

SEXUALIDAD CON RESPONSABILIDAD V



Un proyecto de:



ÍNDICE

1. Introducción: Programa Sexualidad con Responsabilidad V.
2. Las Infecciones de Transmisión Sexual y los embarazos no deseados.
3. ¿Qué es el VIH? ¿Cómo se transmite el VIH?
4. ¿Qué hacer si se rompe el preservativo?
5. Hazte la prueba del VIH.
6. ¿Te han diagnosticado el VIH?
7. Informe ONUSIDA 2012
8. Conclusiones de los talleres realizados en el Programa Sexualidad con Responsabilidad V.
9. Agradecimientos
10. Direcciones y Teléfonos de Interés.





1. Introducción: Programa Sexualidad con Responsabilidad V.

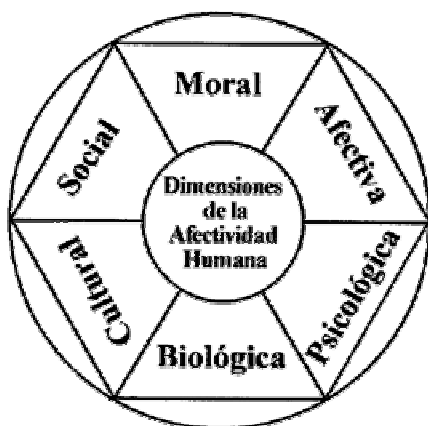
El programa Sexualidad con Responsabilidad se viene desarrollando desde el año 2008 gracias a las subvenciones recibidas por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social y la cofinanciación del Fondo Europeo para la Integración.

Durante estos años el programa Sexualidad con Responsabilidad se ha centrado en aumentar el conocimiento de la población inmigrante sobre los siguientes temas: VIH, sida, ITS y hábitos sexuales saludables y prevención de embarazos no deseados, la sensibilización contra la estigmatización de las personas afectadas por el VIH/sida.

Durante el año 2012, hemos continuado la importante labor preventiva basada en un concepto positivo de la salud sexual, destacando el papel de la afectividad y la comunicación en la educación sexual del colectivo inmigrante y la población en general.

En Aculco ofrecemos los siguientes servicios en cuanto a sexualidad:

- Punto informativo sobre infecciones de transmisión sexual y métodos anticonceptivos.
- Directorio de lugares donde realizarse las pruebas de detección
- Talleres de sensibilización para tener una sexualidad saludable.
- Asesoramiento afectivo-sexual individualizado a la población inmigrante en las sedes de ACULCO en Madrid y Alicante.



Todas las atenciones y servicios se llevan a cabo desde el **modelo biopsicosocial**. Sus contenidos se centran básicamente en la identidad corporal y de género, la autoestima, las habilidades sociales, las emociones y sentimientos, las relaciones socioafectivas, la actividad y conducta sexual y los principales métodos de prevención de embarazos no deseados (END) e Infecciones de Transmisión Sexual.

La dimensión **Bio** hace referencia a que tenemos un cuerpo sexuado, es decir, un sexo biológico; unos genitales que determinan nuestro sexo o intersexo. Está relacionada con la función de reproducción.

La dimensión **Psico** incluye el placer, la erótica, la expresión gestual y corporal, las fantasías, el deseo, las emociones y sentimientos, cómo sentimos, vivenciamos e interpretamos el hecho de ser sexuados.

La dimensión **Social**, consiste en la comunicación de nuestras emociones y sentimientos, las relaciones afectivas y cómo nos ven los demás. Está relacionada con el género, es decir, la consideración social que se tiene por el hecho de ser hombre, mujer, intersexual, transgénero, transexual, heterosexuado, homosexual, bisexual...



besos, masturbación, masajes...

El modelo biopsicosocial pretende desgenitalizar la sexualidad ya que cada milímetro de nuestra piel puede ser erógena y podemos sentir placer, no sólo mediante la estimulación de los genitales.

2. Las Infecciones de Transmisión Sexual y los embarazos no deseados.

Son aquellas que se transmiten al mantener contactos sexuales sin la protección adecuada. Algunas pueden transmitirse por otras vías como la sanguínea (VIH), o de madre a hijo/a durante el parto o embarazo (VIH y sífilis). Los síntomas de las infecciones se notan preferentemente en los genitales pero no sólo en la zona genital.

