



**Cómo prevenir el SIDA
y otras infecciones
de transmisión sexual**

**Cum se previne SIDA
și alte infecții
cu transmitere sexuală**

Región  de Murcia


INFO SIDA 900 706 706
Teléfono gratuito de información sobre SIDA

Esta guía para la prevención del SIDA y otras infecciones de transmisión sexual ha sido traducida a los idiomas más utilizados por la población inmigrante que reside en nuestra comunidad.

Es esta una manera de informar al conjunto de ciudadanos de la Región de Murcia sobre la prevención de enfermedades e infecciones fácilmente evitables, pero, en algunos casos, imposibles de curar.



Edita

Consejería de Sanidad. Dirección General de Salud Pública.
Servicio de Promoción y Educación para la Salud.
3ª Edición, 2008.

Textos

Josefa Ballester, Josefa Durán, Jordi Balaguer.

Diseño e ilustraciones
arterisco

Imprime

A.G. Novograf

Dep. Legal

MU-1.410-2008

Acest ghid pentru prevenirea infecțiilor, ca de exemplu SIDA sau altele cu transmitere pe cale sexuală, a fost tradus în cele patru limbii mai întrebunțate de populația imigrantă care își are rezidența în regiunea noastră.

Dorim în acest fel să informăm pe toți cetățenii din Regiunea Murcia despre prevenirea unor boli și infecții care sunt ușor de evitat dar, în anumite cazuri, imposibile de vindecat.



Editează

Consejería de Sanidad. Dirección General de Salud Pública
Servicio de Promoción y Educación para la salud. A11-a ediție, 2008

Textele

Josefa Ballester, Josefa Durán, Jordi Balaguer

Desenul și ilustrațiile

arterisco

Tipărește

A. G. Novograf

Dep. legal

MU-1.410-2008

- 8** SIDA
- 24** Condilomas
- 26** Tricomonas
- 28** Hepatitis B
- 30** Candidiasis
- 32** Gonorrea
- 34** Sifilis
- 36** Clamidas
- 38** Herpes Genital
- 40** Ladillas
- 42** Sarna
- 48** Preservativo masculino
- 52** Preservativo femenino



8	SIDA
24	Condiloamele
26	Tricomonioza
28	Hepalita B
30	Candidoza
32	Gonoreea
34	Sifilisul
36	Clamidiaza
38	Herpesul genital
40	Păduchi laț
42	Răia
48	Prezervativul masculin
52	Prezervativul feminin



Cómo prevenir el SIDA y otras infecciones de transmisión sexual

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son un grupo de enfermedades infecciosas diferentes entre sí, que tienen en común su transmisión fundamentalmente por las relaciones sexuales.

En las siguientes páginas hablaremos de cada una de ellas con el objetivo de ofrecer información acerca de:



Cómo se contagia

Cómo saber si se padece alguna de ellas y qué hacer en ese caso



Cómo se puede evitar el contagio

Comenzamos hablando del SIDA porque en la actualidad es una de las infecciones de transmisión sexual más grave, tanto por el número de afectados como por las consecuencias que tiene para la salud.

Cum se previne SIDA și alte infecții cu transmitere sexuală

Infecțiile cu transmitere sexuală (ITS) sunt un grup compus din diferite boli infecțioase, dar care au un punct comun: se contagiază mai ales prin raporturile sexuale.

În paginile următoare vom vorbi despre fiecare dintre ele, cu scopul de a oferi informații legate de



Cum se transmit

Cum știm dacă avem una din aceste boli și ce e de făcut în acest caz



Cum putem evita contaminarea

Începem vorbind de SIDA, pentru că în clipa de față este una dintre infecțiile cu transmitere sexuală cele mai grave, atât datorită numărului de afectați, cât și datorită consecințelor pe care le are pentru sănătate.

Esta enfermedad es causada por el **Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)**, también llamado **Virus del SIDA**, que actúa atacando al sistema de defensas de nuestro organismo, haciendo que funcione deficientemente y que **no pueda protegernos de las infecciones**.



Cómo se contagia:

>> Relaciones sexuales sin protección:

La infección se produce cuando el virus del SIDA, que se encuentra en el **semen**, el **líquido preseminal**, el **flujo vaginal** o la **sangre** de una persona infectada, pasa a la sangre de una persona sana a través de pequeñas lesiones en las mucosas de la vagina, el pene, el ano o la boca.

Esto sucede cuando se mantienen **relaciones sexuales** con penetración y **sin preservativo**, tanto homosexuales como heterosexuales.

Por eso debemos tener en cuenta que:

1. Las relaciones sexuales con penetración vaginal o anal sin protección son muy arriesgadas.
2. Aunque el riesgo es más bajo, las relaciones boca-sexo pueden conllevar una posible infección, sobre todo si se ingiere el semen.
3. Cuantas más relaciones sexuales se tengan sin protección más posibilidades hay de que una persona se infecte. Hay que tener presente que una sola relación sexual sin protección puede transmitir el virus del SIDA.
4. El riesgo es mayor si se mantienen relaciones cuando se está con la regla (existe una zona sangrante, como una herida) o mientras se sufre alguna infección derivada de relaciones sexuales, como gonorrea, sífilis, etc.
5. El beso no tiene riesgo de transmitir la infección por VIH/SIDA, ya que la saliva, en condiciones normales, no infecta. Sería necesario que hubiera una cantidad importante de sangre mezclada con la saliva para que un beso tuviera riesgo de infección.

Această boală este cauzată de **Virusul Imunodeficienței Umane (VIH, din franceză sau spaniolă, și HIV, din engleză)**, care se mai numește și **Virusul bolii SIDA**; atacă sistemul de apărare al organismului nostru, făcându-l să funcționeze deficient și să nu ne poată proteja de infecții.



Cum se transmite

>> Contacte sexuale neprotejate:

Infecția se produce când virusul SIDA, care se găsește în **sperma, lichidul preseminal, fluidul vaginal sau sângele** unei persoane infectate, pătrunde în sângele unei persoane sănătoase prin ulceratii la mucoasele vaginului, penisului, anusului sau ale guri.

Acest lucru se întâmplă dacă se întretin **contacte sexuale** penetrante și **fără prezervativ**, atât homosexuale cât și heterosexuale.

Din cauza aceasta, trebuie să ținem cont de următoarele fapte:

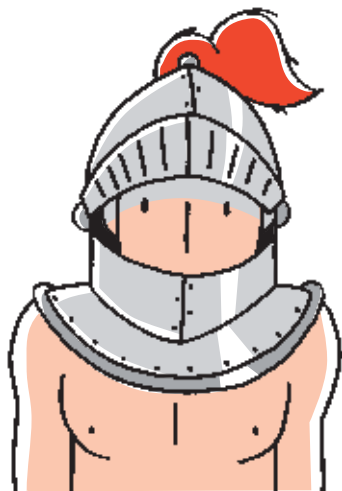
1. Raporturile sexuale cu penetrare vaginală sau anală neprotejate sunt foarte riscante
2. Deși riscul este mai scăzut, și în contactele gură - organ sexual există posibilitatea unei infecții, mai ales dacă se înghite sperma.
3. Cu cât mai multe contacte sexuale neprotejate are o persoană, cu atât mai multe posibilități există ca să se infecteze. Nu trebuie trecut cu vederea nici faptul că un singur contact sexual neprotejat poate transmite virusul SIDA.
4. Riscul crește dacă se întrețin raporturi sexuale în timpul menstruației (există o zonă care sângerează, ca o rană deschisă) sau în timpul unei boli infecțioase transmise pe cale sexuală, ca de exemplu blenoragia, sifilisul etc.
5. Sărutul nu este riscant pentru contaminarea infecției cu HIV/SIDA, pentru că saliva, în condiții normale, nu infectează. Ar fi necesară o cantitate mare de sânge amestecat cu salivă, pentru ca sărutul să aibă vre-un risc de contaminare.

