boca, 2 veces cada día durante el último mes del embarazo.

Para calmar el dolor

- dé 500 a 1000 mg de paracetamolpor la boca, cada 4 horas

A una persona angustiada o que tiene otros problemas de salud, le pueden salir llagas con más frecuencia. Cuando sea posible, las que tienen herpes deben descansar y comer bien.



¡ADVERTENCIA! El herpes es muy peligroso para los ojos y puede causar ceguera. Siempre lávese las manos con agua y jabón después de tocar una llaga de herpes.

El herpes y el embarazo

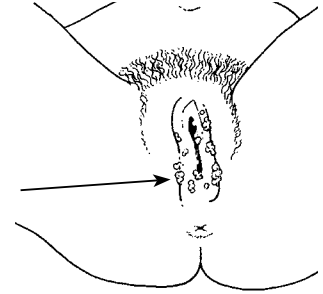
Es posible pasar el herpes de la madre al bebé. Por lo general, esto sucede durante el parto si la madre tiene llagas de herpes en la vagina al momento del nacimiento. Una infección por primera vez durante el embarazo es probable, incluso, pasársela al bebé. Por esta razón, si una mujer tiene una llaga de herpes cuando comience el parto, lo mejor sería que diera a luz en un hospital, por lo general, por medio de cesárea. El riesgo de pasar el herpes durante el parto puede reducirse o ignorar al tratar de inmediato una primera erupción de herpes con aciclovir, en cualquier momento del embarazo que el herpes aparezca. Una mujer que ya ha tenido herpes puede usar aciclovir diariamente durante el último mes de embarazo.

VPH (verrugas genitales, virus papiloma humano)

El VPH es un virus que puede causar verrugas en los genitales o en el ano. Es posible tener verrugas sin saberlo, sobre todo si están dentro de la vagina. Las verrugas no son peligrosas, pero pueden ser incómodas.

Signos del VPH

- Comezón.
- Bolitas secas, blancas o marrones (color café) en los genitales o en el ano. Las bolitas tienen una superficie áspera y no son dolorosas.



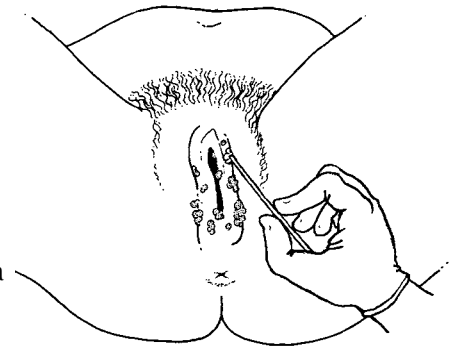
La prueba del VPH: toque las verrugas con una mezcla de vinagre y agua. Las verrugas cambiarán a un color blancuzco si son causadas por el VPH.



¡ADVERTENCIA! Los bultos grandes, planos y húmedos que parecen verrugas generalmente no se deben al VPH. Podrían deberse a la sífilis. Toda persona que tenga ese tipo de bultos debe hacerse la prueba para detectar la sífilis. No debe usar el siguiente tratamiento.

Tratamiento

1. Para proteger la piel sana alrededor de cada verruga, úntele *Vaselina* u otro ungüento grasoso.
2. Con un palito, póngale a la verruga un poco de solución de ácido tricloroacético al 80 ó 90% o de ácido bicloroacético. Espere a que la verruga se ponga blanca antes de enjuagar el ácido. Tenga cuidado de no tirar el ácido sobre la piel sana. Enjuague el ácido después de 30 minutos o si el ardor es muy doloroso. El ácido deberá hacer que la verruga se desprenda. En su lugar quedará una llaga dolorosa. Para que la verruga desaparezca por completo, generalmente es necesario repetir el tratamiento una vez a la semana, varias semanas. Mantenga la llaga limpia y seca hasta que sane. Evite las relaciones sexuales hasta que la llaga haya sanado.



Los tipos de VPH que causan cáncer en el cuello de la matriz de una mujer no son el mismo tipo de VPH que provoca verrugas. Ver página 380 para aprender cómo hacer la prueba del VPH en el cuello de la matriz.

Hoy día está disponible una vacuna que se llama Gardasil, la cual protege contra los tipos más peligrosos de VPH, y también contra el virus del VPH que causa la mayoría de verrugas en los genitales. La vacuna es una serie de 3 inyecciones que se dan a una mujer joven entre las edades de 9 y 26 años. No se debe dar durante el embarazo. No se puede usar para tratar a una mujer que ya tiene el VPH.

ITS que afectan todo el cuerpo

VIH y SIDA

El VIH es un virus que ataca el sistema inmunológico. Este es la parte de nuestros cuerpos que combate a las enfermedades. La infección del VIH le hace más difícil a nuestros cuerpos librarse de enfermedades, la cual por lo general estamos haciendo todo el tiempo. Las personas con el VIH se pueden enfermar muy fácilmente con enfermedades como diarrea, neumonía, tuberculosis, cáncer y otras infecciones. El VIH no puede curarse, pero si puede tratarse con medicinas para que la persona no se enferme tan fácilmente. Una persona que puede obtener tratamiento, comer bien y cuidar su cuerpo, mente y espíritu tendrá una vida más saludable y vivirá más tiempo.

