

Capítulo 16

En este capítulo:

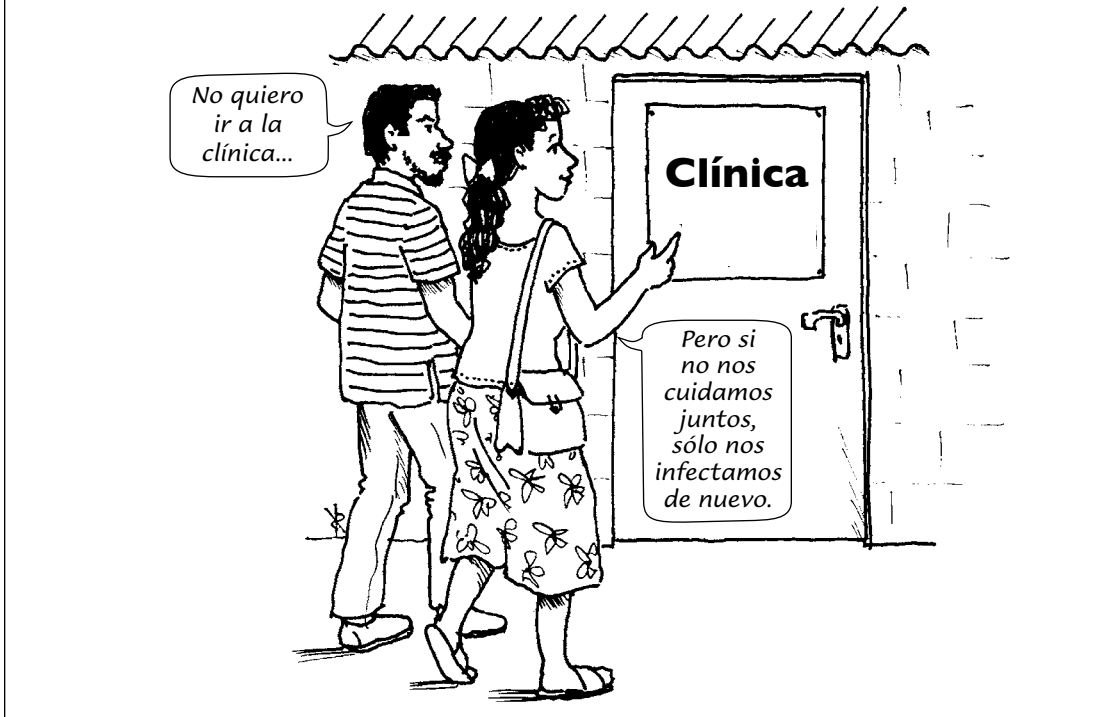
Por qué las infecciones sexuales son un problema grave para las mujeres	262
Cómo saber si corre el riesgo de contagiarse con una infección sexual	263
Qué hacer si tiene señas de una infección sexual	263
Medicinas para tratar las infecciones sexuales	264
Desecho anormal	265
Verrugas en los genitales	269
Llagas en los genitales (Úlceras genitales)	270
Complicaciones de las infecciones sexuales	274
Infección pélvica	274
Otras infecciones sexuales (VIH y hepatitis B)	277
Cómo sentirse mejor	278
La lucha por el cambio	279

Cómo usar este capítulo:

Este capítulo describe las infecciones sexuales más comunes y explica cómo tratarlas y prevenirlas. Este capítulo también explica cómo tratar ciertos problemas de los genitales que no se transmiten sexualmente.

Este capítulo también sugiere muchas medicinas diferentes para tratar diferentes infecciones. Antes de tomar cualquier medicina, lea el capítulo 31 sobre las medidas de seguridad que debe tomar al usar medicinas. También consulte las “Páginas verdes” (vea pág. 485), para información acerca de cada medicina.

Infecciones sexuales y otras infecciones de los genitales



Las infecciones de transmisión sexual, o simplemente infecciones sexuales, son infecciones que una persona le pasa a otra durante las relaciones sexuales. Las infecciones sexuales se pueden transmitir mediante cualquier tipo de sexo. Puede ser cuando hay contacto de pene con vagina, de pene con ano o de boca con pene o vagina. A veces una infección sexual se puede transmitir simplemente cuando una persona infectada soba su pene o vagina contra los genitales de otra persona. Una madre infectada puede pasarle una infección sexual a su bebé antes de que éste nazca o durante el parto. Las infecciones sexuales aumentan el riesgo de contraer o transmitir el VIH.

A menos que se traten a tiempo, las infecciones sexuales pueden causar...

- *infertilidad*, tanto en hombres como en mujeres.
- bebés que nacen demasiado pequeños, antes de tiempo, ciegos, enfermos o muertos.
- *embarazos tubáricos* (por ejemplo, en las *trompas*).
- la muerte (en casos de infecciones graves).
- dolor *crónico* en la parte baja de la barriga.
- *cáncer del cérvix*.

► Una pareja puede evitar muchos problemas graves si ambos miembros reciben a tiempo tratamiento para una infección sexual.

► Este capítulo también le ayudará a tratar problemas de los genitales que no se transmiten sexualmente.

Por qué las infecciones sexuales son un problema grave para mujeres

► La mayoría de las mujeres (y muchos hombres) infectadas con una infección sexual no tienen señales de la misma.

► Si las mujeres pudieran obtener pruebas exactas y baratas para las infecciones sexuales, podrían evitar tomar medicinas que no necesitan, que quizás no puedan pagar o que causan efectos secundarios.



la salud sexual, 181
negociando el uso de condones, 192



Las infecciones sexuales también perjudican a los hombres

Si no son tratadas, las infecciones sexuales pueden hacer que un hombre...

- se vuelva infértil.
- tenga dolor crónico.
- se infecte con VIH.

Tanto las mujeres como los hombres pueden contagiarse con infecciones sexuales. **Pero es más fácil que un hombre infecte a una mujer, a que una mujer infecte a un hombre.** Esto es porque el pene del hombre entra en alguna parte del cuerpo de la mujer—como su vagina, boca o ano—durante el sexo. Sin un condón, el semen del hombre, el cual puede portar una infección, queda dentro del cuerpo de la mujer. Esto aumenta la probabilidad de que a ella le dé una infección. Cuando una mujer tiene lesiones en sus genitales o irritación a raíz de una infección vaginal, es más vulnerable para contraer el VIH.

