



KIA

CON MI CUERPO

**Manual de Educación Sexual Integral
para niñas, adolescentes y mujeres jóvenes**

Redacción:

Dra. Melissa Lebrón Herrera

Maquetación y diseño de portada:

Migsael Tatis Sosa

Editorial:

Pa Leer



KLK CON MI CUERPO
*Manual de Educación Sexual Integral
para niñas, adolescentes y mujeres jóvenes*



En la sociedad dominicana predominan los enfoques reduccionistas en la educación de la sexualidad, las causas del embarazo en adolescentes están estrechamente relacionadas con el nivel de educación, el empobrecimiento y el rol tradicional que aún se le asigna a las mujeres, niñas y adolescentes. Como apuntaba Freire, el camino de la educación implica siempre un compromiso desde lo cosmovisivo y lo ético; implica una elección “entre una educación para la domesticación alienada y una educación para la libertad. Educación para la persona-objeto o educación para la persona-sujeto”.

Desde Aquelarre RD estamos conscientes que dentro de este clima de injusticias reproductivas quienes siempre estarán en desventaja son las mujeres, niñas y adolescentes en menor escala de privilegios, esta carencia de educación sexual, quien siempre va en desventaja es la mujer, porque socioculturalmente hablando llevamos sobre nuestros hombros la responsabilidad casi de manera exclusiva de la reproducción, el cuidado del hogar y la familia, por lo que entendemos es necesario aportar nuestro granito de arena a la construcción de una sociedad mas igualitaria y de mayor justicia social.



Los documentos de la CIPD conceptualizan la salud reproductiva como: "...un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. La salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos de procrear, la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia" (Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, 1994, p.41).

Las cifras altas de embarazos en adolescentes, la mortalidad materna, la cifras de uniones tempranas, la necesidad insatisfecha de anticoncepción, los embarazos no deseados y el consecuente riesgo que acarrearán las mujeres y adolescentes al someterse a prácticas de abortos inseguros constituyen las mayores injusticias reproductivas que se configuran en los Estados, y que reflejan además la inequidad de género, en esto juegan un papel central las políticas públicas que por acción u omisión se despliegan desde sus instituciones, y que tienen impacto directo en el ejercicio de la autonomía corporal.

En nuestro país los embarazos en adolescentes generalmente ocurren de manera no intencional, en un marco de desinformación y debido a las relaciones sexuales sin el uso de anticonceptivos o por el uso erróneo de los mismos, a través de este manual didáctico dirigido hacia las niñas, adolescentes y mujeres, pretendemos dotar de herramientas saludables a las niñas, adolescentes y jóvenes sobre el ejercicio de la sexualidad responsable y a la vez instalar narrativas en el imaginario popular sobre el respeto a los derechos humanos de las humanas y el ejercicio pleno de la autonomía corporal.

Temas de suma importancia tales como la anatomía básica de los órganos reproductores femeninos, el funcionamiento de cada órgano, ciclo sexual femenino, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual son de los más detallados dentro de las unidades que se abordan.

A todo esto, cabe resaltar que no se puede dejar de lado el consentimiento y autonomía de los cuerpos de las mujeres, para así prevenir a tiempo el abuso sexual, si cada niña o mujer es capaz de reconocer cuando un adulto está realizando algún acto que atente contra su integridad o le disguste, está en todo el derecho de denunciarle o de decirle que se detenga, incluso si son pareja.

La educación es la base de toda sociedad hoy día, y la educación sexual y reproductiva es un pilar de la misma. El conocimiento te empodera, te da la capacidad de discernir críticamente que toleras o que no es negociable, y precisamente es lo que deseamos en las niñas y mujeres de las futuras generaciones, que se empoderen sobre sí mismas.



¿QUIÉNES SOMOS Y QUÉ HACEMOS?

Somos un colectivo creado por para mujeres jóvenes que promueve la formación con perspectiva feminista antirracista en Monseñor Nouel, el norte de República Dominicana y promueve el ejercicio pleno de la autonomía corporal de las mujeres, niñas y adolescentes. La justicia ambiental y la defensa del territorio también es eje central de nuestro trabajo.

Nuestras acciones se han desarrollado en torno a 4 ejes primordiales Justicia Ambiental, Justicia Reproductiva, Antirracismo y Artivismo.

En República Dominicana se constatan numerosas barreras de acceso de la población adolescente y jóvenes al sistema de salud fundadas, entre otras, en el desconocimiento de los marcos jurídicos y legales que garantizan el acceso de esta población a los derechos sexuales y reproductivos. La aproximación al tópico de la sexualidad en nuestra sociedad todavía genera estigmas y temor por la presencia de pautas socioculturales fuertemente arraigadas, en las cuales el tema se excluye de las conversaciones familiares, con las hijas e hijos y hasta con la pareja, por considerarse “inapropiado”, en el mejor de los casos.

Otro gran problema es el incumplimiento de los compromisos en materia de salud sexual y reproductiva por parte del Estado, en los últimos 25 años post Beijing pocos han sido los esfuerzos que se han adoptado en el marco normativo nacional para avanzar los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, niñas y adolescentes en el país, al grado de que la gran mayoría de la población, e inclusive servidores en posiciones de poder los desconocen, cuando los y las funcionarias de un Estado desconocen los derechos reproductivos, o no saben enmarcar la salud sexual y reproductiva en un marco de derechos humanos, es mucho más probable que se cometan violaciones a los derechos humanos relacionados con ella. Esto acarrea grandes consecuencias para el desenlace vital de niñas y adolescentes, sus familias y toda la sociedad.