>> **Contacto con sangre infectada:**

La infección se produce cuando se usan **objetos contaminados con sangre** en los que se encuentre el virus, con mayor riesgo compartiendo jeringuillas y agujas y con menor riesgo si se trata de cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, agujas para tatuajes, etc.

>> **Transmisión de madre infectada a su hijo:**

La infección se puede producir durante el **embarazo**, el **parto** o a través de la **lactancia materna**.

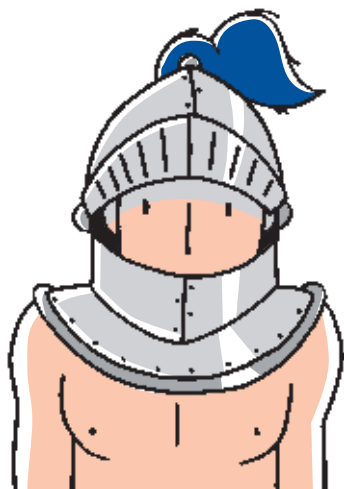


>> Contact cu sângele infectat:

Infecția se produce dacă se folosesc *articole contaminate cu sânge* în care se află virusul, folosirea în comun fiind foarte riscantă în cazul seringilor și acelor, și mai puțin riscantă în cazul lamelor de bărbierit, a perușelor de dinți, a acelor pentru tatuaj etc.

>> Transmiterea de la mama infectată la făt:

Contagierea se poate produce în timpul *sarcinii, a travaliului de la naștere* sau prin *alăptarea maternă*.





Cómo se puede evitar el contagio

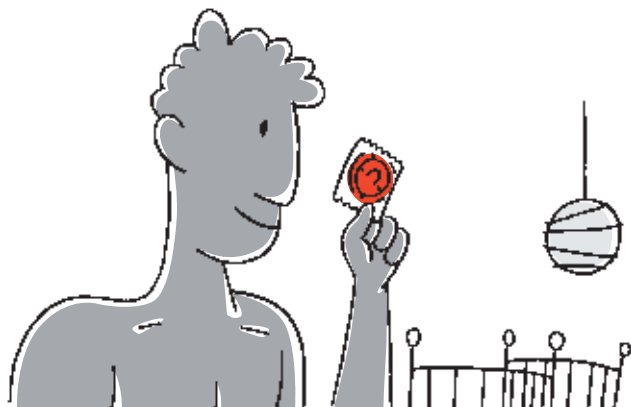
>> Relaciones sexuales:

- Practicando sexo seguro mediante el uso correcto del **preservativo o condón masculino y femenino**. Este método es muy eficaz para prevenir la infección cuando se mantienen relaciones sexuales con una persona portadora del VIH o persona de la que desconocemos si está infectada o no. *También es importante tener en cuenta que este método preventivo proporciona protección frente a embarazos no deseados.*

En la actualidad, se está introduciendo también el uso del condón femenino, el cual, al estar fabricado con poliuretano, es más resistente que el masculino, produce menos reacciones alérgicas y proporciona mayor sensibilidad. Además, puede insertarse hasta 8 horas antes de la relación sexual y cubre los genitales externos e internos de la mujer.

Al final de estas páginas se encuentra información sobre el uso correcto de ambos tipos de preservativos. El femenino puede parecer en principio más complicado, pero con algo de práctica su uso no supone ninguna dificultad.

- **Manteniendo una relación estable** (duradera) con una sola persona **no infectada** por el virus. Siempre y cuando ninguno de los dos miembros de la pareja esté infectado, tenga relaciones sexuales con terceras personas o comparta jeringuillas.





Cum putem evita contaminarea

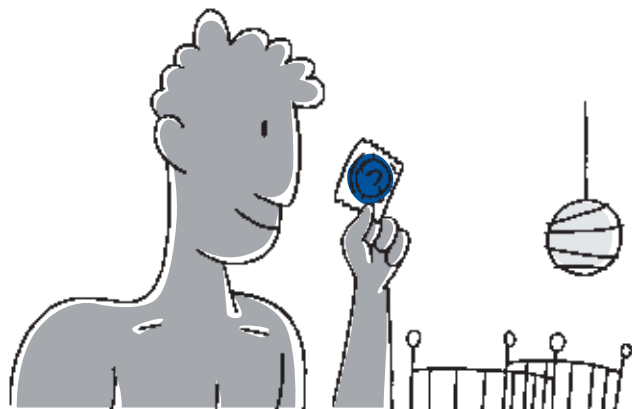
>> Contacte sexuale:

- Făcînd sex protejat, prin utilizarea corectă a **prezervativului sau condonului masculin și feminin**. Este o metodă foarte sigură pentru prevenirea infecției, în cazul în care întretinem legături sexuale cu o persoană purtătoare de HIV sau o persoană despre care nu știm dacă este sau nu este infectată. *Ar fi util să nu trecem cu vederea nici faptul că această metodă preventivă protejează și împotriva sarcinilor nedorite*

În prezent, începe să se răspândească și folosirea condonului feminin, care fiind fabricat din poliuretan, este mai rezistent ca cel masculin, produce mai puține reacții alergice și mai multă sensibilitate. În plus, se poate introduce chiar și cu 8 ore înainte de raportul sexual și acoperă organele genitale externe și interne ale femeii.

La sfârșitul acestor pagini, se găsesc informații despre utilizarea corectă a ambelor feluri de prezervative. Cel feminin ar putea părea la început mai complicat, dar, cu un pic de exersare, folosirea lui devine chiar ușoară.

- **Întretinînd o legătură stabilă** (trainică) cu o singură persoană **neinfectată** cu virusul; cu condiția ca nici unul dintre cei doi membri ai cuplului să nu fie infectat, să nu aibă raporturi sexuale cu alte persoane și să nu facă schimb de seringi cu alții.





Cómo se puede evitar el contagio

>> Contacto con sangre infectada:

Aquellas personas que, por una u otra razón, siguen consumiendo drogas inyectadas, deben utilizar siempre **jeringuillas, agujas y otros utensilios nuevos** y desecharlos después de su uso. **No compartirlos nunca**, ya que una sola vez puede ser suficiente para contraer la infección

Otros instrumentos que puedan entrar en contacto con sangre, como los **cepillos de dientes, las maquinillas de afeitarse, las agujas de tatuaje, pearing...**, **no se deben compartir**. Aunque el riesgo de transmisión por estas vías es menor son medidas de higiene general que todas las personas deben seguir. De hecho, en la actualidad se ha observado un aumento considerable de nuevas infecciones por hepatitis C y SIDA causadas por la utilización de estos materiales.