Es más difícil notar las señales de una infección sexual en una mujer que en un hombre, porque los genitales de la mujer se encuentran dentro de su cuerpo. Por esta misma razón, es difícil en sí notar si una mujer tiene una infección en los genitales—y aún más difícil saber qué tipo de infección es.

Por qué tantas mujeres se infectan

Puede ser difícil para una mujer protegerse contra una infección sexual. Muchas veces, ella tiene que tener sexo con su compañero cuando él se lo exige. Quizás ella no sepa si su compañero tiene relaciones sexuales con otras personas, o si él tiene una infección sexual. Si él tiene sexo con otra persona que está infectada, él podría pasarle la infección a su mujer.

Tal vez una mujer no pueda convencer a su compañero de usar condones. Los condones son la mejor forma de proteger a ambos miembros de una pareja, pero el hombre tiene que estar dispuesto a usarlos (vea página 193).



Puede que usted tenga una infección sexual si tiene una o más de estas señales:

- un desecho fuera de lo usual o de mal olor de la vagina
- genitales con picazón
- genitales con dolor
- ronchas, una bolita o una llaga en los genitales
- dolor en la parte baja de la barriga o dolor durante el sexo.

CÓMO SABER SI CORRE EL RIESGO DE TENER UNA INFECCIÓN SEXUAL

Aunque usted no tenga ninguna señal, puede que usted corra el riesgo de tener una infección sexual si...



- su pareja tiene señales de una infección sexual. Es probable que le haya pasado la infección a usted, aunque usted no tenga señales.
- tiene más de un compañero. Mientras más compañeros tenga, mayor es la posibilidad de que uno de ellos le haya pasado una infección sexual.
- usted ha tenido un nuevo compañero en los últimos 3 meses. Es posible que él haya tenido otra compañera (o compañero) justo antes que usted, que haya tenido una infección sexual.
- usted cree que su compañero tiene otras compañeras (por ejemplo, si a veces vive lejos de su hogar). De ser así, es más probable que él se infecte con una infección sexual y que la infecte a usted.

QUÉ HACER SI TIENE SEÑAS O CORRE EL RIESGO DE TENER DE UNA INFECCIÓN SEXUAL

Si usted tiene señales de alguna infección sexual o si piensa que está en riesgo de contraer una, debe iniciar inmediatamente el tratamiento. Lamentablemente, los exámenes para las infecciones sexuales no están disponibles en muchos lugares, suelen ser caros y no siempre son confiables.

- **Obtenga tratamiento pronto.** Si tiene algunas de las señales descritas en este capítulo, siga los tratamientos recomendados.
- **No espere hasta estar muy enferma.** Si recibe tratamiento, se protegerá contra problemas más graves en el futuro y evitará infectar a otras personas.
- **Hágase el examen si está disponible.** Puede tener otra infección sexual aunque no tenga señales.
- **Ayude a su pareja a recibir tratamiento al mismo tiempo que usted.** Si no, él la volverá a infectar si tienen relaciones sexuales.
- **Protégase cuando tenga relaciones sexuales.** Le puede dar otra infección sexual o VIH si no se protege (vea página 89).
- **Trate de hacerse la prueba del VIH.** Las infecciones sexuales y el VIH pueden ocurrir simultáneamente (vea página 286).
- **Asegúrese de tomar TODA la medicina,** aunque las señales se le empiecen a quitar. No compre sólo parte de la medicina. No estará curada hasta que se haya tomado toda la medicina requerida.



► La falta de exámenes disponibles a bajo costo y con resultados correctos para las infecciones sexuales es un gran problema para las mujeres. Puede resultar en que las mujeres tomen medicinas que no necesitan, que no puedan costear y que causan efectos secundarios.

Si las señales no desaparecen después de tomar las medicinas, consulte a un trabajador de salud. El dolor y el desecho vaginal pueden ser señales de otro problema, como cáncer.

Medicinas para tratar las infecciones sexuales

► En este capítulo aparecen advertencias para las medicinas que no deben ser tomadas por las mujeres que están embarazadas o que están dando pecho. Si una medicina no tiene una advertencia, es seguro tomarla.

► Antes de tomar cualquier medicina, usted debe leer la información que aparece respecto a ella en las “Páginas verdes”. Puede que haya más información que usted necesite saber.

► Si no está segura de cuál medicina será más eficaz para un problema, trate de consultar a un trabajador de salud o a un boticario, quien sabrá cuáles son las mejores medicinas donde usted vive.

En este capítulo recomendamos medicinas para tratar diferentes infecciones sexuales. Recuerde que la mayoría de las personas tienen más de una infección sexual o infección en los genitales al mismo tiempo, y quizá sea necesario tomar más de una medicina. Con cualquier medicina que decida tomar, debe seguir las indicaciones correctamente.

En diferentes partes del mundo se venden diferentes medicinas, y los precios pueden variar. Así que puede que una de estas medicinas no se consiga donde usted vive, o puede que haya otra medicina que también sea eficaz y más barata.

También puede ser que usted necesite tomar una medicina diferente si...

- usted está embarazada o dando pecho y no es seguro tomar la medicina durante estos períodos.
- la infección sexual que usted está tratando de combatir se ha vuelto resistente a la medicina.
- usted tiene una alergia a la medicina. Algunas personas son alérgicas a las medicinas como la penicilina o las sulfas. Para información sobre cómo sustituir antibióticos, vea la página 480.



LA RESISTENCIA A LOS MEDICAMENTOS

Al usar medicinas para tratar una infección sexual u otros males, es muy importante tomar toda la medicina. Si una persona no toma una cantidad suficiente de la medicina apropiada—o si deja de tomar la medicina antes de completar el tratamiento—no mueren todos los microbios responsables de la infección. Los microbios más fuertes sobreviven y crean tipos más resistentes de la infección. Entonces, una medicina que antes funcionaba para esa infección, ya no la cura. A esto se le llama resistencia.

En muchos lugares la gonorrea se ha vuelto resistente a las medicinas que generalmente se usan para tratarla. Hable con un trabajador de salud para averiguar si en su área hay infecciones sexuales que son resistentes a ciertas medicinas, y cuáles son las mejores medicinas que se consiguen en su área para tratar esas infecciones.