¿CÓMO SURGE?

Surge por la necesidad de contar con un espacio feminista de apoyo entre mujeres jóvenes en la zona rural que trabaje para empoderar mujeres, adolescentes y niñas y promueva el ejercicio pleno de la autonomía corporal puesto a que la mayoría de los espacios que promueven la equidad y la educación feminista se concentran en la ciudad de Santo Domingo, capital dominicana.

¿POR QUÉ EL NOMBRE AQUELARRE RD?

Aquelarre es el lugar donde las brujas celebran sus reuniones y sus rituales, usualmente asociamos el término bruja con maldad, nos han hecho creer que las brujas fueron mujeres malas. Lo cierto es que las brujas fueron mujeres sabias, rebeldes y libres, que se atrevieron a adquirir conocimientos que estaban reservados a los hombres y que desafiaron el orden establecido en la época. Es por esto que queremos honrar el valor histórico de la lucha feminista y la memoria de nuestras ancestas.

¿CÓMO ESTÁ INTEGRADO AQUELARRE?

Aquelarre RD está integrada y dirigida por mujeres jóvenes activistas de los diferentes municipios que comprenden la provincia en edades que oscilan entre 17 a 29 años. El colectivo funciona de manera horizontal, donde cada integrante tiene poder de decisión e iniciativa. Las decisiones son tomadas en Asamblea. Actualmente contamos con 12 integrantes mujeres jóvenes, disidentes sexuales, de los barrios y afrofeministas que participan de manera activa en la planificación y la toma de decisiones de la organización.

MISIÓN Y VISIÓN

Buscamos construir narrativas para la transformación del imaginario social desde las metodologías de la educación popular feminista antirracista en cada comunidad de la provincia y el país. Creemos que la igualdad, es un camino que se debe iniciar en las familias y comunidades y que debe continuar en las escuelas. Para lograr este objetivo hemos estado tejiendo redes con mujeres afines a la causa, organizando charlas, conversatorios y paneles que aborden las problemáticas estructurales y sistémicas que afectan a las mujeres, niñas y adolescentes.

Promovemos la visión de construir una sociedad igualitaria, de mayor justicia social y equidad de género, donde se respeten los derechos fundamentales de todas las mujeres, niñas y adolescentes y se garantice su salud sexual y reproductiva. *Aquelarre RD* hace incidencia por la soberanía reproductiva, para que el Estado cumpla con los compromisos internacionales que ha firmado sobre derechos sexuales y reproductivos como derechos humanos de las mujeres, niñas y adolescentes y para que promueva políticas de género que integren la Educación Sexual Integral en las Escuelas y enfrentar de esta manera la alta tasa de embarazos en adolescentes y mortalidad materna en el país. Y de la cual nuestra provincia posee cifras dramáticas de estos casos.

REDLAC

Aquelarre es miembro de la Red Latinoamericana y Caribeña de Jóvenes por los Derechos Sexuales y reproductivos, *RedLAC*, es una articulación regional de organizaciones y colectivos juveniles autónomos, que trabajan a favor de la defensa y promoción de los derechos sexuales de las y los jóvenes en América Latina y El Caribe. Actualmente está conformada por organizaciones y jóvenes de 6 países de la región: Ecuador, El Salvador, Colombia, Nicaragua, Guatemala y México.

COFUNDADORAS

Carolina Fernández
Melissa Lebron Herrera
Heather Mejia
Brenda A Christopher
Yanil Abad
Esmelinda Minaya
Brendaly Minaya
Elizabeth Mejía
Fabiarelis Espinal
Esther Girón