Sífilis:

La causa la bacteria *Treponema Pallidum*, muchos de sus





síntomas pasan desapercibidos y se puede tener la infección sin notar molestias. Tiene tres fases, en la primaria, aparece una úlcera llamada chancro, es pequeño, redondo e indoloro, dura de 3 a 6 semanas y puede desaparecer sin ser tratado. En la segunda secundaria aparecen manchas en la piel de color rojizo o marrón, en las palmas de las manos y la planta de los pies. Puede dar otros síntomas como fiebre, dolor de cabeza, fatiga, pérdida de peso, caída de cabello, inflamación de los ganglios linfáticos, etc. Si la persona no sabe que tiene la infección, puede pensar que estos síntomas se deben a cualquier otra enfermedad o situación (ej. Estrés). Si no se tratan estos síntomas la infección avanza hasta la etapa terciaria, ésta puede aparecer hasta 10 o 20 años de haberse infectado. Puede afectar a órganos vitales como el cerebro, ojos, corazón, hígado, vasos sanguíneos, los huesos y las articulaciones. El daño puede ser grave y causar la muerte.

Es importante hacerse la prueba para detectarlo y acceder al tratamiento, la sífilis en fácil de curar en las fases iniciales, con una inyección intramuscular de penicilina puede ser suficiente. Haber tenido la infección no evita la reinfección, la persona se puede volver a infectar aún cuando se haya curado con el tratamiento.

Condilomas: los provoca un virus llamado “papovavirus”. En los genitales externos aparecen unas verrugas. No son dolorosas, aunque a veces se puede sentir algún picor. El período de incubación va desde los dos meses hasta los ocho meses. No es una enfermedad grave, aunque sí muy contagiosa y, si no se trata correctamente, las mujeres que han tenido este virus, tienen más probabilidades de desarrollar en el futuro un cáncer de cuello de útero.

Triconomas: Producida por un parásito. Los síntomas son los siguientes:

- Mujeres: se produce una infección vaginal con secreciones verdosas o amarillentas, mal olor y picor al orinar. Este síntoma se acentúa durante la menstruación. También produce dolor durante las relaciones sexuales con penetración.
- Hombres: Casi no existen síntomas, simplemente un poco de picor y alguna que otra molestia al orinar.

Herpes Genital: También causada por un virus. Se transmite por el contacto genital o por otro tipo de contacto, por ejemplo por las manos o por el W.C. Son muy parecidos a los herpes de los labios. Son muy dolorosos y producen fiebre y un intenso malestar general. En los genitales aparecen unas vesículas que al



romperse sueltan un líquido que forma una especie de costra. Desaparecen y no dejan cicatriz. Hay veces que los síntomas vuelven a aparecer porque el virus se queda en el organismo en estado latente y aparece aprovechando una bajada de las defensas. Mientras los síntomas existan, el riesgo de transmisión es muy alto.

Gonorrea: Es provocada por una bacteria que se llama “gonococo” y que vive en las zonas húmedas de nuestro cuerpo: uretra y cuello del útero. Sólo se transmite por contacto genital. Los síntomas son:

- Mujeres: aumento del flujo vaginal (a veces amarillento), dolor en abdomen y molestias al orinar.
- Hombres: secreción amarillenta por el pene, escozor al orinar (la orina cambia de color y puede salir incluso pus).

En ambos puede darse fiebre.

Si no se detecta rápidamente, la bacteria puede extenderse a otras zonas del aparato reproductor, pudiendo producir esterilidad en ambos sexos.

Clamidiasis: También es provocada por una bacteria. Es muy parecida a la gonorrea en sus síntomas. Nuevamente en las mujeres hay un aumento de flujo, dolor al orinar o durante el coito y dolor en el vientre. En los hombres se caracteriza por molestias al orinar, secreción viscosa por el pene y gotitas amarillentas. También se puede extender por otras partes del organismo, pudiendo producir esterilidad en ambos sexos.

Hepatitis B: Ocasionada por un virus. Se transmite por contacto genital, por contacto con la sangre de la madre al feto. Síntomas: cansancio, piel amarilla, orina oscura... El hígado puede llegar a estar afectado. Se puede ser portador y no tener la enfermedad desarrollada ni presentar ningún síntoma, pero sí transmitir la enfermedad a otras personas.



Ladillas: es un parásito que vive en el vello púbico. Se transmite por contacto directo y a veces por la ropa. Produce picores intensos en el pubis.

Sarna: Provocada por otro parásito. Se transmite igual que las ladillas. Produce muchos picores, sobre todo por las noches, en todo el cuerpo y pueden producir lesiones en la piel.