Asegúrese de tomar las medicinas correctamente

Recuerde, al tratar una infección sexual, siempre...

- asegúrese de que su compañero también reciba tratamiento.
- tome toda la medicina.
- deje de tener relaciones sexuales o use un condón hasta que todas sus señas hayan desaparecido Y usted y su compañero se hayan terminado toda la medicina.
- acuda a un trabajador de salud si no se ha mejorado para cuando termine su tratamiento.
- protéjase mejor durante las relaciones sexuales ya que vuelva a tenerlas.



Es normal tener un poco de desecho o flujo que le sale de la vagina. Ésta es la forma en que la vagina se limpia a sí misma. La cantidad de flujo cambia a lo largo de su ciclo mensual. Durante sus días fértiles, su flujo es más aguado, resbaloso y transparente. Si usted está embarazada, puede que tenga más desecho.

Un cambio en la cantidad, en el color o en el olor del desecho vaginal a veces es señal de una infección, pero puede ser difícil saber qué tipo de infección es en base al desecho.

CAUSAS COMUNES DEL DESECHO ANORMAL

Un desecho anormal puede indicar una infección por hongos o una vaginosis bacteriana, las cuales no son transmitidas a través de las relaciones sexuales. También puede ser una señal de tricomonas, gonorrea o clamidia, que son infecciones de transmisión sexual. Para más información sobre las señales de estas infecciones y cómo tratarlas, vea las páginas 266 al 268.

IMPORTANTE *Usted podría tener una infección pélvica grave si tiene desecho de la vagina junto con dolor en la parte baja de la barriga. ¡Consiga tratamiento de inmediato! Vea la página 274.*

Candidiasis (hongos, algodoncillo)

Las infecciones por *Candida* no se transmiten sexualmente. Tampoco causan complicaciones. Pero pueden ser muy incómodas. Usted tendrá una mayor probabilidad de padecer una infección por hongos cuando está embarazada o tomando *antibióticos*, o si tiene una enfermedad como *diabetes* o *VIH*.

Señas:

- desecho blanco y grumoso, como leche cuajada o yogur
- piel color rojo vivo fuera y dentro de la vagina, que puede sangrar
- mucha comezón dentro o fuera de la vagina
- ardor al *orinar*
- olor a moho o pan hornéandose

Desecho anormal

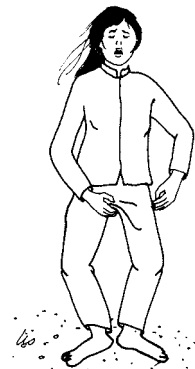


Un cambio en el olor o en el color de su flujo vaginal podría indicar que usted tiene una infección.

Comezón en los genitales

La comezón en los genitales se puede deber a diferentes causas. La comezón alrededor de la abertura de la vagina puede deberse a candidiasis o tricomonas. La comezón en el vello de los genitales o cerca de los genitales puede deberse a sarna o piojos. La sarna y los piojos se pueden tratar con remedios locales o con medicinas que se venden en la mayoría de las farmacias. Para mayor información, vea **Donde no hay doctor**, u otro libro general de medicina.

A veces la comezón se debe a jabones o desodorantes que contienen perfume. También se puede deber a plantas y hierbas que se usan para lavarse la vagina. Lávese sólo con agua para ver si se le quita la comezón.



Tratamiento:

La candidiasis no es peligrosa y muchas veces se puede curar con remedios naturales. Es mejor tratar a una mujer embarazada antes del parto para evitar que su bebé contraiga algodoncillo (vea página 117).

Un remedio natural consiste en mezclar 3 cucharadas de vinagre con 1 litro de agua hervida y tibia. Empape un algodón limpio en la mezcla e insértelo en la vagina cada noche por 3 noches seguidas. Quite el algodón cada mañana.



Medicinas para tratar una infección por hongos (candidiasis)

Empape un algodón limpio con violeta de genciana al 1%. Inserte el algodón en la vagina cada noche por 3 noches seguidas. Quite el algodón cada mañana. **O** use cualquiera de estas medicinas.

Medicina	Cuánto tomar	Cómo y cuándo tomarlas
miconazol.....	ponga 1 comprimido de 200 mg.....	muy adentro de la vagina, cada noche por 3 noches seguidas
o nistatina.....	inserte 100.000 unidades.....	muy adentro de la vagina, cada noche por 14 noches seguidas
o clotrimazol.....	ponga 2 comprimidos de 100 mg.....	en la vagina, cada noche por 3 noches seguidas

Prevención:

Use ropa y ropa interior floja y hecha de algodón en lugar de polyester o nylon. Esto permite que entre aire a la zona de los genitales y ayuda a prevenir la candidiasis. Lave o cambie a menudo la ropa interior. Al bañarse, no use jabón en la vagina. No debe hacerse lavados vaginales.

Vaginosis bacteriana

La vaginosis bacteriana no se transmite sexualmente. Si usted está embarazada, puede hacer que su bebé nazca antes de tiempo.

Señas:

- más desecho de lo usual
- un olor a pescado de la vagina, sobre todo después del sexo
- comezón leve

Si no CORRE EL RIESGO de una ITS

Medicina para el desecho vaginal: para tratar la vaginosis bacteriana

Para determinar si está bajo riesgo de contraer una ITS, vea la página 262.

Medicina	Cuánto tomar	Cómo y cuándo tomarlas
metronidazol.....	400 a 500 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 7 días
o metronidazol.....	2 gramos (2000 mg).....	por la boca, 1 sola dosis
<i>(evite el metronidazol en los primeros 3 meses del embarazo)</i>		
o clindamicina.....	300 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 7 días
o clindamicina.....	5 gramos de crema al 2% (un aplicador completo)	muy adentro de la vagina a la hora de dormir por 7 días

También hay que tratar al compañero de la mujer: 2 gramos de metronidazol por la boca, 1 sola vez.

IMPORTANTE No tome alcohol mientras esté tomando metronidazol.

Tricomonas

La tricomonas es una infección sexual muy incómoda y provoca mucha picazón. Un hombre generalmente no tiene señas, pero aun así puede portar la infección en el pene y pasársela a otras personas durante el sexo.