CAPÍTULO 1



Aquelarre

ÓRGANOS EXTERNOS

A

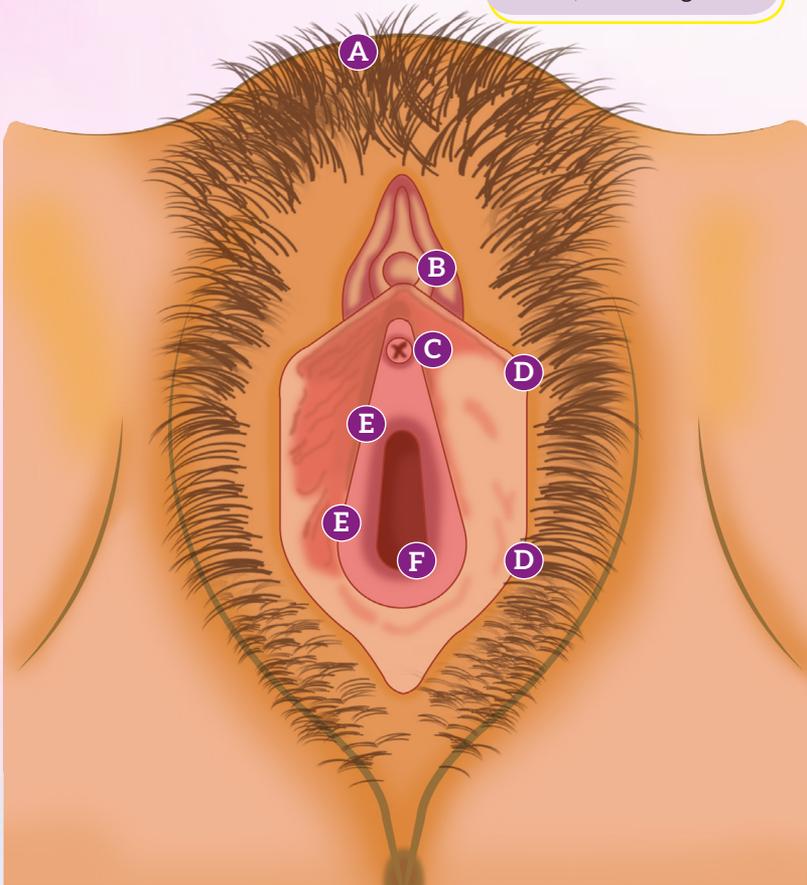
MONTE DE VENUS

Es un pequeño abultamiento totalmente normal, que se encuentra delante del pubis, está formado por tejido graso debajo de la piel que lo recubre junto con el vello púbico.

B

CLÍTORIS

Órgano compuesto por un tejido capaz de aumentar de tamaño durante la actividad sexual. Solo es visible una pequeña parte del clítoris, llamada glándula.



C

MEATO URETRAL

Tiene el mismo nombre tanto en los chicos como en las chicas y es el pequeño agujero donde termina la uretra y por el que sale la orina.

D

LABIOS MAYORES

Son dos grandes pliegues de piel que tienen debajo de dicha piel tejido graso, contienen glándulas y están recubiertos de vello púbico.

E

LABIOS MENORES

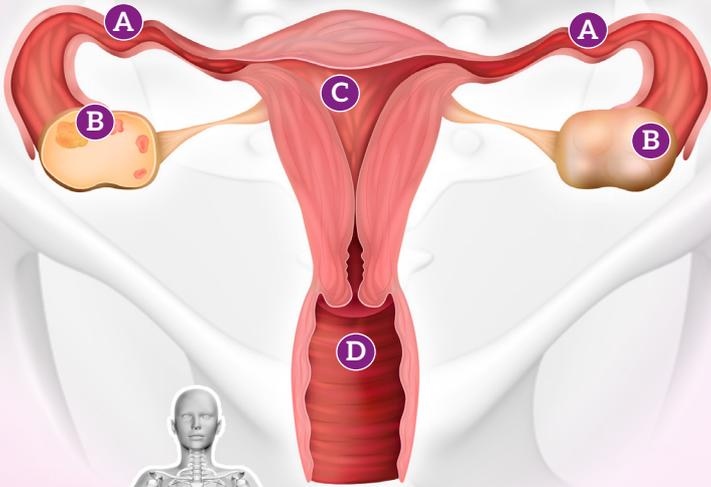
Son dos pliegues de piel sin tejido graso y sin vello púbico, se encuentran cubiertos por los labios mayores en mujeres que no han dado a luz y en algunas que si han tenido hijos pueden sobresalir un poco de los labios mayores.

F

ORIFICIO VAGINAL

Órgano donde se encuentra el orificio de la uretra (por donde sale la orina), y la vagina (por donde se tiene sexo y nacen los bebés). El orificio vaginal está rodeado por una membrana fina llamada himen.

ÓRGANOS INTERNOS



A

TROMPAS DE FALOPIO

Son dos pequeños conductos o tubos que se unen al útero, su función es recibir el óvulo que sale de los ovarios y en su interior se une el óvulo con el espermatozoide, ocurriendo la fecundación.

B

OVARIOS

Son dos órganos con forma de almendra, localizados a cada lado del útero, dentro de ellos se forman los óvulos, que son fecundados dentro de la trompa de Falopio. Están encargadas de producir hormonas como la progesterona y los estrógenos.

C

ÚTERO/MATRIZ

Es un órgano hueco, con forma de pera. Produce un líquido llamado moco cervical, que los días que es más claro y menos viscoso o pegajoso son los días de la ovulación o días fértiles, el resto del mes la consistencia viscosa no permite el paso de los espermatozoides.

D

VAGINA

Es el órgano del sexo femenino de la copulación, es el lugar por donde sale la menstruación cada mes y es el último tramo del canal del parto.

CAPÍTULO 2



CICLO
MENSTRUAL
FEMENINO

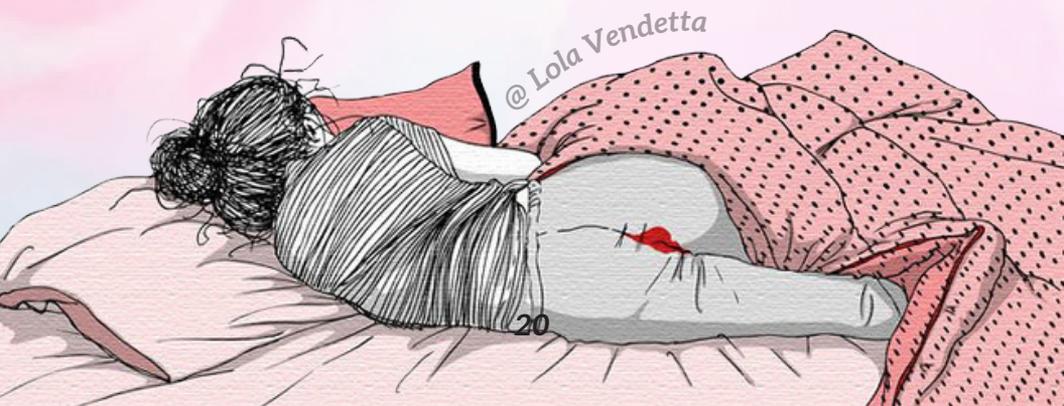
Aquelarre

CICLO SEXUAL FEMENINO



En las adolescentes y mujeres la liberación de óvulos por los ovarios ocurre de manera cíclica e intermitente, provocando los cambios que percibimos en nuestro cuerpo.