Cum putem evita contaminarea

>> Contact cu sângele infectat:

Oamenii care, dintr-un motiv sau altul, mai consumă droguri injectabile, trebuie să folosească întotdeauna *seringi, ace și alte instrumente noi* și să le arunce după folosire. *Niciodată să nu le folosească în comun*, dat fiind că o singură dată poate să devină de ajuns pentru a fi contagiat.

Nici cu celelalte obiecte care se pot atinge de sânge, ca de exemplu *peruțele de dinți, aparatele de ras, acele pentru tatuaj sau piercing etc.*, nu trebuie făcut schimb. De fapt, în momentul actual s-a observat o deosebită extindere a noilor infecții cu hepatita C sau SIDA cauzate de folosirea acestor aparate.





Cómo se puede evitar el contagio

>> Transmisión de madre infectada a su hijo/a:

- Cuando una mujer infectada se queda embarazada **es fundamental ponerse en manos del médico especialista desde el primer momento** y seguir todas sus recomendaciones. De esta forma se reducirá la posibilidad de que el hijo/a pueda quedar infectado.

- Asimismo, después del parto se **desaconseja que la madre infectada amamante** a su hijo/a, ya que en caso de no haberle transmitido el virus durante el embarazo podría hacerlo durante la lactancia materna.





Cum putem evita contaminarea

>> Transmiterea de la mama infectată la făt:

- Dacă o femeie infectată rămâne gravidă, **este esențial să meargă la doctorul specialist din prima clipă** și să-i urmeze toate sfaturile. În acest fel scade posibilitatea să aibă un copil contagiat.

- Deasemenea, după naștere, **sfatul este ca mama infectată să nu-și alăpteze copilul**, pentru că, dacă nu a transmis virusul de-a lungul sarcinii, acest lucru s-ar putea întâmpla în timpul alăptării.





Cómo saber si se tiene la infección:

Es fácil, pues la presencia del virus dentro de nuestro cuerpo se detecta mediante una extracción de sangre. La prueba indica si existen o no **anticuerpos frente al VIH**. Por lo tanto, no dice si una persona tiene o no SIDA, sino si ha estado en contacto con el virus que lo provoca.

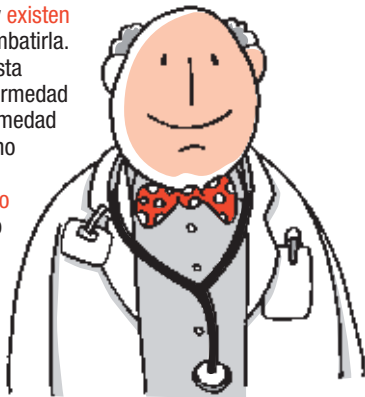
Estos anticuerpos tardan alrededor de 3 meses en desarrollarse, lo que quiere decir que un análisis realizado poco después de que haya tenido lugar la infección tendrá probablemente un resultado negativo. A pesar de ello, la persona podría estar infectada y, por lo tanto, **transmitir el virus** a otra u otras personas.

Por consiguiente, es importante recordar que **la prueba para saber si una persona está infectada o no deberá realizarse pasados los 3 meses de la práctica de riesgo**.

>> ¿Qué beneficios tiene hacerse la prueba?

Si somos portadores del virus del SIDA podemos transmitir la enfermedad a los demás. Conocer nuestro estado respecto a la infección, nos ayudará a tomar medidas preventivas, **comportándonos responsablemente** respecto a las personas con las que nos relacionamos.

Hoy en día se ha avanzado mucho en el conocimiento de esta enfermedad y **existen tratamientos muy eficaces** para combatirla. Tanto es así, que en la actualidad esta infección ha dejado de ser una enfermedad mortal para considerarse una enfermedad crónica. Pero para obtener el máximo beneficio de estos tratamientos **es conveniente aplicarlos lo más pronto posible**. Por esta razón es necesario saber cuanto antes si nos hemos infectado.





Cum știm dacă avem boala

Este ușor deoarece prezența virusului în corp poate să ne fie depistată printr-o analiză de sânge. Testul evidențiază dacă există sau nu există **anticorpi contra HIV**. Prin urmare, nu pune în evidență faptul că o persoană are sau nu are SIDA, ci faptul că a avut contact cu virusul care provoacă boala sau nu.

Dezvoltarea acestor anticorpi durează cam 3 luni, ceea ce înseamnă că o analiză făcută la scurt timp după ce s-a produs infecția ar putea avea un rezultat negativ. În ciuda acestui lucru, persoana ar putea să fie infectată și, deci, să **transmită virusul** la altă sau alte persoane.

În consecință, e important să ținem minte că **testul pentru a afla dacă o persoană este infectată sau nu, va trebui să fie făcut după ce au trecut 3 luni de la practica de risc.**

>> Ce folos tragem dacă ne facem testul?

Dacă suntem purtători de SIDA, putem transmite boala celorlalți. Dacă ne cunoaștem starea în legătură cu infecția, avem posibilitatea de a lua măsuri preventive, **purtându-ne în mod responsabil** față de persoanele cu care avem legături.

În ultimul timp s-au făcut progrese considerabile la cunoașterea acestei boli și **există tratamente foarte eficiente** pentru a lupta împotriva ei. Chiar am putea spune că în ziua de azi nu se mai consideră o boală letală, ci cronică. Dar, pentru a obține beneficiul maxim de la aceste tratamente, **ar fi necesar să le începem cât mai timpuriu posibil**. Din această cauză trebuie să știm cât mai devreme dacă ne-am infectat



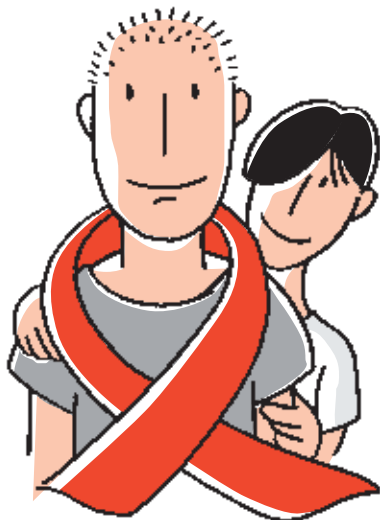
SIDA

>> Otras cosas que debemos saber:

El SIDA no se transmite en ningún caso por compartir vasos, cubiertos, lavabos o teléfonos. Tampoco se transmite por animales, picaduras de insectos, por estornudos, en piscinas públicas, etc.

Ante un resultado positivo en la prueba del SIDA hay que ponerse en manos del personal sanitario y seguir todas sus indicaciones. Cuanto antes se inicie el seguimiento médico, con más seguridad se logrará el control de la infección.

Cuando nos encontremos con alguien que está infectado, se debe tener en cuenta que, ante todo, es una persona y que necesita llevar una vida normal, sin que su situación le suponga más problemas que los puramente sanitarios. Como individuos y como sociedad debemos ofrecer solidaridad y colaboración.