Señas:

- desecho gris o amarillo, con burbujas
- desecho que huele mal
- área de la vagina y los genitales roja y con comezón
- dolor o ardor al orinar

Gonorrea (blenorragia, “la gota”, purgación) y clamidia

La gonorrea y la clamidia son infecciones sexuales graves. Pero son fáciles de curar si se tratan en sus inicios. Si no, pueden causar infecciones graves e infertilidad tanto en las mujeres como en los hombres.

En el hombre, las señas usualmente comienzan de 2 a 5 días después de tener relaciones sexuales con una persona infectada. Pero un hombre puede no tener señas a pesar de estar infectado. En la mujer, puede que las señas se tarden semanas o hasta meses en empezar. A pesar de no tener señas, usted le puede pasar la gonorrea o clamidia a otra persona.

Señas en la mujer:

- desecho amarillo o verde de la vagina o el ano
- dolor o ardor al orinar
- fiebre (calentura)
- dolor en la parte baja de la barriga
- dolor o sangrado durante el sexo
- o ninguna seña



Señas en el hombre:

- desecho que sale del pene
- dolor o ardor al orinar
- dolor o hinchazón en los testículos
- o ninguna seña



► La gonorrea y la clamidia producen las mismas señas, así que debe recibir tratamiento para ambas.

Si cree que corre el RIESGO de contraer una infección sexual

**Medicinas para el desecho vaginal:
para tratar la gonorrea, clamidia y tricomonas**

También trata la vaginosis bacteriana

Para determinar si está en riesgo de contraer una infección sexual, vea la página 262.

Medicina	Cuánto tomar	Cómo y cuándo tomarlas
ceftriaxona.....	125 mg.....	inyectada en el músculo en 1 sola dosis
o espectinomicina.....	2 gramos (2.000 mg).....	inyectada en el músculo en 1 sola dosis

Y

azitromicina.....	1 gramo (1.000 mg).....	1 sola dosis por la boca
o doxiciclina.....	100 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 7 días <i>(no utilice doxiciclina si está embarazada y evite utilizarla si está dando pecho)</i>
o eritromicina.....	500 mg.....	por la boca, 4 veces al día por 7 días
o tetraciclina.....	500 mg.....	por la boca, 4 veces al día por 7 días <i>(no utilice tetraciclina si está embarazada o está dando pecho)</i>
o amoxicilina.....	500 mg.....	por la boca, 3 veces al día por 7 días <i>(la amoxicilina puede ser utilizada en el embarazo cuando la azitromicina y la eritromicina no están disponibles)</i>

Y

metronidazol.....	400 a 500 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 7 días
.....	o 2 gramos (2.000 mg).....	por la boca, 1 sola dosis <i>(evite el metronidazol en los primeros 3 meses de embarazo)</i>

O

tinidazol.....	2 gramos (2.000 mg).....	por la boca, 1 sola dosis
o si tiene menos de 3 meses de embarazo: . . .	500 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 5 días

También es importante tratar al compañero de la mujer con los mismos medicamentos.

IMPORTANTE No tome alcohol mientras esté tomando metronidazol o tinidazol.

Las verrugas de los genitales son causadas por un *virus*. Se ven como las verrugas en cualquier otra parte del cuerpo. Es posible tenerlas sin darse cuenta, sobre todo si éstas se hallan dentro de la vagina o en el interior de la punta del pene. Las verrugas pueden quitarse sin tratamiento, pero eso puede tomar mucho tiempo. Generalmente siguen empeorando y hay que tratarlas.

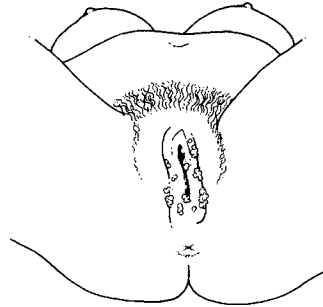
Señas:

- comezón
- bolitas blancas o café (marrones) que son ásperas y no duelen

En los hombres, generalmente crecen en el pene (o justo adentro de él) y en el escroto o el ano.



En las mujeres, estas bolitas usualmente crecen en los pliegues de la *vulva*, dentro de la vagina y alrededor del ano.



IMPORTANTE *Los bultos largos, planos y húmedos que parecen verrugas pueden ser seña de sífilis (vea la página siguiente). Trate de hacerse la prueba para la sífilis, y NO use el siguiente tratamiento.*

Tratamiento para verrugas:

1. Unte la piel alrededor de cada verruga con vaselina u otra pomada grasosa para proteger la piel sana.
2. Con un palillo u otro tipo de palito, ponga cuidadosamente una cantidad muy pequeña de ácido tricloroacético hasta que la verruga se ponga blanca. También puede usar ácido bicloroacético.



Aplique solución de podofilina al 20% de la misma manera, hasta que la verruga se ponga de color café. **Hay que enjuagar el área para quitar la podofilina 6 horas después de su aplicación.** No use podofilina mientras esté embarazada.

Si el tratamiento está funcionando, producirá llagas dolorosas donde solían estar las verrugas. Mantenga las llagas limpias y secas. Trate de no tener relaciones sexuales hasta que las llagas desaparezcan. Si tiene que tener relaciones sexuales, su compañero debe usar un condón. Las llagas deben sanar en 1 ó 2 semanas. Vigíelas para asegurarse de que no se infecten.

Generalmente es necesario repetir el tratamiento varias veces para deshacerse de todas las verrugas (no importa cuál solución use). Puede repetir el tratamiento después de una semana. Trate de evitar que el ácido caiga sobre una de las llagas que ha salido donde antes había una verruga. Si hay mucha irritación, espere más de una semana antes de hacerse el siguiente tratamiento.

Verrugas en los genitales

► Su compañero debe usar condones durante las relaciones sexuales hasta que ninguno de ustedes tenga verrugas.

► Las verrugas crecen más rápidamente durante el embarazo. Si usted tiene muchas, podría tener problemas durante el parto. Hable de esto con un trabajador de salud.

Llagas en los genitales (Úlceras genitales)

► Si alguna vez ha tenido una llaga abierta en los genitales, para la cual no recibió tratamiento, trate de hacerse una prueba para la sífilis. Algunos países tienen programas gratuitos de pruebas.

► Si usted está embarazada, trate de hacerse una prueba para la sífilis.