Estos cambios son resultados de 2 ciclos sumamente importantes, el ciclo ovárico y el ciclo menstrual, los cuales pueden durar entre 21 y 35 días, si dura más días de ahí o menos, es necesario consultar un ginecólogo/a. En promedio, en la gran mayoría de las mujeres normalmente este ciclo dura 28 días. El ciclo menstrual es controlado por el ciclo ovárico gracias a dos hormonas; los estrógenos y la progesterona.



CICLO OVÁRICO

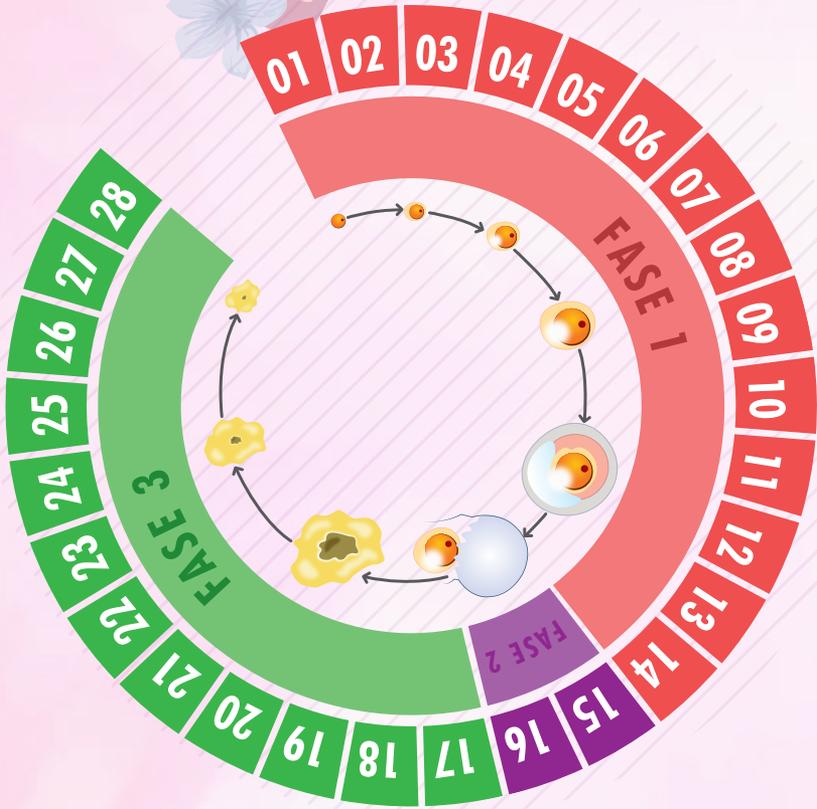
Los ovarios tienen dos funciones principales, producir óvulos y secretar las hormonas sexuales femeninas, estrógenos y progesterona.

El comienzo de cada ciclo ovárico está marcado con el primer día de la menstruación, dicho ciclo está dividido en 3 fases:



@Lola Vendetta

CICLO OVÁRICO



FASE 1: FASE FOLICULAR

Del día 1 al día 14 del ciclo. El foliculo localizado dentro del ovario, aumenta su tamaño hasta alcanzar su tamaño máximo 2 días antes de la ovulación, aproximadamente.

FASE 2: OVULACIÓN

El foliculo expulsa el óvulo, a lo que llamamos, ovulación, este proceso dura unos 2 días aproximadamente, estaríamos entre el día 14-16 del ciclo. El ovulo expulsado por el ovario es atraído hacia las trompas de Falopio, y una vez introducido en las trompas, es transportado hacia el útero. Después de la ovulación la temperatura corporal aumenta medio grado o un grado centígrado hasta el final del ciclo.