Vaginosis: No es una ITS, sino una alteración de la flora vaginal producida por microorganismos que habitan en la vagina. Es decir, se puede padecer sin haber tenido relaciones sexuales. El flujo vaginal se vuelve más abundante y cambia el color y el olor. Es una infección muy frecuente y tiene un sencillo tratamiento con antibióticos.

Candidiosis: Tampoco es una ITS, pero sí se puede transmitir sexualmente. Está causada por un tipo de hongo. Los factores que pueden contribuir a que aparezca son: tratamientos con antibióticos prolongados, uso de jabones o desodorantes en los genitales, uso de pantalones ajustados, uso de ropa interior de lycra o sintética, uso continuado de salvaslips, abuso de duchas vaginales y cambios hormonales.

- Mujer: se altera la flora vaginal y se produce un intenso picor en la vulva y en la entrada de la vagina, escozor al orinar y flujo blanco y espeso.
- Hombre: aparecen picores en el glande y en el prepucio e incluso pueden aparecer pequeños granitos.
- Es un tipo de infección muy frecuente, el tratamiento debe aplicarse a los dos miembros de la pareja y suele ser cremas y óvulos.

Por ello, es muy importante acudir al médico regularmente y solicitar la prueba de las ITS mediante un análisis de sangre.



TODAS ESTAS ITS SE PUEDEN PREVENIR ÚNICAMENTE CON EL USO DEL PRESERVATIVO (MASCULINO Y FEMENINO) EN LAS RELACIONES.

El riesgo de contagio existe en todos los contactos sexuales ya sea la penetración, sexo oral o anal.

Si estás contagiado/a, la única manera de poder diagnosticar y tratar la infección es haciéndote las pruebas de las distintas ITS.

Los embarazos no deseados se pueden evitar utilizando el método anticonceptivo que más se adecúe a tu relación, consulta con tu médico el que más se ajusta a tus necesidades.

Recuerda que el único método anticonceptivo que previene las ITS, incluido el VIH/sida, y los embarazos no deseados es el **PRESERVATIVO** masculino y femenino.

3. ¿Qué es el VIH? ¿Cómo se transmite el VIH?

El virus de inmunodeficiencia humana (**VIH**) destruye las defensas del organismo y hace que sea más fácil contraer otras infecciones, enfermedades o se padezcan tumores. El **sida** es la fase más grave de la infección por VIH.

El VIH se multiplica activamente en las células infectadas. El sistema inmunitario responde disminuyendo la presencia de virus en la sangre, aunque no impide que estos sigan presentes y continúen afectando a otros órganos. Durante varios años el organismo permanece en esta situación de aparente equilibrio, pero el VIH se sigue multiplicando en las células e infectando otras nuevas. Finalmente, se produce un debilitamiento paulatino de las defensas del organismo.

Si tenemos el VIH en nuestro cuerpo somos una persona infectada y nos podemos encontrar bien y no sospechar que lo tenemos, pero si no recibimos tratamiento médico podremos desarrollar el sida después de unos 10 años. Aunque no hayamos desarrollado el sida podemos infectar a otras personas si no tomamos precaución.

Para saber si se tiene el VIH se puede conocer a través de un análisis de sangre. Esta prueba se puede realizar en cualquier centro de salud de forma gratuita y de manera confidencial.



Recuerda: El VIH NO distingue entre países, sexos, lugares de origen o edades.

Todos y todas podemos contagiarnos... evitarlo depende de nuestro comportamiento.

El virus se puede contagiar a otras personas a través de **4 fluidos**: la Sangre, el Semen, las Secreciones Vaginales y la Leche Materna de



las personas con VIH ya que poseen una concentración suficiente de VIH como para transmitirlo.

El VIH se transmite por las siguientes vías:

- **Vía Sexual**, a través del semen o de las secreciones vaginales que contengan el virus. Ejemplos: Relaciones sexuales con penetración (anal, vaginal u oral) sin preservativo. Cuando una persona presenta otras infecciones de transmisión sexual (como gonorrea, sífilis, herpes, etc.) el riesgo de infección por VIH aumenta. El riesgo existe tanto para la persona que penetra como para la persona penetrada, aunque es mayor para ésta última.
- **Vía Sanguínea**, a través de jeringuillas u otros materiales de inyección contaminados con sangre infectada (tatuajes, acupuntura, piercings, agujeros orejas, etc.).
- **Vía Vertical**, de una madre infectada a su hijo/a durante el embarazo, el parto o al dar el pecho (lactancia).

