

---

# Para los adolescentes: reduce el riesgo de contraer una infección de transmisión sexual

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) también se conocen como enfermedades de transmisión sexual (ETS). La única manera segura de prevenir las infecciones de transmisión sexual es no tener ningún tipo de relaciones sexuales (abstinencia). Pero si decides tener relaciones sexuales, debes tomar medidas para protegerte:

- Es importante que conozcas bien a tu pareja. Pregúntale si tuvo alguna ITS o si se hizo una prueba de detección. Es importante hablar de cuántas parejas tuvo cada quién en el pasado. Y pregúntale cuántas tiene en la actualidad. Eviten las enfermedades teniendo solo relaciones sexuales el uno con el otro (monogamia).
- Vacúnate contra el virus del papiloma humano (VPH). Este virus produce verrugas genitales, resultados anormales en las pruebas de Papanicolaou y cáncer.
- Usa siempre condones de látex durante las relaciones sexuales.
- Toma medicamentos para prevenir el VIH si estás en riesgo. Se pueden tomar dentro de las 72 horas de haber tenido relaciones sexuales de riesgo (esto se llama profilaxis posterior a la exposición o PEP). O puedes tomarlos a diario si tienes muchos encuentros de riesgo a lo largo del tiempo (esto se llama profilaxis previa a la exposición o PrEP). La PrEP también puede usarse según la necesidad. Este es el caso si tiene encuentros menos frecuentes, pero ya sabes de antemano. El tratamiento típico comienza con dos pastillas que se toman de 2 a 24 horas antes de las relaciones sexuales.
- Busca más información. Si te preocupa el riesgo de tener una ITS, habla con el proveedor de atención médica, el personal de enfermería de la escuela o de la universidad, la clínica del campus o el departamento de salud local.

## ¿Es este un buen momento?

Las relaciones sexuales son un asunto muy personal. No se trata de lo que piensen tus amigos o tu pareja. Se trata de lo que tú consideres correcto. Por lo tanto, no hay nada malo en decir que no es el momento adecuado. Si optas por la abstinencia, tendrás más tiempo para conocer mejor a tu pareja. En cualquier caso, nunca tomes estas decisiones cuando estés bajo el efecto de las drogas o del alcohol. Pueden llevarte a hacer algo de lo que luego te arrepientas.

## Utiliza siempre un condón de látex

Si tienes relaciones sexuales, usa siempre un condón de látex. Es la mejor manera de prevenir las ITS. Cualquier persona, hombre o mujer, puede comprarlos independientemente de su edad. La mayoría de los condones están hechos para uso de los hombres. Pero también hay condones para las mujeres. Asegúrate de comprar condones que indiquen protección contra las ITS. Usa un condón nuevo cada vez que tengas relaciones sexuales.

## Cómo usar correctamente los condones para hombres