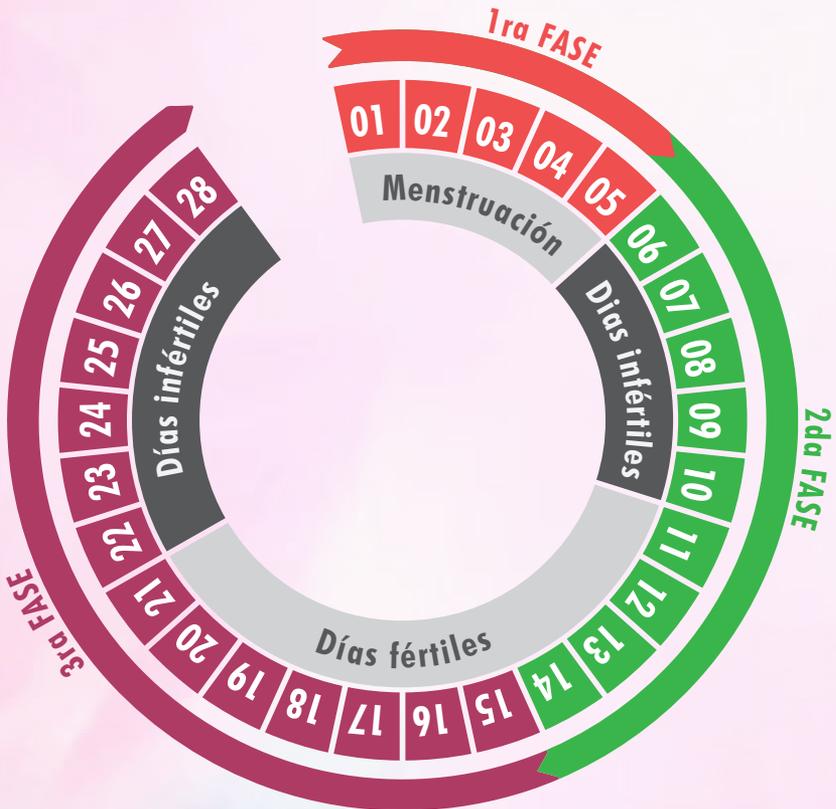
FASE 3: FASE LUTEÍNA

Va desde los días 15 al día 28 del ciclo. Después de que se produce la ovulación el útero se prepara para recibir el óvulo fecundado y pueda implantarse, en caso de que se produzca un embarazo, así que una de las capas del útero (endometrio) aumenta su tamaño, engrosándose gracias al estímulo de la progesterona.

Si no hay embarazo entonces dicha capa aumentada de tamaño se desprende y son expulsadas a través de la vagina, produciendo así la menstruación.

CICLO MENSTRUAL

Durante este ciclo una de las capas del útero (el endometrio) experimenta varios cambios que se puede dividir en 3 fases:



1ra

FASE MENSTRUAL

Esta fase inicia el día 1 y culmina el día 5 del ciclo. Durante esta fase es expulsada la capa que se desprendió del útero (endometrio) por la vagina, llamándose menstruación a dicha expulsión. Aproximadamente este flujo tiene entre 50-150ml de sangre expulsada desde el útero a través de la vagina.

2da

FASE PROLIFERATIVA

Esta fase va del día 6 al día 14 del ciclo, coincidiendo con la fase folicular del ciclo ovárico (donde el óvulo aumenta de tamaño preparándose para ser expulsado entre el día 14-16, estos días son considerados los días infértiles, en los que la probabilidad de quedar embarazada es sumamente reducida, al punto tal que es utilizado como método anticonceptivo).

(Si observan esta fase de primeros cuatro días de igual forma coincide con el inicio del ciclo ovárico).

3ra

FASE SECRETORA

Del día 15 al día 28 del ciclo menstrual. Perfectamente coincide con la fase luteína del ciclo ovárico (fase después de que ocurre la ovulación, donde el útero se prepara para el embarazo y si no ocurre se desprende una de sus capas, el endometrio).

En esta fase iniciamos a secretar un líquido espeso, que es indicativo de que nuestro útero está esperando el óvulo sea fecundado y así implantado, siendo así sinónimo de fertilidad, y de que las probabilidades de quedar embarazada sean altas, casi a un 100%.

CAPÍTULO 3

CONSENTIMIENTO,
AUTONOMÍA
Y ABUSO SEXUAL



Aquelarre

El consentimiento nace cuando nos sentimos motivadas. Cuando damos un “SÍ” activo, dado libremente sin ningún tipo de presión, chantaje o amenaza, sin sentirnos forzadas o engañadas. Nadie puede dar su consentimiento si está en un estado mental alterado, como bajo los efectos del alcohol o drogas. Nadie puede dar su consentimiento si es menor de edad, porque legalmente no tiene la edad mínima para poder permitirle a un adulto que realice ningún tipo de acto sexual con su persona. Dudar y sentirse insegura ante cualquier situación y ceder por presión, no es consentimiento. Estas en el pleno derecho de consentir un día o en un momento una cosa de manera específica y otra no, o al día siguiente no.



Nosotras somos quienes tenemos el control sobre nuestra salud sexual y reproductiva, somos las únicas con potestad de decisión sobre nuestros cuerpos, y la ley lo respalda. Toda actividad sexual realizada sobre nuestros cuerpos sin nuestra autorización, sea por estado de inconsciencia o por negación absoluta y nos vemos forzadas a realizarla es llamada abuso sexual. Nadie puede tocar nuestro cuerpo sin nuestro consentimiento, nadie puede obligarnos a realizar ningún acto u actividad sexual sin nuestra autorización. Aun siendo tu pareja habitual, si te sientes incomoda, asustada, temes por tu propia seguridad o entiendes lo que estas realizando es doloroso y decides ya no continuar pese a que quisiste acceder en principio, estas en el derecho de decir que no deseas continuar.

Debemos siempre tener presente que los actos sexuales no son un intercambio de favores, no le debemos nada a nadie porque fue amable con nosotras, o nos quiso brindar un trago o una cerveza o nos invitó a salir. No tenemos que sentirnos como si luego de esos “actos de interés” hacia nosotras debemos pagarlos, y nuestro cuerpo, definitivamente, no es el precio.

Marca *212 para denunciar cualquier tipo de abuso sexual.
Y recibirás asistencia las 24 horas del día, los 7 días de la semana de parte del
Ministerio de La Mujer de la Rep. Dom.

CAPÍTULO 4

RELACIONES
SEXUALES



Aquelarre



Tan pronto hemos definido los conceptos anteriores, es bueno esclarecer la diferencia entre relación sexual y coito o cúpula vaginal, como también se le conoce.