SIDA

>> Alte lucruri care trebuie știute

SIDA nu se transmite în nici un caz folosind aceleași pahare, tacâmuri, toalete sau telefoane. Nu se transmite nici prin animale, înțepături de insecte, strănut, ștranduri etc.

Cine are un rezultat pozitiv la testul SIDA, trebuie să meargă la medic și să-i urmeze toate instrucțiunile. Cu cât mai devreme se începe supravegherea sanitară, cu atât mai sigur se va reuși să se controleze infecția.

Dacă ne aflăm cu cineva care este infectat, trebuie ținut seama de faptul că, mai presus de toate, este un om și că are nevoie de o viață normală, și nu ca situația prin care trece să-i aducă și mai multe probleme decât cele pur și simplu sanitare. Ca indivizi și ca societate, trebuie să oferim solidaritate și colaborare.



Otras infecciones de transmisión sexual



Alte infecții cu transmitere sexuală



CONDILOMAS (Verrugas genitales)



Cómo se contagian:

En la mayoría de los casos por contacto sexual (genital, anal y oral) y también a través del contacto con la piel.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

Aparición de verrugas blancas o rosadas en forma de coliflor en los genitales y ano, también en la lengua. Generalmente no producen molestias.

Hay que tener presente que una mujer con condilomas genitales puede desarrollar un carcinoma de cuello de útero.



Cómo se puede evitar el contagio en genitales y boca:

- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.
- Usando el preservativo en todas las relaciones sexuales. Esta medida no es segura cuando las lesiones no se encuentran en la zona que queda protegida por el preservativo, por lo que no se aconseja mantener relaciones hasta que las lesiones estén eliminadas.



CONDILOAME (Veruci sau negi genitali)



Cum se transmite:

În majoritatea cazurilor, prin contact sexual (genital, anal și bucal) ca și prin contactul cu pielea.



Cum știm dacă avem boala:

Femeie și bărbat

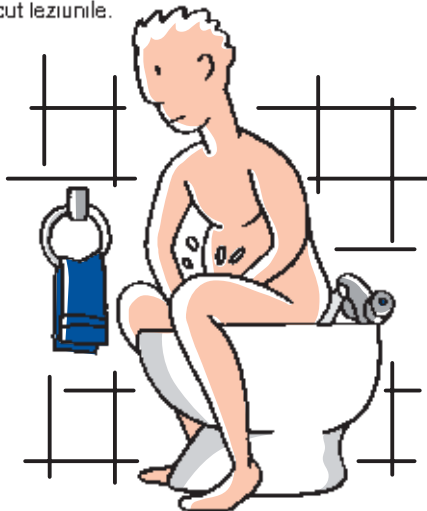
Apar niște excrescențe de culoare albă sau roz cu formă de conopidă, pe organele genitale și la anus, ca și pe limbă. Nu deranjează în mod special.

Nu trebuie trecut cu vederea că femeile cu aceste vegetații genitale pot avea mai târziu cancer de col uterin.



Cum se poate evita contaminarea la organele genitale și gură:

- Recomandăm toaleta organelor genitale înainte și după raportul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale. Această măsură nu este sigură în cazurile în care leziunile rămân în afara zonei protejate de prezervativ, prin urmare sfatul nostru este să nu întreprinzi contacte, până când nu v-au trecut leziunile.



TRICOMONAS



Cómo se contagia:

Fundamentalmente por contacto sexual.



Cómo saber si se tiene la infección:

En la mujer

Secreciones vaginales verde-amarillentas y con mal olor.
Picor en los genitales y molestias en la penetración y al orinar.

En el hombre

La mayoría de las veces (90%) no hay molestias. En alguna ocasión se observa escozor al orinar y secreciones en el orificio de la orina.



Cómo se puede evitar el contagio:

- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.
- Utilizando el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Tratamiento de la pareja, aunque no tenga síntomas.



TRICOMONIAZA



Cum se transmite:

Mai ales prin contact sexual



Cum știm dacă avem boala:

La femeie

Secreții vaginale galben-verzui și cu miros neplăcut.

Mâncărime la organele genitale și dureri la penetrare și urinat.

La bărbat

În majoritatea cazurilor (90%), nu supără în nici un fel. Câteodată se simte o usturime în timpul urinării și scurgeri intermitente.



Cum putem evita contaminarea:

- Recomandăm toaleta organelor genitale înainte și după raportul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Tratatamentul cuplului, chiar dacă nici unul nu are simptome



HEPATITIS B



Cómo se contagia:

Por contacto sexual o sanguíneo y de una madre a su hijo en el momento del parto.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

Después de un mes (a veces más de tres meses) pueden aparecer molestias similares a una gripe, con cansancio, pérdida de apetito y poca fiebre. También puede observarse que la piel se vuelve un poco amarilla, la orina oscura y las heces blancas. En un 40% de los casos no se observan molestias, pero el afectado/a puede transmitir la enfermedad al convertirse en portador del virus.



Cómo se previene:

- Utilizando el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.
- Higiene general y aseo personal.
- No compartir útiles personales.



HEPATITA B



Cum se transmite:

Prin contact sexual ori sangvin și de la mamă la făt în timpul nașterii copilului.



Cum știm dacă avem boala:

Femeie și bărbat

După 1 lună (uneori și mai bine de 3 luni), ne putem simți prost, ca atunci când avem gripă: oboseală, lipsă de poftă de mâncare și un pic de febră. Deasemenea poate apărea o ușoară gălbănire, urina poate deveni de culoare închisă, iar materiile fecale, albe. În 40% din cazuri nu ne deranjează nimic, dar boala se poate transmite, pentru că am devenit bolnavi purtători de virus.



Cum se poate evita contaminarea:

- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Recomandăm toaleta organelor genitale înainte și după raportul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Igiena personală și generală.
- Nu vă împrumutați articole de uz personal.



CANDIDIASIS (Hongos)



Cómo se contagia:

Por las relaciones sexuales, aunque no siempre se transmite por la práctica sexual.

De hecho, en mujeres sanas se encuentra en un 50% de los casos en la boca, ano y hasta un 25% en vagina. Aparece más en embarazadas, mujeres que utilizan anticonceptivos orales, en tratamientos con antibióticos y corticoides, en diabéticas y en situaciones de estrés prolongado.



Cómo saber si se tiene la infección:

En la mujer

Picor, enrojecimiento y sensación de quemazón en los genitales. Dolor en la penetración vaginal. Secreción vaginal espesa de color blanco-amarillenta.

En el hombre

Picor, escozor, dolor y enrojecimiento de los genitales. A veces puntos blanquecinos o rojos en el glande. Escozor y dolor al orinar.



Cómo se previene:

- Utilizando el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Tratamiento de la pareja, aunque no tenga molestias.
- La higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, aunque esta medida no es suficiente para prevenir la infección.



CANDIDOZA (Poala albă sau ciuperci)



Cum se transmite:

Prin legăturile sexuale, deși nu întotdeauna se contagiază prin practica sexuală.

De fapt, la femeile sănătoase se găsește la 50% din cazuri în gură și anus, iar la 25% din cazuri în vagin. Se dezvoltă mai mult la femeile însărcinate, cele care folosesc anticonceptive orale, cele care fac tratamente cu antibiotice și corticoizi, cele diabetice și în situații de stres prelungit.