No se transmite por:

Ni por la saliva, lágrimas, sudor, tos, estornudos, alimentos, ropa, cubiertos, teléfono.

Ni por darse la mano, abrazarse, besarse, caricias, los contactos familiares habituales.

Ni por la masturbación y los besos profundos.

Ni por compartir duchas, lavabos, piscinas, gimnasios, colegios y lugares públicos.

Ni a través de animales, mosquitos e insectos.

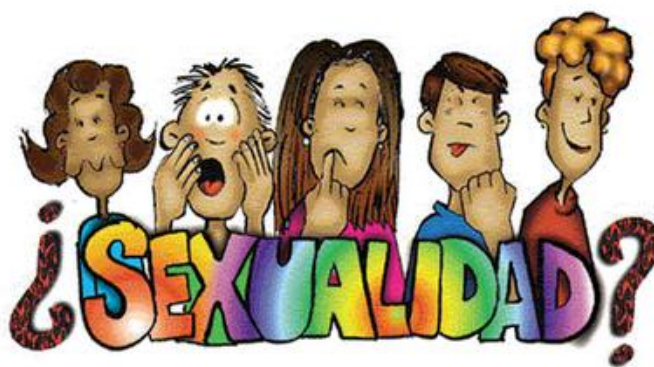
Ni por donar o recibir sangre, siempre y cuando existan los controles adecuados. Es EFICAZ contra la transmisión del VIH, otras ITS (Infecciones de Transmisión Sexual) y los embarazos no deseados.

Las RELACIONES SEXUALES (vaginales, orales y anales) SIN PRESERVATIVO aumentan el riesgo de exposición al VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

Recuerda: Si practicas Sexo Oral sin preservativo es posible la transmisión del VIH y de otras ITS (gonorrea, sífilis).

Hasta el momento, el preservativo es el único anticonceptivo no permanente que pueden utilizar los varones, por lo que es el mejor método para compartir la responsabilidad de la anticoncepción en las parejas heterosexuales.

El uso de preservativos no disminuye la potencia sexual, ni impide disfrutar de la sexualidad.



4. ¿Qué hacer si se rompe el preservativo?

Si se rompe o se queda dentro de la vagina un preservativo masculino, existe riesgo de embarazo, por lo que podría ser necesario recurrir a la píldora postcoital o píldora del día después.

El tratamiento consiste en la toma de 1 comprimido de 1500 mcg que se debe tomar **LO ANTES POSIBLE** y a ser posible hacerlo en las primeras 24 horas. Se puede tomar hasta las 72 horas, **PERO SU EFECTO DISMINUYE CUANTO MÁS SE RETRASA LA TOMA** desde la rotura del preservativo o desde una relación sexual no suficientemente protegida. Si se **VOMITA** antes de que hayan transcurrido 2 horas de la toma, **se debe tomar de nuevo**.

Se recomienda su uso como **ANTICONCEPTIVO DE URGENCIA NO COMO ANTICONCEPTIVO HABITUAL**.

La Píldora **NO PROTEGE CONTRA** el VIH, ni contra otras infecciones de transmisión sexual.

Los más frecuentes son los gastrointestinales: náuseas, vómitos o dolor abdominal. También puede ser frecuente la aparición de tensión o dolor en los pechos. La menstruación puede adelantarse, atrasarse, ser más abundante o más escasa.

SI SE RETRASA la menstruación más de 7 días es recomendable realizarse una prueba de embarazo.

Información sobre la Píldora postcoital o Píldora del día después

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad:

www.yopongocondon.com

Sex Joven (Federación de Planificación Familiar de España):

www.fpfe.org

Sociedad Española de Contracepción:

www.sec.es/informacion/recursos_asistenciales/index.php



5. Hazte la prueba del VIH

Es posible que te hayas expuesto al VIH y no lo sepas. Algunas personas pueden manifestar fiebre, dolores de cabeza, dolores musculares, articulares, dolor estomacal, inflamación de los ganglios linfáticos o erupciones cutáneas durante una o dos semanas, parecido a una gripe, mientras otras personas no manifiestan síntomas.

La prueba del VIH se puede realizar en los centros sanitarios de la red pública de forma gratuita y confidencial:

- Centros de atención primaria: médico de cabecera.
- Centros de planificación familiar.
- Centros de infecciones de transmisión sexual (ITS).