Relación sexual: Son todas las acciones y conductas realizadas por al menos 2 personas, orientadas al entendimiento del placer sexual, para darlo y recibirlo. Como por ejemplo lo son las caricias, el sexo oral, o el coito.

El coito o cúpula vaginal: Es la introducción del pene en la vagina si es un coito vaginal, debido a que también puede ser un coito anal, si es introducido el pene en el recto a través del ano, o coito oral, cuando el pene es introducido en la boca. El coito puede estar o no presente en la relación sexual.

Fases de la relación sexual

Fase de formación de la pareja

Esta fase también conocida como “cortejo” o “enamoramamiento”, puede durar días, semanas o meses, aquí inicia la atracción sexual, los nervios y el acercamiento hacia la otra persona para hacerle saber nuestro interés en ella, (y viceversa) para conocer si seremos correspondidas.

Esta fase suele iniciar primero con un contacto visual, una mirada distinta, que nos hace saber que existe interés, luego se procede a contacto vocal, conversaciones, susurros, seguida de contacto corporal; manos, brazos, boca a cara, boca a boca, manifestaciones de interés, cariño o atracción que pueden demostrarse tanto en lo público o en lo privado.





Fase pre-copulativa

En esta fase las señales pasan de ser visuales a ser táctiles, se extienden a todo el cuerpo, haciendo uso de las manos, labios, lengua, buscando una posición cómoda para ambas personas, se procede a el despojo de las ropas, inicia a subir la temperatura y el nivel de excitación. Continúan las caricias previas al coito (en caso de haber coito), intensificando el contacto y las caricias en los genitales, entrelazando las extremidades inferiores. Es posible llegar al orgasmo en esta fase.



Fase copulativa

El inicio de esta fase lo marca la penetración, sea anal, vaginal o bucal, es un periodo más breve que la fase pre-copulativa, es importante la posición que se toma para lograr mayor comodidad y placer para ambas personas.

Dentro de la fase pre-copulativa y copulativa existen 3 fases sumamente importante que ocurren al mismo tiempo que estas; la fase de excitación, dada por el estímulo que ocurre con las caricias y el contacto físico, luego sigue la fase de meseta, que es el pico más alto de excitación que se puede alcanzar antes de la tercera fase, la fase orgásmica, definida como la máxima respuesta sexual, el hombre suele alcanzarlo con mayor frecuencia que la mujer y más rápido, aunque la mujer puede tener varios orgasmos en un mismo acto sexual a diferencia del hombre. Estas diferencias vienen dadas por muchas razones, principalmente socioculturales, donde a las mujeres nos enseñan a no tocarnos y desconocemos donde y cómo podemos sentir más placer, para poder guiar así a nuestra pareja, teniendo un disfrute mutuo y consensuado del acto sexual y muchos hombres no demuestran un interés genuino en conocer bien a sus parejas para poder complacerlas sexualmente.

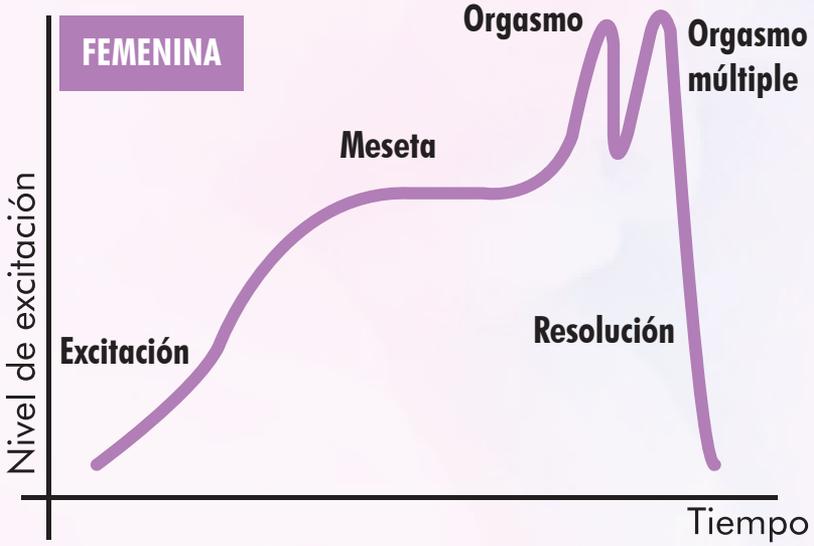




Luego de la fase orgásmica, continua la fase de resolución, esta descrito como una falta de excitación, donde es necesario un momento para reponerse del estímulo intenso que acaba de ocurrir, en los hombres este momento de reposición suele ser un poco más extenso a diferencia de las mujeres, que tienen capacidad de reposición y por ende de respuesta más rápido ante otro estímulo de excitación que pueda haber, lo que nos permite tener orgasmos de manera repetitiva.



FASES DE LAS RELACIONES SEXUALES



CAPÍTULO 5

MÉTODOS
ANTICONCEPTIVOS



Aquelarre

El condón

✚ Los condones son fundas delgadas y elásticas que se colocan sobre el pene durante las relaciones sexuales. Ofrecen protección contra el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual (se tocarán en detalle en el capítulo siguiente). Son fáciles de conseguir, de manera gratuita en cualquier centro de atención primaria o en cualquier hospital y también son fáciles de usar.

Una vez producida la erección, se procede a colocar el condón para que cubra el pene, y se puede continuar con la penetración (inserción del pene vía vaginal, anal o bucal), de esta manera se evita el contacto con el semen para prevenir embarazos y con los fluidos vaginales y presemiales, así se evitan las enfermedades de transmisión sexual.