Cum știm dacă avem boala:

La femeie

Mâncărime, înroșire și senzație de arsură la organele genitale. Durere la penetrarea vaginală. Secreție vaginală groasă, de culoare alb-gălbuie.

La bărbat

Mâncărime, usturime, durere și înroșire a organelor genitale. Uneori puncte albe sau roșii pe gland. Usturime și durere în timpul urinării.



Cum se poate evita contaminarea:

- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Igiena zonei genitale înainte și după actul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Tratatamentul cuplului, chiar dacă nici unul nu are simptome.



GONORREA



Cómo se contagia:

Por contacto sexual (también boca-sexo y ano-sexo) y de la madre al hijo/a durante el parto.

No se contagia por utilizar las mismas toallas ni en los servicios públicos.



Cómo saber si se tiene la infección:

En la mujer

No suele presentar molestias, por lo que existen más posibilidades de contagiar a la pareja.

A veces puede aparecer flujo más abundante de color verde-amarillento. Ganas de orinar frecuentes y en poca cantidad y escozor al orinar.

En el hombre

Aparición de pus en el orificio de la orina.

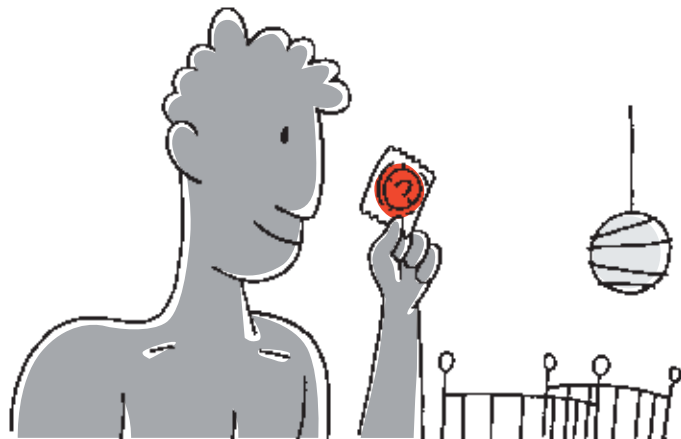
Ganas de orinar frecuentes y en poca cantidad.

Escozor al orinar.



Cómo se puede evitar el contagio:

- Usando el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Tratamiento de la pareja, aunque no tenga síntomas.
- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.



GONOREE



Cum se transmite:

Prin contact sexual (deasemenea gură-organ genital și anus-organ genital) și de la mamă la făt în timpul travaliului.

Nu se transmite folosind aceleași prosoape și nici la W.C -urile publice



Cum știm dacă avem boala:

La femeie

În general nu se simte prost, în consecință posibilitatea de a-și contagia partenerul e mai ridicată
Câteodată se observă mai mult fluid ca de obicei și de culoare verde-gălbui. Nevoie de urinat frecventă, dar în cantități mici, ca și usturime în timpul urinării.

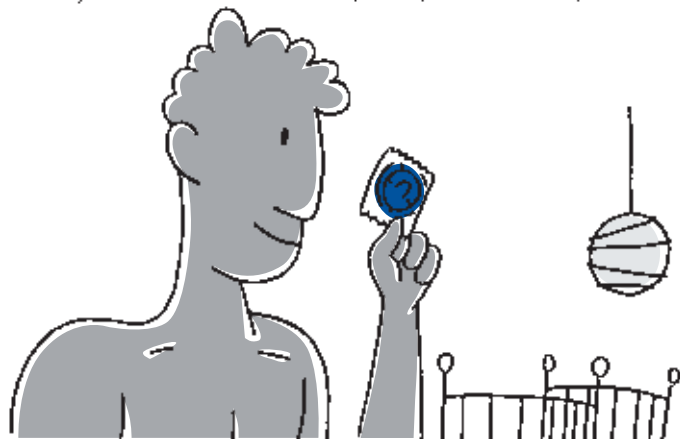
La bărbat

Apare puroi în orificiul uretrei.
Nevoie de urinat frecventă, dar în cantități mici
Usturime în timpul urinării.



Cum se poate evita contaminarea:

- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Tratamentul cuplului, chiar dacă nici unul nu are simptome.
- Recomandăm igiena zonei genitale înainte și după actul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.



SÍFILIS



Cómo se contagia:

A través de las relaciones sexuales, tanto genitales, anales como bucales y durante el embarazo.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

1ª fase: Habitualmente, entre la 2-4 semanas aparece una úlcera rojiza, no dolorosa y dura, llamada Chancro en zona de contacto: genitales, boca o ano, y un bulto doloroso en la ingle que corresponde a un ganglio inflamado. Desaparece en 2-3 semanas, pero no significa que la enfermedad haya remitido.

2ª fase: A las 6-8 semanas, si la infección no ha sido tratada, pueden aparecer fiebre y manchas rojas en la piel, en las palmas de las manos y plantas de los pies.
Entre 3-12 semanas pueden aparecer verrugas, fiebre, dolor en articulaciones y bultos dolorosos en las ingles correspondientes a ganglios inflamados.
En algunas ocasiones, alteraciones del pelo y las uñas.

3ª fase: Después de 3-6 años, lesiones destructivas en el cerebro, aorta y nervios periféricos (esta fase prácticamente ha desaparecido en nuestro país)



Cómo se previene:

- Aseo personal.
- Usando el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Tratamiento de la pareja, aunque no tenga molestias.
- Higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.

SIFILIS



Cum se transmite:

Prin actele sexuale, atât genitale sau anale, cât și bucale, și deasemenea în timpul sarcinii.



Cum știm dacă avem boala:

Femeie și bărbat

Faza I: De obicei, după 2-4 săptămâni apare o ulceratie roșiatică, nedureroasă și dură, numită șancru, în zona de contact: zona genitală, bucală sau anală, și o umflătură dureroasă în regiunea inghinală, care înseamnă un ganglion inflammat. Dispare după 2-3 săptămâni, ceea ce nu înseamnă că boala a cedat.

Faza a II-a: După 6-8 săptămâni, dacă infecția nu a fost tratată, poate să apară febră și o erupție roșiatică pe palme, tălpi și pelea corpului. La 3-12 săptămâni: pot să apară negi, febră, durere la articulații și umflături dureroase în regiunea inghinală, care reprezintă ganglioni inflamați. În anumite cazuri, părul și unghiile se schimbă.

Faza a III-a: După 3-6 ani: leziuni destructive în creier, aortă și nervii periferici (în realitate, această fază a dispărut în țara noastră).



Cum se poate evita contaminarea:

- Toaleta personală,
- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Tratatamentul cuplului, chiar dacă nici unul nu are simptome.
- Igiena zonei genitale înainte și după actul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.

CLAMIDIAS



Cómo se contagia:

Contacto sexual genital.



Cómo saber si se tiene la infección:

Entre la primera y quinta semana puede aparecer:

En la mujer

Ocasionalmente, aumento de flujo, molestias al orinar e irritación en la vagina.
Algunas veces, dolor en el bajo vientre.
Esta infección es más difícil de detectar en la mujer, porque no suelen haber molestias.