CAUSAS COMUNES DE LLAGAS EN LOS GENITALES

La mayoría de las llagas o úlceras en los genitales se transmiten sexualmente. Puede ser difícil saber cuál infección está causando las llagas porque muchas veces aquéllas causadas por la sífilis se parecen a las del chancro blando. Por esta razón, es mejor utilizar medicinas que curen ambas infecciones sexuales cuando se esté tratando las llagas en los genitales (vea el cuadro en la página 271).

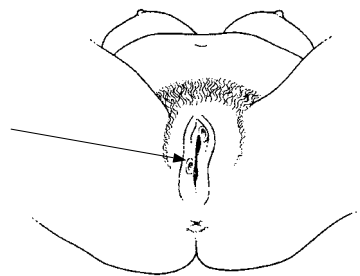
IMPORTANTE El VIH, el virus que causa el SIDA, fácilmente puede transmitirse a través de una llaga en los genitales durante las relaciones sexuales. Para prevenir la transmisión del VIH, no tenga relaciones sexuales cuando usted o su pareja tenga una llaga.

Sífilis

La sífilis es una infección sexual grave que tiene efectos por todo el cuerpo y que puede durar por muchos años. Es causada por bacterias y se puede curar con medicina si se trata a tiempo.

Señas:

- La primera señal es una pequeña llaga que **no causa dolor** y que parece un grano, una ampolla, una verruga plana y húmeda o una llaga abierta. La llaga sólo dura varios días o unas cuantas semanas y luego desaparece sola. Pero la infección sigue dispersándose por todo el cuerpo.
- Semanas o meses después, puede que usted tenga dolor de garganta, fiebre, ronchas (sobre todo en las palmas de las manos y las plantas de los pies), llagas en la boca o coyunturas hinchadas. Durante esta temporada, usted puede infectar a otras personas.



Todas estas señas desaparecen por sí mismas, pero la infección continúa. Si no es tratada, la sífilis puede producir mal del corazón, parálisis, demencia (locura) e incluso la muerte.

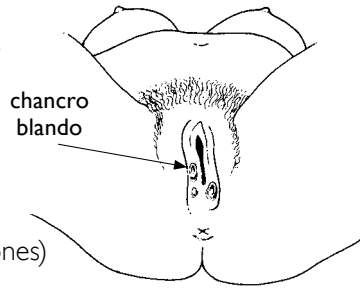
La sífilis y el embarazo. Una mujer embarazada puede pasarle la sífilis a su bebé en el vientre. Eso puede causar que el bebé nazca antes de tiempo, deforme o muerto. Usted puede evitar eso haciéndose una prueba de sangre y recibiendo tratamiento durante el embarazo. Si una mujer embarazada y su compañero se hacen pruebas de sangre que muestran que tienen sífilis, ambos deben recibir una inyección de penicilina benzatínica de 2,4 millones de unidades, una vez a la semana, durante 3 semanas.

Chancro blando

El chancro blando es una infección sexual causada por bacterias. Se puede curar con medicina si se trata a tiempo.

Señas:

- una o varias llagas suaves, **dolorosas** que sangran fácilmente, en los genitales o en el ano
- los *nodos linfáticos* en la ingle (bubones) se pueden hinchar y causar dolor
- un poco de fiebre



Medicinas para las llagas en los genitales

Estas medicinas curan tanto la sífilis como el chancro blando. Escoja una de las medicinas anotadas en el primer cuadro para la sífilis Y una de las medicinas anotadas en el segundo cuadro para el chancro blando. Evite el uso conjunto de eritromicina y azitromicina para las llagas en los genitales.

Medicina	Cuánto tomar	Cuándo y cómo tomarla
penicilina benzatínica.....	2,4 millones de unidades.....	inyectadas en el músculo, una sola dosis
o doxiciclina.....	100 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 14 días <i>(no utilice doxiciclina si está embarazada y evite utilizarla si está dando pecho)</i>
o tetraciclina.....	500 mg.....	por la boca, 4 veces al día por 14 días <i>(no debe usarse si está embarazada o dando pecho)</i>
o eritromicina.....	500 mg.....	por la boca 4 veces al día por 15 días <i>(sólo debe usarse si está embarazada o dando pecho si sé es alérgica a la penicilina)</i>
Y		
azitromicina.....	1 gramo.....	por la boca, una sola dosis
o ciprofloxacina.....	500 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 3 días <i>(no debe usarse si está embarazada o dando pecho o para mujeres menores de 16 años)</i>
o eritromicina.....	500 mg.....	por la boca, 4 veces al día por 7 días
o ceftriaxona.....	250 mg.....	inyectada en el músculo, una sola dosis

Hay que mantener limpias las llagas en los genitales. Lávelas a diario con agua y jabón y séquelas con cuidado. No comparta con nadie la toalla que use para secarse.

► Una persona con VIH puede tener infecciones de herpes por todo el cuerpo que tardan más en desaparecer.

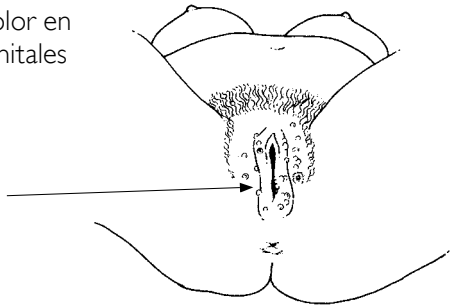
Herpes genital

El herpes genital es una infección sexual causada por un virus. Produce llagas en los genitales o en la boca que vienen y se van durante meses o años. No hay forma de curar el herpes, pero hay tratamientos que pueden ayudarle a sentirse mejor.

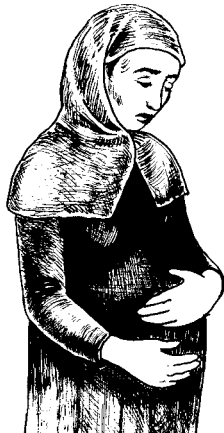
No todas las llagas de herpes en la boca se transmiten sexualmente. Los niños y los adultos muchas veces padecen llagas de herpes en la boca cuando tienen catarro (resfriados) o fiebre (calentura).

Señas:

- hormigueo, comezón o dolor en la piel en el área de los genitales o de los muslos
- ampollitas que se abren y forman llagas abiertas y dolorosas en los genitales



Las llagas de herpes pueden durar 3 semanas o más la primera vez que aparecen. A veces dan fiebre, dolor de cabeza, dolores del cuerpo, escalofríos e hinchazón de los nodos linfáticos en la ingle. La siguiente infección será más leve.