Enlace para saber dónde hacerse la prueba en cada comunidad autónoma:

<http://www.cruzroja.es/vih/donde-hacerse-prueba-VIH.html>

6. ¿Te han diagnosticado VIH?

Recomendaciones:

1. Infórmese del tratamiento anti-VIH.
2. Busque un hospital que satisfaga sus necesidades y un médico de confianza.
3. Aprender sobre el VIH le ayudará a entenderlo.
4. Reflexione sobre cómo y en qué momento comunicar su diagnóstico a familiares y amigos si así lo decide.
5. Intente contactar a otras personas que viven con VIH y asociaciones de apoyo.

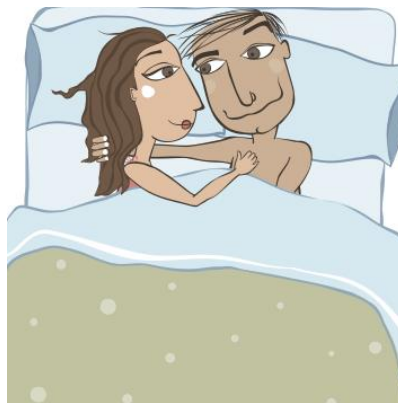
En la actualidad NO existe cura para eliminar el VIH completamente, pero sí se dispone de tratamiento antirretrovirales que detienen la reproducción del VIH y ralentizan el daño producido al sistema inmune, por ello, se reducen las enfermedades oportunistas y la aparición del sida. Además, se ha observado que disminuyen las probabilidades de que la persona con VIH lo contagie a otras.



7. Informe ONUSIDA 2012

Las conclusiones del informe de **ONUSIDA en 2012** son las siguientes:

- Hay 700.000 nuevas infecciones menos en 2011 que en 2001. En 25 países se han disminuido las nuevas infecciones en más del 50 %.
 - En los pasados años ha habido un incremento del 60% del número de personas con acceso a tratamiento, 8 millones de personas tienen tratamiento antirretroviral.
 - Todavía hay 7 millones de personas que no tienen acceso a terapia antirretrovírica. Esta terapia está tomando fuerza como la posibilidad de salvar vidas.
 - Para alcanzar los Objetivos del Desarrollo del Milenio en 2015, se pretende alcanzar a 0 nuevas infecciones, 0 muertes y 0 discriminación relacionada con el VIH. El progreso alcanzado es importante pero aún queda una brecha del 30% en cuanto a los recursos que se necesitan anualmente.
 - **En el mundo** hay 34 millones de personas con VIH, se estima que sólo el 50% sabe el diagnóstico. Actualmente, hay 2.5 millones de nuevas infecciones y 1.7 millones de muertes causadas por el sida.
 - Según el Ministerio de Sanidad, **en España**, hasta el 30 de junio de 2012 se han diagnosticado 844 nuevas infecciones y 1.038 casos de sida.
 - El 79% de los diagnósticos eran hombres. La media de edad fue de 42 años siendo algo mayor en los hombres que en las mujeres (42 frente a 40 años). La proporción de casos pediátricos se sitúa en el 0,2%.
 - Las tasas de nuevos diagnósticos de VIH son similares a las de otros países de Europa occidental, aunque superiores a la media del conjunto de la Unión Europea.
 - La mayoría de los nuevos contagios son personas de España y mayoritariamente hombres.
 - Los **porcentajes de nuevas infecciones** en las diferentes vías de transmisión son las siguientes.
- La vía de mayor contagio es mediante las relaciones sexuales heterosexuales no protegidas, siendo un 32%. En números absolutos, afecta a más hombres que a





- mujeres, ellas representan el 65% de los diagnósticos.
- La transmisión entre hombres que tienen sexo con hombres (HSH) son el 30% de los casos.
 - El compartir material de inyección para el consumo de drogas por vía parenteral supone el 25%.
 - La **población inmigrante** supone todavía un tercio de los nuevos diagnósticos de VIH. Por ello es importante continuar con la labor de prevención a este colectivo social y adaptarlo a sus necesidades. En el caso de las mujeres, más del 50% de los nuevos diagnósticos eran inmigrantes. Tras el origen español, el más frecuente es el Latinoamericano siendo el 21% y el subsahariano 20%.