En el hombre

Escasa secreción en el pene.
En ocasiones ganas de orinar frecuentes y en poca cantidad.
Ligero escozor al orinar.



Cómo se puede evitar el contagio:

- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.
- Utilizar el preservativo en todas las relaciones sexuales y durante todo el juego sexual.
- Tratamiento de la pareja, aunque no tenga síntomas.

CLAMIDIAZA



Cum se transmite:

Contact sexual genital



Cum știm dacă avem boala:

Între săptămâna întâi și a cincea, pot apărea:

La femeie

În anumite momente, mai mult fluיד, durere la urinat și vagin iritat.

Uneori dureri în zona abdomenului inferior.

Această infecție este mai greu de detectat la femeie, deoarece în general nu se simte prost.

La bărbat

Scurgeri (picături) din penis.

Câteodată nevoie de urină frecventă, dar în cantități mici.

Un pic de usturime în timpul urinării.



Cum se poate evita contaminarea:

- Recomandăm spălarea zonei genitale înainte și după actul sexual nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Folosind prezervativul în toate raporturile sexuale și de-a lungul jocului erotic.
- Tratatamentul cuplului, chiar dacă nici unul nu are simptome.

HERPES GENITAL



Cómo se contagia:

Por contacto sexual, anal y oral. También a través del contacto con la piel.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

Después de un periodo de 1 a 3 semanas tras el contagio puede haber dolor, inflamación y picor en la zona afectada y pequeñas ampollas agrupadas sobre una base roja en lugares como los genitales o alrededor de ellos. También en la boca y faringe (si se ha practicado sexo oral y anal), y escozor al orinar.

En algunas ocasiones, aparición de bultos dolorosos en las ingles correspondientes a ganglios inflamados.

Si ha afectado al ano puede provocar secreción de pus por el mismo.

Hay que tener presente que una mujer con herpes genital puede desarrollar un carcinoma de cuello de útero.



Cómo se puede evitar el contagio:

- Usando el preservativo en todas las relaciones sexuales. Esta medida no es segura cuando las lesiones no se encuentran en la zona que queda protegida por el preservativo.
- Se recomienda la higiene de los genitales antes y después de la relación sexual, pero esta medida no es suficiente para prevenir la infección.
- No mantener relaciones sexuales hasta que se hayan curado las lesiones, incluidas las extragenitales.



HERPES GENITAL



Cum se contagează:

Prin sex anal și oral. Câteodată prin atingerea pielii în general.



Cum știm dacă avem boala:

Femeie și bărbat

După o durată de 1-3 săptămâni după contaminare, pot apărea dureri, umflături și mâncărime în zona afectată, ca și mici vezicule în buchet pe o bază roșiatică, pe organele genitale sau în zona lor. Deasemnea în gură și faringe (dacă s-a făcut sex oral și anal) și senzațe de usturime la urinat.

Uneori apar umflături dureroase în regiunea inghinală, ceea ce reprezintă ganglioni inflamați.

Dacă a afectat anusul, poate provoca scurgere de puroi din anus.

Trebuie să luăm în considerare și faptul că femeile cu herpes genital pot dezvolta un cancer uterin cervical.



Cum se poate evita contaminarea:

- Folosind prezervativul în toate actele sexuale. Această măsură nu este totuși efecace în cazurile în care leziunile nu se află în zona protejată de prezervativ.
- Recomandăm toaleta organelor genitale înainte și după raportul sexual, nefiind totuși această măsură suficientă pentru prevenirea infecției.
- Neîntreținând contacte sexuale până nu s-au vindecat leziunile, inclusiv cele nongenitale



LADILLAS



Cómo se contagia:

Fundamentalmente por contacto directo con el vello púbico. También a través del contacto con ropa usada por una persona afectada durante las 24-48 horas siguientes a la infección.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

Después de 20-30 días del contacto, picor intenso en la zona pélvica donde hay vello, sobre todo por la noche, y lesiones en la piel debidas al rascado. Se pueden observar las liendres (huevos) y los parásitos sobre el vello púbico y en otros lugares del cuerpo donde haya pelo (con menos frecuencia).



Cómo se previene:

- Aseo personal.
- No compartir ropas con personas afectadas.
- Lavar la ropa a una temperatura superior a 50°C y aquellas prendas que no puedan lavarse, se deben guardar durante 15 días en el interior de una bolsa cerrada.



PĂDUCHI LAȚI (Lăței)



Cum se transmite:

În primul rând prin contact direct cu părul pubian. Deasemenea prin contactul cu hainele folosite de persoana afectată, timp de 24-48 de ore de la infectare.



Cum știm că avem boala:

Femeie și bărbat

După 20-30 de zile de la contact, mâncărime accentuată în zona pelviană cu păr, mai ales noaptea, și deasemenea leziuni în zona de piele scârpinită. Se pot observa lindinile (ouăle de păduche) și paraziții, pe părul pubian și în alte locuri cu păr ale corpului (mai puțin frecvent).



Cum se poate evita contaminarea:

- Toaleta personală.
- Neîmprumutând haine de la persoanele afectate.
- Spălând hainele la o temperatură de cel puțin 50°C, iar acele haine care nu se pot spăla trebuie ținute timp de 15 zile într-o pungă închisă.



SARNA



Cómo se contagia:

Fundamentalmente por contacto íntimo, ya sea sexual o no, y con ropas y objetos contaminados.



Cómo saber si se tiene la infección:

Mujer y hombre

Después de 4-6 semanas del contagio se produce picor intenso. El picor se agrava por la noche. En la piel y genitales, se observan lesiones de rascado.

También se observan lesiones entre los dedos de las manos, en las muñecas, axilas, mamas, nalgas, etc.



Cómo se previene:

- Aseo personal.
- No compartir ropas con personas afectadas.
- Lavar la ropa a una temperatura superior a 50°C y aquellas prendas que no puedan lavarse, se deben guardar durante 15 días en el interior de una bolsa cerrada.



RÂIE



Cum se transmite:

Mai ales prin contact intim. Fe sexual fie nesexual, și cu haine sau articole de uz personal contaminate.



Cum știm că avem boala:

Femeie și bărbat

După 4-6 săptămâni de la contaminare, se produce o mâncărime intensă, care este mai pronunțată noaptea. Pe organele genitale și pe piele, se observă leziuni de la scărpinat.

Se mai observă leziuni și între degete și în încheietura mâinilor, la subrațe, sâni, fese etc.



Cum se poate evita contaminarea:

- Toaleta personală.
- Neîmprumutând haine de la persoanele afectate.
- Spălând hainele la o temperatură de cel puțin 50°C, iar acele haine care nu se pot spăla trebuie ținute timp de 15 zile într-o pungă închisă.



En general...

¿Qué se debe hacer ante la sospecha de haber contraído una de estas infecciones?

- En primer lugar, **acudir al médico** y no quitarle importancia ni hacer tratamientos recomendados por las amistades.
- **Avisar a la persona** o personas con las que se han mantenido relaciones sexuales en el momento del diagnóstico de la infección.
- **Y abstenerse** de mantener relaciones sexuales hasta que no se esté curado cuando así lo indique el médico.