Su efectividad es de un 85%, pues hay probabilidades de que se rompa en caso de que no exista suficiente lubricación o este mal colocado. 



Pastillas anticonceptivas

✦ Son un tipo de medicamento con hormonas. Vienen en una caja y su uso es diario, una pastilla por día. Es un método seguro, no es costoso y es efectivo siempre que se tome a tiempo, además de prevenir embarazos, tiene otros beneficios. Existen dos tipos principales de pastillas anticonceptivas; las pastillas combinadas que poseen las hormonas estrógeno y progesterina y las pastillas que solo poseen progesterina.

La función principal de las pastillas es impedir la fertilización, porque las hormonas de las pastillas detienen la ovulación de manera segura. Si no hay ovulación, no habrá óvulo que el espermatozoide pueda fertilizar evitando así el embarazo. A esto le añadimos que el moco cervicouterino cambia su composición haciéndose más espeso, dificultando así el paso de los espermatozoides.

Su efectividad es de 99% si se utiliza de manera permanente, debido a que es muy fácil olvidar tomarse la pastilla anticonceptiva esto hace que sea 91% efectiva. Recuerda que este método no te protege contra las ITS, por lo que se recomienda utilizar condón en cada relación sexual.



Aquelarre



Inyección anticonceptiva

Es una inyección que te ponen una vez cada mes o una vez cada 3 meses. Es un método anticonceptivo seguro, práctico y discreto, es sumamente efectivo siempre y cuando se ponga en la fecha establecida. La inyección contiene progestina evita que quedes embarazada porque evita la ovulación, si no hay ovulo no puede haber embarazo. También espesa el moco del cuello cervicouterino, dificultando así el paso del espermatozoide.

La inyección tiene una efectividad de más del 99%, si es utilizada de la manera correcta, como a veces las mujeres olvidan ponérsela a tiempo, esto reduce su efectividad a un 94%.

La inyección no protege contra ITS, por lo que se recomienda el uso del condón en cada relación sexual.

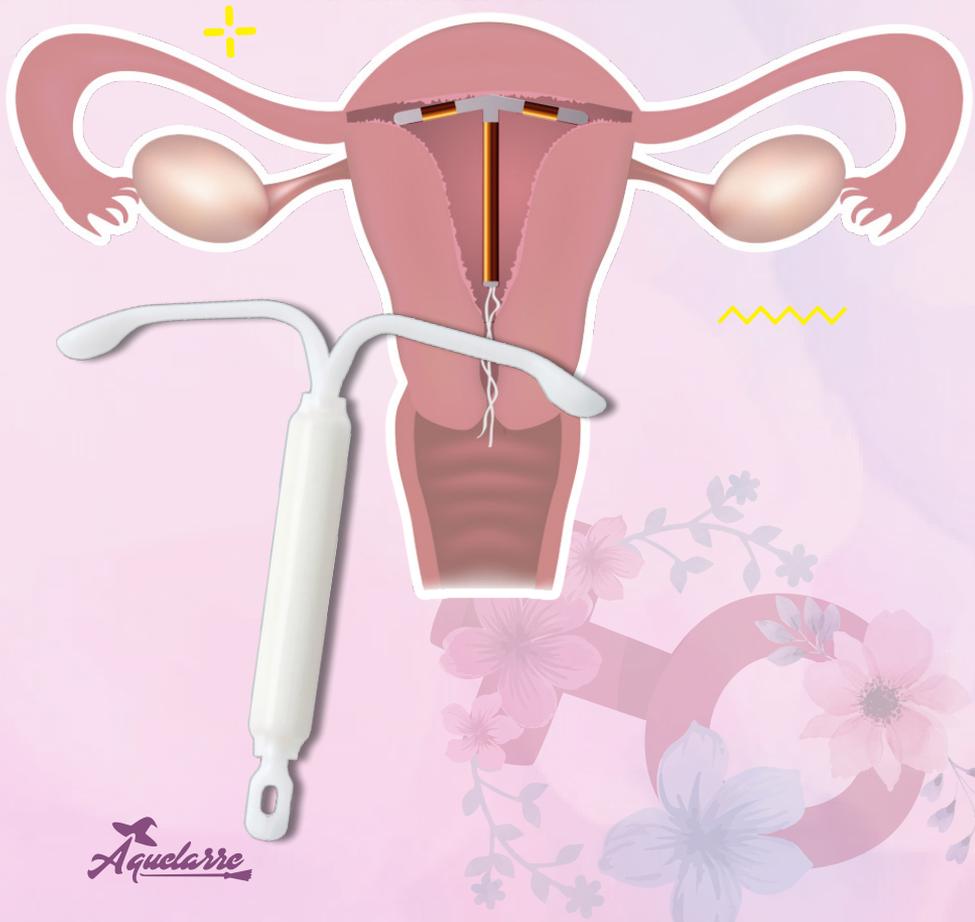


Dispositivo Intrauterino (DIU)

Es un pequeño dispositivo de plástico con forma de T que se coloca dentro del útero para poder evitar embarazos. Existe dos tipos de DIU, los que son de cobre y los que son hormonales, son de largo plazo, de 3 años, 5 años o 7 años atendiendo al tipo. El DIU de cobre realiza una reacción en el útero que imposibilita el paso de los espermatozoides mientras que los DIU hormonales espesan el moco cervicouterino y/o evitan que se produzca la ovulación.