El herpes y el embarazo. Una mujer embarazada que padece herpes y tiene llagas a la hora del parto puede pasarle la infección a su bebé. Eso puede causarle problemas peligrosos al bebé. La mujer debe tratar de dar a luz en un hospital. Allí quizás puedan hacerle una operación para sacar al bebé, o darle medicina especial al bebé cuando nazca.

Para ayudarlo a sentirse mejor:

- Envuelva un pedazo de hielo en un trapo limpio. Póngaselo directamente en la llaga por 20 minutos en cuanto la sienta.
- Haga una *compresa* remojando un trapo en agua limpia con té negro y póngasela en la llaga.
- Siéntese en una bandeja o bañera con agua limpia y fresca.



Una compresa puede calmar las molestias de las llagas genitales.

- Haga una pasta mezclando agua con bicarbonato de sodio o maicena y póngasela en el área adolorida.
- También puede probar las sugerencias de la página 278.

Tratamiento para el herpes

La primera vez que tenga la infección, tome 200 mg de aciclovir, por la boca, 5 veces al día por 7 días, ó 400 mg, 3 veces al día por 7 días.

Si ha tenido una infección de herpes anteriormente, tome la misma medicina en cuanto sienta una sensación de hormigueo, ardor o llagas, pero sólomente por 5 días.

Si le ha dado herpes más de 6 veces en 1 año, tome 400 mg de aciclovir, por la boca, 2 veces al día, todos los días por 1 año. Entonces, deje de tomar la medicina. Quizás no necesite tomarlo más.

Aunque el aciclovir no puede curar el herpes, sirve para calmar la infección y hacerla menos dolorosa y que dure menos tiempo.

► Lávese las manos con agua y jabón después de tocar las llagas.



► Tenga cuidado de no tocarse los ojos ni tocar los ojos de sus niños. Una infección de herpes en los ojos es un problema muy grave.

► Trate de nunca tener relaciones sexuales cuando tenga llagas. Podría pasarle el herpes a su pareja fácilmente.

Complicaciones de las infecciones sexuales



otras causas de dolor en la parte baja de la barriga

► No siempre causa dolor una infección pélvica.

► Para evitar la infección pélvica, siempre trate las infecciones sexuales correctamente. Asegúrese de...

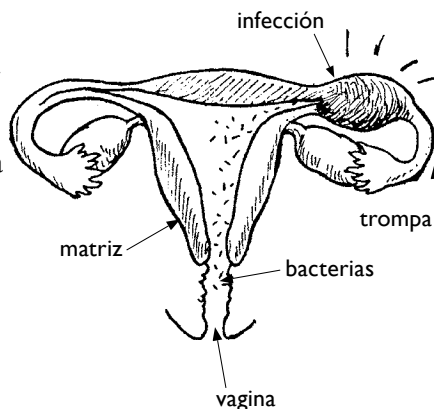
- tomar toda la medicina.
- conseguir que su compañero reciba tratamiento.
- dejar de tener relaciones sexuales hasta que usted y su compañero se hayan acabado sus medicinas y sus señas hayan desaparecido.

INFECCIÓN PÉLVICA

Infección pélvica es el nombre que se le da a una infección de cualquiera de las partes reproductivas que se hallan en la parte baja del abdomen de una mujer.

Usted puede padecer de una infección pélvica si ha tenido una infección sexual, sobre todo gonorrea o clamidia, que nunca se curó. Usted también puede tener una infección pélvica si hace poco dio a luz o tuvo un *malparto* o un aborto.

Los microbios que causan infecciones pélvicas entran por la vagina, cruzan el cérvix y llegan hasta la matriz, las trompas y los ovarios. Si la infección no se trata a tiempo, usted puede padecer de dolor *crónico*, enfermarse gravemente o incluso morir. Una infección en las trompas puede dejar *cicatrices* que pueden causarle infertilidad o aumentar su riesgo de tener un embarazo tubárico.



Señas (usted podría tener una o más de éstas):

- dolor en la parte baja de la barriga
- fiebre alta
- sensación de enfermedad y debilidad
- desecho vaginal verde o amarillo, que huele mal
- dolor o sangrado durante las relaciones sexuales



Trate una infección pélvica de inmediato.

Tratamiento:

Empiece a tomar de inmediato las medicinas que aparecen en la página siguiente. Si usted no se siente mejor después de 2 días y 2 noches (48 horas), o si está muy enferma, con fiebre alta o vómitos, o si hace poco tuvo un aborto o dio a luz, **vaya a un centro médico o a un hospital inmediatamente**. Quizás necesite recibir medicinas muy potentes por la vena.

Medicinas para una infección pélvica

Esta infección usualmente es causada por una mezcla de microbios, entonces hay que tomar más de una medicina para curarla.

Medicina	Cuánto tomar	Cómo y cuándo tomarlas
ceftriaxona.....	250 mg.....	inyectada en el músculo en una sola dosis
o espectinomicina.....	2 gramos (2.000 mg).....	inyectada en el músculo en una sola dosis
Y		
doxiciclina.....	100 mg.....	por la boca, 2 veces al día por 10 días <i>(no utilice doxiciclina si está embarazada y evite utilizarla si está dando pecho)</i>
o azitromicina.....	1 gramo (1.000 mg).....	por la boca, en una sola dosis, <i>(tome azitromicina con comida, puede tomarla durante el embarazo)</i>
o eritromicina.....	500 mg.....	por la boca, 4 veces día por 14 días <i>(es seguro tomarla durante el embarazo)</i>
o amoxicilina.....	500 mg.....	3 veces al día por 14 días <i>(puede usar amoxicilina si usted está embarazada cuando la azitromicina y la eritromicina no estén disponibles)</i>
Y		
metronidazol.....	400 a 500 mg.....	por la boca, 3 veces al día por 10 días <i>(evite el metronidazol en los primeros 3 meses de embarazo)</i>

Trate también al compañero de la mujer con las medicinas mencionadas en el cuadro 'Si cree que corre el RIESGO de contraer una infección sexual' en la página 268.

IMPORTANTE No tome alcohol mientras esté tomando metronidazol.