Es importante saber que:

- Casi todas las enfermedades de transmisión sexual **se curan fácilmente** cuando se diagnostican a tiempo.
- El tratamiento debe hacerlo no sólo el que padece la infección en ese momento, sino **también la persona o personas** con las que se han mantenido relaciones sexuales, aunque no tengan ningún síntoma de infección.
- **Una sola relación sexual**, con una persona infectada, puede ser suficiente para producir el contagio.
- Una vez curada la enfermedad, se deben **tomar medidas preventivas** en las relaciones sexuales para evitar nuevos contagios. Las infecciones de transmisión sexual no producen inmunidad, a excepción de la Hepatitis B, que cuenta con una vacuna eficaz y segura.

În general...

Ce e de făcut dacă bănuim că ne-am contagiat de una din aceste boli?

- În primul rând să **mergem la doctor**, fără să minimalizăm situația sau să facem tratamente sfătuiți de prieten.
- **Să-i spunem persoanei** sau persoanelor cu care am avut legăturile sexuale din momentul în care s-a diagnosticat infecția.
- **Să ne abținem** de la contacte sexuale până nu suntem vindecați. În caz că doctorul ne sfătuiește în acest sens.

E bine să știm că:

- Aproape toate bolile cu transmitere pe cale sexuală se **vindecă ușor**, când sunt diagnosticate la timp.
- Tratamentul trebuie să-l facă un numai cel care suferă de infecție în acel moment, ci **și persoana sau persoanele** cu care am avut contacte sexuale, chiar dacă nu au nici un simptom al infecției.
- **Un singur act sexual** cu o persoană afectată poate fi suficientă pentru producerea contagierii.
- După vindecarea bolii, trebuie **luate măsuri de prevenire** în cadrul relațiilor sexuale, pentru a evita noi contaminări. Infecțiile cu caracter sexual nu produc imunitate, în afara hepatitei B, pentru care există un vaccin eficient și sigur.

En general...

Es recomendable

- La **revisión médica** de forma periódica, aunque no se tenga ningún síntoma, para aquellas personas con una vida sexual muy activa.
- **Estar informado** sobre los posibles síntomas de estas enfermedades, para que ante la sospecha de haber contraído una de ellas, se consulte con el médico lo antes posible.



În general...

E binevenit...

- **Controlul medical** periodic, pentru acele persoane cu o viață sexuală foarte activă, chiar dacă nu există nici un simptom.
- **Informarea** despre simptomele posibile ale acestor boi, în așa fel încât, dacă există vre-o bănuială despre contaminarea cu una din acestea, să se consulte doctorul cât mai repede cu putință.



Uso correcto del preservativo masculino. 1

- Comprar siempre preservativos que estén homologados por la autoridad sanitaria y con marcado CE.
- Comprobar la fecha de caducidad. Un condón antiguo no debe ser utilizado, ya que se puede romper con mayor facilidad.
- Los condones se deben guardar en un lugar fresco y seco, alejados de la luz solar directa. Con el calor, el condón pierde resistencia con mucha rapidez, por lo que no deben guardarse en lugares como la guantera del coche.
- Si se utilizan cremas lubricantes, que sean con siliconas o glicerina.
- Hay que colocarlo sobre el pene apretando la punta del condón para eliminar bolsas de aire y formar una reserva para el semen (la mayoría ya tienen reserva).

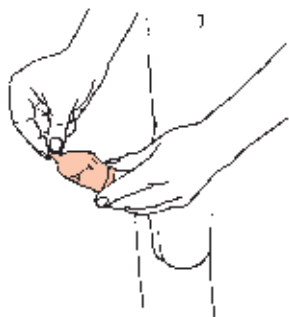


Folosirea corectă a prezervativului masculin. 1

- Cumpărați întotdeauna prezervative omologate de către autoritățile sanitare și cu marca CE.
- Verificați data expirării. Un condon ieșit din garanție nu trebuie folosit, deoarece se poate rupe mai ușor.
- Condoanele trebuie păstrate la loc răcoros și uscat, ferit de lumina directă a soarelui. La căldură, condonul își pierde repede rezistența, de aceea nu trebuie păstrat în locuri ca de exemplu în cutia de bord de la mașină.
- Dacă folosiți lubrifianți, să fie de siliconă sau glicerină
- Trebuie pus pe penis strivind moțul condonului, pentru a elimina aerul dinăuntru și a lăsa un rezervor pentru spermă (majoritatea au un rezervor pregătit).

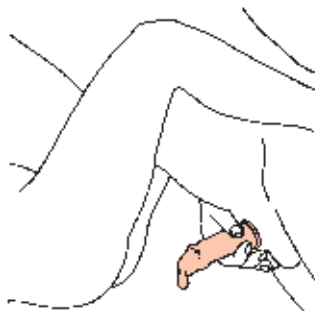


Uso correcto del preservativo masculino. 2



- Es importante que el anillo donde va enrollado el condón quede hacia el exterior del mismo. Así será mucho más fácil desenrollarlo hacia abajo y cubrir el pene.

- Hay que utilizarlo desde el principio y durante toda la relación. Al terminar extraer el pene, sujetando el preservativo a la base del mismo, antes de que finalice la erección, para evitar que el semen se salga.



- Una vez usado se debe tirar a la basura.
- Se debe cambiar de condón en cada relación sexual, aunque no haya habido penetración.

Folosirea corectă a prezervativului masculin. 2



- Asigurați-vă că este cu partea rulată spre exterior. Numai așa va fi ușor să-l derulați până la baza penisului.

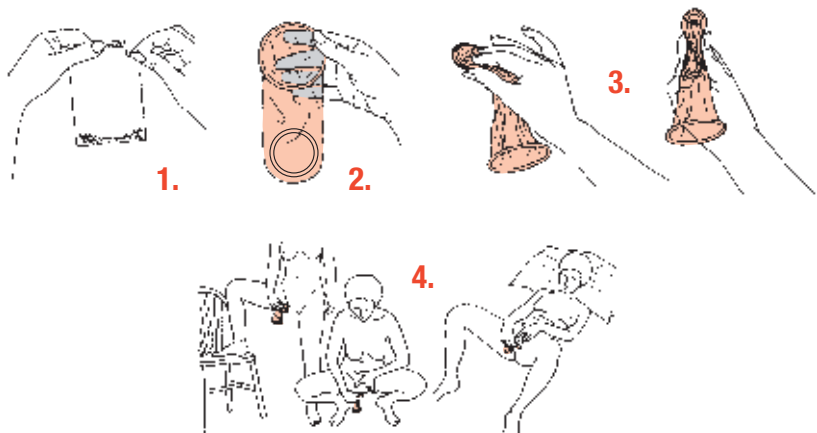
- Trebuie folosit de la început și pe toată durata actului. După ejaculare, penisul trebuie retras înainte să își piardă erecția. Prezervativul trebuie ținut bine la baza penisului, pentru a evita scurgerea spermei.



- După folosire, trebuie aruncat în coșul de gunoi.
- Prezervativul este de unică folosință, deci trebuie schimbat chiar dacă nu a avut loc penetrarea.