Es uno de los métodos anticonceptivos más eficaces que existen, tiene una efectividad de más del 99%.

Colocación del DIU en el útero.





Implante subdérmico / Implanon / “Tubito”

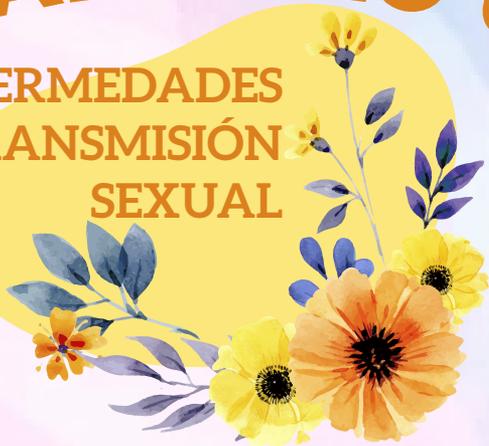
Es un anticonceptivo del tamaño de un fósforo, que se coloca debajo de la piel, se coloca en el brazo por una enfermera o un doctor. Este implante libera hormonas en el cuerpo que evitan que quedes embarazada y esa protección es hasta por 5 años. En caso de que la mujer decida retirarse antes de los 5 años puede hacerlo, y quedar embarazada tan pronto se le retire.





CAPÍTULO 6

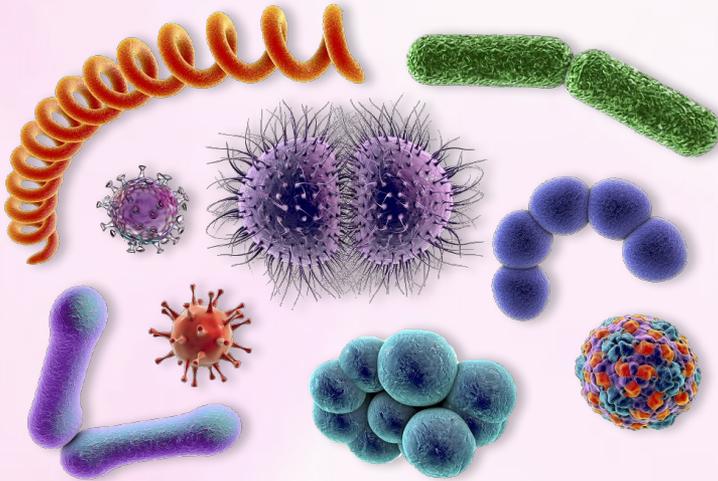
ENFERMEDADES
DE TRANSMISIÓN
SEXUAL



Aquelarre

Las infecciones o las enfermedades de transmisión sexual son bastantes frecuentes, se transmiten por contacto sexual, como sexo oral, sexo vaginal y sexo anal. Se previenen y se tratan, hay más probabilidad de contraer una cuando se es una persona joven entre 15-24 años de edad.

Algunas se curan con antibióticos como la clamidia y la gonorrea, otras ameritan tratamiento y pueden causar graves problemas de salud, en especial si no se acude a un centro de salud para ser tratada.



La única manera de evitar al 100% contraer una enfermedad de transmisión sexual es no realizar ningún tipo de acto sexual que involucre intercambio de fluidos corporales tales como semen, secreciones vaginales, mucosa oral o anal. Pero si existen métodos de protección para realizar actos sexuales de manera segura, tales como condones femeninos y masculinos y también existen barreras bucales para practicar sexo oral.



Sífilis



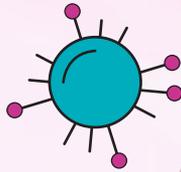
Hepatitis B



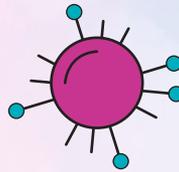
VIH



Clamidia



Gonorrea



Herpes Genital

Muchas personas tienen alguna enfermedad de transmisión sexual y lo desconocen, porque muchas de ellas no dan ningún tipo de síntomas, pero es importante por esa razón realizarse exámenes y pruebas de ETS cada dos años o anual si somos una persona muy activa sexualmente o que cambia de pareja con frecuencia.

Si presentas síntomas en tus genitales como dolor, hinchazón, picazón, algún sarpullido o bolita extraña, dolor o ardor al orinar, flujo vaginal inusual en cuanto a su color, textura u olor o algún sangrado irregular fuera del ciclo menstrual, acude al centro de salud más cercano para que recibas una evaluación, ya que estos síntomas son también frecuentes en infecciones orinarias o infecciones vaginales, que son muy frecuentes y comunes en las mujeres.

Aquelarre



@Aquelarre_RD

BIBLIOGRAFÍA

1. Boron, W. (2017). Fisiología médica (Tercera ed.). Elsevier Gezondheidszorg.
2. Boxer, A. (2021, 17 julio). Anatomía del aparato genital femenino. Infogen. infogen.org.mx/
3. Características de la relación sexual humana. (2017). Programa de Educación CESOLAA. educacionsexual.uchile.cl
4. Métodos anticonceptivos. (s. f.). Planned Parenthood. Recuperado 30 de septiembre de 2021, de www.plannedparenthood.org
5. Reiriz Palacios, J. (s. f.). Sistema Reproductor Femenino: Anatomía. Infermera Virtual. www.infermeravirtual.com