- Aún el 50% de las nuevas detecciones eran diagnósticos tardíos y este porcentaje es mayor en foráneos de África del Norte y Subsahariana y América Latina. Es necesario destacar la importancia de realizarse la prueba rápida de detección para acceder lo antes posible al tratamiento.
- El descenso de las nuevas infecciones por el VIH en todo el mundo se ha visto favorecido por cambios en las conductas de jóvenes, profesionales del sexo, sus clientes, usuarios de drogas inyectables, hombres que tienen sexo con hombres y personas transexuales.



8. Conclusiones de los talleres

- Se debe continuar con los programas de prevención del VIH y dar respuesta a todas las dudas y mitos sobre sexualidad que tienen los jóvenes.
- Fomentar la formación en educación sexual de padres y madres para que puedan dar información real y adaptada a la edad de sus hijos e hijas.
- Sensibilización sobre la discriminación hacia las personas afectadas con VIH, erradicar la estigmatización.
- Eliminar el tabú acerca de la sexualidad en todas las etapas de desarrollo mediante la sensibilización y la formación.
- Apostar por la prevención del VIH en la población de origen inmigrante y continuar la formación de agentes preventivos.



9. Agradecimientos

Aculco agradece la colaboración en el proyecto de las siguientes entidades:

- **Centro de día de mujeres iberoamericanas Pachamama**
- **Cepi Hispano-Paraguay**
- **Proyecto Esperanza**
- **Ciudad Joven**
- **Norte Joven**
- **Acolvalle**

El desarrollo de los talleres ha sido posible por la colaboración del equipo de trabajo de las delegaciones de Aculco en Alicante, Zaragoza, Madrid, Acolvalle y las mencionadas asociaciones y sus participantes. Así como a las voluntarias que han apoyado en los talleres y en los puntos informativos a lo largo del año y con motivo del Día Mundial de la Lucha contra el Sida.



TELÉFONOS Y ENLACES DE INTERÉS:

TELÉFONO GRATUITO DE INFORMACIÓN SOBRE VIH

Servicio Multicanal Cruz Roja: 900 111 000

Web: www.cruzroja.es/vih

900 ROSA: Coordinadora Gay-Lesbiana. Telf.: 900 601 601.

Web: www.cogailles.org/index.php

ENLACES DE INTERÉS

Cesida: Coordinadora Estatal de VIH-sida

www.cesida.org

Jurisida: Defensa de los derechos de las personas afectadas por el VIH/sida.

www.jurisida.com

Consejo de la Juventud de España (CJE): Información sobre la prevención de la transmisión del VIH.

www.condoneate.org/es/

ONG Stop Sida.

www.stopsida.org

COGAM Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales de Madrid.

www.cogam.org

ONUSIDA

UNAIDS: Programa de VIH/sida de las Naciones Unidas.

<http://www.unaids.org>

INFORMACIÓN SOBRE IDENTIDAD Y ORIENTACIÓN SEXUAL

Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales.

<http://www.felgt.org>

Asociación Española de personas Transexuales e Intersexuales.

<http://www.transexualia.org>

Fundación Triángulo

<http://www.fundaciontriangulo.es>



SEXUALIDAD CON RESPONSABILIDAD V.

SEDE CENTRAL ACULCO MADRID:

C/ Albendiego 24, locales 4 y 5. 28029 Madrid. Metro: Ventilla o Plaza Castilla.

Telefax: 91 598 23 14.

Web: www.aculco.org

Horario: De Lunes a Viernes de 10:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00 y Viernes de 10:00 a 15:00.

ACULCO ALICANTE

Plaza del Foguerer Tomás Valcárcel, 14. Alicante 03005

Teléfono: 96 520 06 56

Horario: De Lunes a Viernes de 10:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00.

Asociación Sociocultural y de Cooperación al Desarrollo por Colombia e Iberoamérica

Aculco

Álvaro Zuleta Cortés

Presidente de Aculco

aculco@movistar.es

Begoña Bustos

Psicóloga

Redacción de la guía

social@aculco.org

Colaboradoras del proyecto:

Corina Peña

Gabriela Capriles

Olivia Szinetar

Beatriz Caro

Marcelo Pollio

Carlos Giménez

Ángela Iborra

Adriana Álvarez

Subvencionado por:



SECRETARÍA GENERAL
DE INMIGRACIÓN
Y EMIGRACIÓN

DIRECCIÓN GENERAL
DE MIGRACIONES



UNIÓN EUROPEA

FONDO EUROPEO
PARA LA
INTEGRACIÓN