Mi esposo era maestro en un pueblo muy lejos de nuestra aldea y sólo venía a la casa a visitarme unas cuantas veces al año. Después de una de sus visitas, me enfermé mucho. Tuve fiebre y un dolor terrible en la barriga. Yo no sabía a qué se debía mi infección... Probé remedios del curandero de nuestra aldea, pero no me dieron resultado. Yo no quería buscar ayuda fuera de mi aldea porque no quería dejar a mis hijos y porque no tenía mucho dinero. Me enfermé tanto que mis vecinos creyeron que me iba a morir. Así que me llevaron en un camión al hospital más cercano, que queda a 140 kilómetros de distancia.

El doctor que me atendió en el hospital me dijo que tenía gonorrea, y que esa infección me había causado una infección grave en la barriga. Me dijo que iba a necesitar una operación cara y que tendría que tomar medicinas por muchos días para curarme. También me dijo que probablemente yo no podría volver a tener hijos. Ahora sólo quisiera haber tomado las medicinas correctas desde que me empecé a enfermar.

— República Centroafricana



► Se pueden evitar complicaciones de las infecciones de transmisión sexual tratando éstas a tiempo.

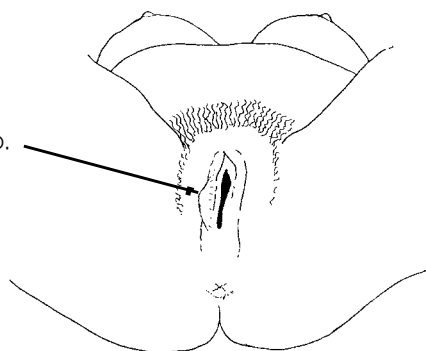
Además de las infecciones pélvicas, las infecciones sexuales pueden causarles otros problemas a las mujeres. Una mujer que padece de una infección sexual que no ha sido curada corre un mayor riesgo de tener problemas de infertilidad (vea pág. 229) y embarazos tubáricos (vea pág. 73). Las infecciones sexuales también pueden causar los siguientes problemas.

VAGINA HINCHADA (INFECCIÓN DE LAS GLÁNDULAS DE BARTHOLIN)

Apenas adentro de la vagina hay dos bolsitas de piel llamadas glándulas. Éstas hacen un líquido que ayuda a mantener húmeda la vagina. A veces entran microbios en estas glándulas y una o ambas se infectan.

Señas:

- Pliegue vaginal más oscuro, hinchado, caliente y doloroso. Generalmente sólo un lado de la vagina se ve afectado.
- A veces hay hinchazón sin dolor.



Aunque esta infección no siempre se debe a una infección sexual, muchas veces sucede cuando una mujer tiene gonorrea o clamidia.

Tratamiento:

1. Remoje un trapo en agua limpia y caliente y póngaselo en el área hinchada. No caliente el trapo demasiado para no quemarse. Repita tan seguido como pueda, hasta que el área hinchada se abra y suelte pus, o hasta que baje la hinchazón.
2. Además, tanto usted como su compañero necesitan tomar medicinas para gonorrea y clamidia. Vea el cuadro de medicinas en la página 266.
3. Si el área está adolorida y sigue hinchada, acuda a un trabajador de salud que pueda abrirla y drenar el pus.

PROBLEMAS DE LOS RECIÉN NACIDOS

Una mujer que tiene gonorrea o clamidia al dar a luz puede pasarle la infección a su bebé. Los ojos del bebé se pueden infectar (conjuntivitis neonatal) y él podría quedar ciego. Para prevenir la infección y la ceguera, ponga pomada antibiótica en los ojos del bebé justo después de que nazca. La clamidia también puede causar *pulmonía* en los recién nacidos.



VIH

El VIH es el virus que causa el SIDA. El VIH se contagia cuando la sangre, el flujo vaginal, el semen o la sangre de una persona ya infectada entra al cuerpo de otra persona. Las llagas en los genitales facilitan la transmisión del virus. El semen y las secreciones de alguien con una infección sexual que tiene VIH contienen una gran cantidad de VIH (vea la página 262).

Las mujeres pueden contagiarse con VIH más fácilmente que los hombres durante las relaciones sexuales. **A usted la puede contagiar una persona que se vea completamente sana.**

No hay manera de curar el VIH, pero el tratamiento puede alargar y mejorar la vida de alguien que tiene el VIH. Practique el sexo seguro para protegerse a usted mismo y a los demás de la transmisión del VIH. Si cree que ha tenido sexo no seguro con alguien que pueda tener el VIH, vea la página 521.

HEPATITIS B

La hepatitis B es una infección peligrosa causada por un virus que daña el *hígado*. La hepatitis B se contagia cuando la sangre, el flujo vaginal o el semen, o raramente la saliva (baba) de una persona ya infectada, entra al cuerpo de otra persona. Esta infección pasa fácilmente de una persona a otra, sobre todo durante las relaciones sexuales.

Señas:

- fiebre (calentura)
- falta de ganas de comer
- cansancio y debilidad
- piel y/u ojos amarillos
- dolor de barriga
- orina oscura y excrementos blancuzcos
- ninguna seña

Tratamiento:

No hay medicina que ayude. De hecho, el tomar medicina podría dañar el hígado aun más.

La mayoría de la gente se recupera de la hepatitis B. Unas cuantas personas pueden tener problemas del hígado que nunca se quitan, incluyendo cáncer. Descanse lo más que pueda y coma alimentos que sean fáciles de digerir. **No tome nada de alcohol por al menos 6 meses.**

La hepatitis y el embarazo. Si usted tiene cualquiera de las señas mencionadas cuando esté embarazada, consulte a un trabajador de salud. Quizás pueda vacunarse para evitar que su bebé tenga hepatitis B.

Otras infecciones sexuales



VIH y SIDA

► Si su compañero ha tenido algunas de estas señas, no tenga relaciones sexuales con él hasta que se haya curado por completo. Pregúntele a un trabajador de salud si puede darle a usted una vacuna.



cáncer



vacuna para la hepatitis B



Cómo sentirse mejor

Para curarse de una infección sexual, usted necesita tomar las medicinas descritas en este capítulo. Para calmar las molestias de una infección sexual...

1. Siéntese en una bandeja con agua limpia y tibia por 15 minutos, 2 veces al día. Haga esto hasta que se sienta mejor. Si piensa que tiene una infección de moniliasis (hongos), usted puede añadir jugo de limón, vinagre, yogur o leche agria al agua tibia.