La transmisión del VIH ocurre cuando la sangre, el semen, la leche materna, o el fluido vaginal de una persona infectada entra al cuerpo de otra persona. La transmisión puede ocurrir por estas vías:

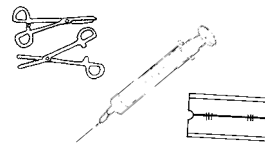
relaciones sexuales con una persona infectada



de una madre infectada a su bebé antes de que nazca



agujas, instrumentos, o hojas para afeitarse que no han sido desinfectados



En los lugares donde la sangre no se analiza para ver si está infectada, las personas también pueden contagiarse de VIH mediante las transfusiones de sangre. A veces las madres que tienen VIH también les pasan el virus a sus bebés mediante la leche materna (vea la página 293).

Signos del VIH y SIDA

Los signos del SIDA se pueden tardar mucho tiempo en aparecer—hasta 10 años después de que la persona se infectara con VIH. Y las personas infectadas por VIH, que no tienen ningún signo de SIDA, pueden pasar el virus a otras personas fácilmente. La única manera confiable de saber si alguien tiene el VIH es con la prueba del VIH.

Para no contagiarse de VIH, las mujeres y los hombres deben:

- hacerse la prueba del VIH.
- tratarse otras infecciones.
- usar condones con cualquier pareja que tiene el VIH o cuyo estado de VIH ellos desconocen.
- no usar jeringas, agujas u otros instrumentos que pudieran estar sucios. Corte la piel sólo con instrumentos esterilizados (ver página 59). Esto incluye los instrumentos usados para perforar, acupuntura, tatuajes, cicatrización o circuncisión.
- tener tratamiento para el VIH.



Si dos personas confirman que no tienen VIH y confían una de la otra entonces pueden tener sexo sin usar condones sin contagiarse de VIH.

Mantenerse saludable con el VIH

Cuando el sistema inmunológico de una mujer es atacado por el VIH, es muy importante que ella prevenga y trate las otras infecciones que tenga:

- Debe ver a una trabajadora de la salud si tiene signos de otras ITS, como comezón, una erupción, una secreción vaginal extraña o llagas alrededor de los genitales.
- Necesita comer más comida y tener una dieta saludable (ver página 33). Le puede ayudar tomar pastillas multivitamínicas.
- La mujer necesita protegerse ella misma de la tuberculosis (TB). Las personas con el VIH mueren más de tuberculosis que de cualquier otra enfermedad. Una mujer con el VIH debe mantenerse alejada de personas infectadas con TB. Si desarrolla signos de TB, debe ver a un trabajador de la salud inmediatamente. Los signos de TB son tos, sudores nocturnos, fiebre o pérdida de mucho peso.
- Debe beber sólo agua que esté libre de microbios los cuales pueden causar diarrea y otros problemas.

Las mujeres con el VIH también necesitan apoyo emocional. Anímelas a buscar apoyo de personas en quienes confían. Ellas pueden aprender bastante de otras personas que tienen el VIH.



Una mujer con el VIH que está empezando a enfermarse (por ejemplo con fisuras y llagas alrededor de la boca, pérdida de peso, erupciones con comezón o muchos resfríos) puede tomar cotrimoxazol (trimetoprim-sulfa) cada día para protegerla de muchas infecciones y ayudar a su sistema inmunológico a mantenerse saludable. Ver página 479.

Si es posible, una mujer debe hacerse una prueba de sangre llamada ‘recuento de células CD4’ que muestra qué tan fuerte está el sistema inmunológico al contar las células CD4. Mientras mayor sea el número, mejor podrá el cuerpo combatir infecciones. Una mujer cuyo recuento CD4 está debajo de 500 necesita tratamiento con una combinación de medicinas para VIH, llamada TAR.

Medicinas que controlan el VIH

La combinación de medicinas llamada terapia antirretroviral, o TAR, puede hacer más saludables a las personas con el VIH y ayudarlas a vivir más tiempo. Estas medicinas también ayudan a prevenir la infección del VIH en el bebé durante el embarazo y el parto.

La TAR se debe tomar cada día a la misma hora para que funcione bien. Si una mujer para de tomarla, su VIH se hará más agresivo y ella se enfermará de nuevo. Después, si reempieza a tomar la TAR, su VIH será más difícil de tratar con la misma medicina.

Hay varias combinaciones posibles de medicinas para usar. Información más detallada sobre el uso de la TAR se puede ver a partir de la página 491.

Nota: Si la TAR no está disponible en su localidad, puede ser difícil para cada mujer que necesita tomarla para su propia salud. Pero aún en esta situación, las mujeres embarazadas y parteras posiblemente pueden obtener medicinas para prevenir el contagio del bebé por VIH durante el parto. Vea la página 495.