Uso correcto del preservativo femenino. 1

- Comprar siempre preservativos que estén homologados por la autoridad sanitaria y con marcado CE.
- Usar un condón nuevo en cada relación sexual.
- Puede colocarse hasta ocho horas antes de la relación sexual. Abrir el envoltorio cuidadosamente para no dañarlo (1).
- El anillo de la parte cerrada del preservativo sirve de guía para colocarlo en el fondo de la vagina, mientras que el otro extremo termina en un aro más grande que queda fuera de la vagina cubriendo los genitales externos (2).
- Este preservativo se presenta lubricado. Si se desea más lubricante, éste debe ser acuoso u oleoso e introducirlo en el interior.
- Sostener el preservativo con el anillo externo colgado hacia abajo. Sujetar el anillo de la parte cerrada con los dedos medio y pulgar y apretarlo ligeramente hasta que tome una forma alargada (3).
- Elegir una posición cómoda para la colocación del preservativo. Puede ser de pie, con una pierna encima de una silla; sentada, con las rodillas separadas; agachada o acostada. Introducir el aro interno en la vagina (4).

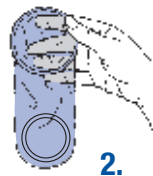


Folosirea corectă a prezervativului feminin. 1

- Cumpărați întotdeauna prezervative omologate de către autoritățile sanitare și cu marca CE
- Condonul este de unică folosință.
- Poate fi introdus chiar și cu 8 ore înainte de contactul sexual. Desfaceți ambalajul cu atenție ca să nu-l stricați **(1)**.
- Inelul de la capătul închis al prezervativului va sta în dreptul colului uterin, în timp ce inelul de la capătul deschis va rămâne în afara corpului, acoperind organele genitale externe **(2)**.
- Acest prezervativ are deja lubrifiant. Dacă doriți mai mult, se pune lubrifiant (care trebuie să fie pe bază de apă sau ulei) pe capătul închis.
- Se ține prezervativul în așa fel încât capătul exterior să atârne în jos. Se presează inelul aflat la capătul închis între degetul mare și cel mijlociu, până are o formă alungită **(3)**.
- Găsiți o poziție confortabilă pentru introducerea prezervativului. Puteți sta în picioare, cu un picior ridicat pe un scaun sau așezate, cu picioarele depărtate sau culcate cu picioarele depărtate. Introduceți inelul interior în deschiderea vaginală **(4)**.



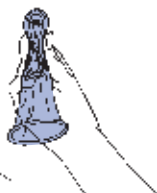
1.



2.



3.



4.

Uso correcto del preservativo femenino. 2

- Empujar el aro interno (metiendo el dedo índice en el condón) lo más profundamente posible de forma que quede en el fondo (5 y 6).
- El anillo externo del preservativo debe cubrir los genitales externos de la mujer.
- Guiar el pene con la mano hacia el centro del preservativo, evitando que se introduzca entre la pared de la vagina y la parte exterior del preservativo.
- El preservativo femenino no necesita retirarse inmediatamente después de la eyaculación. Una vez terminada la relación y retirado el pene quitar el preservativo apretando el anillo externo, retorciéndolo para mantener el semen en el interior del preservativo. Tirar hacia fuera sin brusquedad (7).
- Tirarlo a la basura. (8).
- Comprobar la fecha de caducidad. Un preservativo antiguo no debe ser utilizado, ya que se puede romper con mayor facilidad.
- Se deben guardar en un lugar fresco y seco, alejados de la luz solar directa. Con el calor pierden resistencia con mucha rapidez, por lo que no deben guardarse en lugares como la guantera del coche.

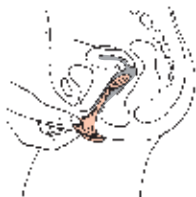
5.



6.



7.



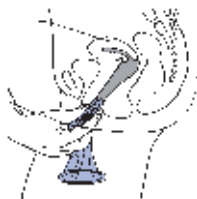
8.



Folosirea corectă a prezervativului feminin. 2

- Cu ajutorul degetului arătător, împingeți inelul interior cât mai adânc înăuntrul vaginului, în așa fel încât să ajungă să acopere colul uterin **(5 și 6)**.
- Inelul exterior trebuie să rămână în afară, acoperind vulva
- Când conduceți penisul la penetrare, fiți sigure că are o direcție bună și că nu îi trimiteți pe lângă prezervativ, între prezervativ și vagin
- Prezervativul feminin nu trebuie scos imediat după ejaculare. După terminarea contactului și retragerea penisului, pentru scoaterea prezervativului, trebuie mai întâi să răsuciți inelul exterior, pentru a fi sigure că sperma rămâne înăuntrul prezervativului. Scoateți prezervativul încet **(7)**.
- Aruncați-l în coșul de gunoi **(8)**.
- Verificați data expirării. Un condon ieșit din garanție nu trebuie folosit, deoarece se poate rupe ușor.
- Condoanele trebuie păstrate la loc răcoros și uscat, ferit de lumina directă a soarelui. La căldură, condonul își pierde repede rezistența, de aceea nu trebuie păstrat în locuri ca de exemplu în cutia de bord de la mașină.

5.



6.



7.



8.



En los siguientes servicios se puede recibir información y realizarse la prueba del VIH/SIDA. Para realizarse la prueba de forma anónima y gratuita, se puede llamar a los siguientes teléfonos:

900 706 706

línea gratuita de información sobre SIDA, si llama desde cualquier punto de la Región de Murcia y a través de un teléfono fijo

968 235 141

si llama desde fuera de la Región o a través de un teléfono móvil

También puede acudir a:

Unidad de Prevención y Educación Sanitaria sobre la Infección por VIH.

Consejería de Sanidad.

Ronda de Levante, 11, MURCIA,
en horario de 9 a 14, de lunes a viernes.

Unidad de Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de Enfermedades de Transmisión Sexual y VIH.

Consejería de Sanidad.

Plaza San Agustín, 3. CARTAGENA,
previa petición de cita en los teléfonos:
968 326 675 (directo)
968 326 666 (centralita)

În cadrul următoarelor servicii se pot obtine informatii și se pot realiza probele de VIH/SIDA

Pentru a realiza probele de maniera anonima și gratuita, ne puteti contacta la următoarele telefoane:

900 706 706

linie gratuita cu informatii despre SIDA, in cazul in care sunati din orice punct al Regiunii Murcia, precum și de la un telefon fix

968 235 141

daca sunati din afara Regiunii sau de la un telefon mobil

De asemenea puteți să apelați la:

Unitatea de Prevenire și Educație Sanitară Privind infectarea cu VIH.

Consejería de Sanidad.

Ronda de Levante, 11. MURCIA.
de la 9.00 la 14.00, de luni pana vineri.

Unitatea de Prevenire, Diagnostic și Tratament a Bolilor cu Transmitere Sexuală și VIH.

Consejería de Sanidad.

Plaza San Agustín, 3. CARTAGENA.
Pentru programari și consultatii va rugam sa ne contactati la telefoanele:
968 326 675 (Direct)
968 326 666 (Centrala)