2. No vuelva a tener relaciones sexuales sino hasta que se sienta mejor.
3. Trate de usar ropa interior hecha de algodón. Esto permitirá que llegue aire a sus genitales, lo cual le ayudará a usted a sanar.

4. Lave su ropa interior a diario y séquela en el sol. Esto mata a los microbios que causan infecciones.



5. Tome una medicina suave para el dolor.



medicinas para el dolor

6. Si usted tiene úlceras genitales y le es doloroso orinar, échese agua limpia en el área de los genitales mientras orina. O siéntese en una bandeja de agua fresqucita mientras orina.

CÓMO PREVENIR LAS INFECCIONES SEXUALES

- Protéjase cuando tenga relaciones sexuales (vea el capítulo 12, sobre la salud sexual).
- Use condones cada vez que tenga relaciones sexuales. Para información sobre cómo animar a su pareja a usar condones, vea la página 192.



- Si su pareja no usa un condón, un diafragma la protege de algunas infecciones sexuales, especialmente de la gonorrea y la clamidia (vea página 205).
- Lávese los genitales por fuera, después de tener relaciones sexuales.
- Orine después de tener relaciones sexuales.
- No se haga lavados de la vagina, ni se ponga hierbas o polvos para secarse la vagina. El hacerse lavados (o lavarse la vagina con jabón) actúa en contra de la humedad natural que la vagina produce para mantenerse sana. Cuando la vagina está seca, puede irritarse durante las relaciones sexuales. Esto facilita la transmisión del VIH y de otras infecciones de transmisión sexual.
- Usted y su pareja pueden practicar el sexo oral o las caricias sexuales en vez de tener relaciones con penetración.

La lucha por el cambio

► La prevención de infecciones sexuales puede proteger a usted y a su compañero contra infecciones graves e infertilidad.



Los condones para el hombre y para la mujer

- la protegen contra infecciones sexuales, incluyendo el VIH.
- protegen la salud de su pareja.
- evitan los embarazos no deseados.

No tenga relaciones sexuales cuando usted o su pareja tengan señas de una infección sexual.

¡Use condones!



AYUDE A PREVENIR LAS INFECCIONES SEXUALES EN SU COMUNIDAD

Las infecciones sexuales son un problema de salud para la comunidad entera. Para ayudar a prevenir las infecciones de transmisión sexual en su comunidad, usted puede...



cómo negociar por sexo más seguro

- explicarles a los hombres y a las mujeres los riesgos que las infecciones sexuales presentan para su salud y la salud de sus familias. Aproveche las ocasiones en que las mujeres estén reunidas, como en el mercado o en la sala de espera de una clínica, para explicarles cómo se transmiten y cómo se pueden evitar las infecciones sexuales.
- trabajar con otras personas para hallar modos de convencer a los hombres de usar condones. Practiquen qué decirle a un compañero para lograr que use un condón.



- asegurarse de que los condones para el hombre y para la mujer sean fáciles de conseguir en su comunidad. Luche para que haya condones gratuitos o baratos en las tiendas, las cantinas y los cafés locales, y para que los distribuyan los trabajadores de salud y las clínicas.
- entrenar a algunos hombres para que les enseñen a otros hombres de la comunidad todo acerca del uso de condones.
- organizar a un grupo comunitario para hablar sobre problemas médicos, incluyendo las infecciones sexuales y VIH. Explique cómo la prevención de infecciones sexuales también ayudará a evitar el VIH.
- apoyar las clases de educación sexual en sus escuelas locales. Ayude a los padres a entender que el hecho de que los niños reciban información acerca de las infecciones sexuales, incluyendo el VIH, les ayudará a escoger las opciones más seguras cuando empiecen a tener relaciones sexuales.
- animar a los jóvenes a compartir con sus amigos información acerca de las infecciones sexuales, incluyendo el VIH.

Después de que un trabajador de salud vino a hablar con un grupo de mujeres de nuestra comunidad sobre las infecciones sexuales y el SIDA, nosotras empezamos a hablar sobre nuestras vidas. Algunas de las mujeres empezaron diciendo que ellas no tenían nada de qué preocuparse. Pero mientras más hablamos, más nos dimos cuenta de que todas las mujeres y todos los hombres necesitan preocuparse de las infecciones sexuales y del SIDA. Nosotras pensamos en formas de lograr que los hombres usen condones. Lo que decidimos fue que necesitábamos informar a la comunidad entera acerca de los peligros de las infecciones de transmisión sexual y del SIDA y las formas de evitar estos males. Organizamos una pequeña



obra teatral y conseguimos que algunas personas de la comunidad actuaran en ella. Creamos un personaje especial, llamado el “Comandante Condón” para que viniera al rescate con condones. Todos en el pueblo vinieron a ver la obra. Se divertieron y también aprendieron varias cosas. Ahora los hombres bromea acerca del “Comandante Condón”, pero al mismo tiempo están más dispuestos a usar condones.

— Oaxaca, México

Palabras al trabajador de salud:

- Averigüe en un centro médico u hospital, o en el Departamento de Salud Pública, cuáles medicinas son más eficaces contra las infecciones sexuales en su comunidad.
- Trate de establecer una farmacia en su comunidad para que la gente pueda conseguir medicinas, condones para el hombre y para la mujer y espermicidas más fácilmente.
- Hable con las personas que atiende para una infección sexual. Explíqueles con cuidado cómo curarse de la infección, cómo evitar contagiar a otras personas y cómo evitar las infecciones sexuales en el futuro. También asegúrese de que sus parejas reciban tratamiento.
- Incluya información sobre la prevención de infecciones sexuales y VIH en los programas de planificación familiar.
- No juzgue ni culpe a las personas que le pidan ayuda para una infección sexual.
- Recuerde que la información médica de cualquier persona con una infección sexual u otro problema es privada. Nunca hable con nadie sobre los problemas de las personas a quienes atiende.

Vea el capítulo 12, acerca de la salud sexual, para mayor información sobre:

- el sexo y los papeles de los hombres y las mujeres
- creencias dañinas sobre la sexualidad de la mujer
- cómo reducir los riesgos de las relaciones sexuales
- formas de gozar más el sexo

Vea también el capítulo “Trabajadoras de sexo”, página 340.