Hepatitis B

Hay varios tipos de hepatitis. La hepatitis B es una infección peligrosa, causada por un virus que daña el hígado. La transmisión de la hepatitis B ocurre cuando la sangre u otros líquidos del cuerpo de una persona infectada entran al cuerpo de otra persona. La saliva, el fluido vaginal y el semen son ejemplos de los líquidos del cuerpo. La hepatitis B se contagia fácilmente, sobre todo durante las relaciones sexuales. Una mujer embarazada también le puede pasar la enfermedad a su bebé.

Signos de hepatitis (incluyendo la hepatitis B)

- falta de apetito
- debilidad y cansancio
- ojos amarillos y, a veces, piel amarilla (sobre todo en las palmas de las manos y las plantas de los pies)
- náuseas o dolor en el vientre
- orina marrón (color de Coca Cola) y excrementos blancuzcos
- ningún signo

Tratamiento

Ninguna medicina ayuda. De hecho, las medicinas pueden dañar el hígado aun más. Pero la mayoría de las personas se recuperan de la hepatitis B.

Para recuperarse más pronto, la persona debe descansar, comer alimentos fáciles de digerir y no beber nada de alcohol.



La hepatitis B y el embarazo

Si una mujer embarazada tiene signos de hepatitis B, consiga consejos médicos. El bebé necesitará una vacuna para evitar que se infecte.

Enseñarles a las mujeres a prevenir las ITS

Las mujeres deben saber que cualquier compañero sexual puede tener una infección de transmisión sexual. La probabilidad de que un hombre tenga una ITS es mayor si él tiene relaciones sexuales con otras personas sin usar condones.



La única forma de saber con certeza si una persona tiene una ITS es hacerle una prueba. Averigüe si es posible hacerse esas pruebas gratis o a bajo costo en su zona. Para aprender sobre las pruebas que usted puede hacer, vea la página 379.

La mejor manera de protegerse contra las ITS es no tener relaciones sexuales con alguien que podría estar infectado. Puede también usar condones (para hombre o para mujer) cuando tenga relaciones sexuales. Los condones son bastantes eficaces para muchas ITS, pero hay una pequeña posibilidad de infectarse aun cuando se usa un condón.

Las parteras pueden ayudar a proteger a las mujeres contra el VIH y la hepatitis B esterilizando todas las jeringas y los demás instrumentos que usen durante el parto o cuando hagan procedimientos invasivos. Vea la página 59.

Las parteras pueden enseñarles a las mujeres a protegerse de estas formas:

- Usar condones cada vez que tengan relaciones sexuales.
- No tener relaciones sexuales con alguien que tenga signos de una ITS (aunque muchas veces el contagio ocurre aunque la persona no tenga signos).
- No hacerse lavados vaginales ni ponerse hierbas o talcos en la vagina para secársela. Cuando la vagina está seca o está irritada a causa de los lavados, las relaciones sexuales pueden producir pequeños cortes en la piel. Eso aumenta el riesgo de que la mujer se contagie de VIH u otras ITS.

Si el hombre se niega a usar un condón, estos métodos pueden ayudarle a la mujer a protegerse un poco contra las ITS:

- Usar un diafragma.
- Lavarse los genitales por fuera después de tener relaciones sexuales.
- Orinar justo después de tener relaciones sexuales.

Otra opción es tener relaciones sexuales sin penetración (vea la página 312).

Luchar por eliminar las ITS en su comunidad

Aquí tiene algunas ideas para ayudar a detener el contagio de las ITS en su comunidad:

- Hable acerca de las ITS con las mujeres que atienda. Tal vez a algunas de ellas les dé vergüenza hablar de eso, pero la información podría salvarles la vida.
- Durante las consultas prenatales, pregúntele a las mujeres si han tenido flujo vaginal anormal o llagas en los genitales, o dígales que, si quieren, usted puede revisarles para ver si tienen signos de ITS.
- Organice a un grupo para hablar sobre las ITS, el VIH y otros temas de salud.
- Promueva la educación sexual en la escuela de su zona. Ayude a los padres a entender que la información acerca de las ITS, como el VIH, ayudará a los jóvenes a tomar mejores decisiones en el futuro, cuando empiecen a tener relaciones sexuales.
- Hable con los hombres y ayúdeles a entender los riesgos de las ITS, entre ellos, los riesgos para las mujeres embarazadas y sus bebés.
- Averigüe en el hospital más cercano cuáles ITS son las más frecuentes en su comunidad. También podría conseguir esa información de las autoridades de salud.
- Averigüe cuáles medicinas son las más eficaces contra las ITS en su zona y cuánto cuestan. Aprenda a tratar las ITS o ayude a las mujeres a conseguir tratamiento.
- Ayude a abrir una farmacia en su comunidad para que la gente pueda conseguir condones y medicinas con más facilidad.

Quiero que mis hijas sepan protegerse, pero no sé qué decirles. Mi madre nunca me habló de esas cosas.

Te entiendo. ¿Cómo podemos explicárselo a ellas?

