



Dia Mundial de la Salut Sexual: com prevenir, detectar i tractar les ITS?

Aquest 4 de setembre se celebra el Dia Mundial de la Salut Sexual, un esdeveniment que vol conscienciar sobre la importància de millorar el coneixement, la comunicació i les pràctiques de sexe segur.

Segons les darreres dades de Control, **6 de cada 10 espanyols no fan servir sempre el preservatiu** i confien en "el bon estat de salut de la seva parella sexual". Tot i això, encara 1 de cada 3 enquestats no coneixen realment l'estat de salut sexual de la persona amb qui manté relacions sexuals.

De fet, recentment, l'Organització Mundial de la Salut ha alertat de la **caiguda "alarmant" de l'ús del preservatiu entre els adolescents a Europa** en l'última dècada i que això multiplica el risc d'infeccions per transmissió sexual i els embarassos no desitjats.

Què són les ITS?

El preservatiu no només és un mètode per prevenir embarassos no desitjats, sinó que també és molt important per evitar les infeccions de transmissió sexual (ITS). Les ITS engloben un conjunt d'infeccions que es poden transmetre d'una persona infectada a una altra que no ho està, a través d'un contacte estret.

La via de transmissió més habitual són les relacions sexuals amb penetració (vaginals, anals o orogenitals), però també es poden transmetre per intercanvi de fluids corporals, o per contacte directe amb àrees de la pell o mucoses afectades per la infecció.

Com prevenir-les?

És important fer servir mètodes barrera: preservatiu intern o femení, preservatiu extern o masculí i barreres bucals de làtex. Per prevenir-les també és important no compartir joguines sexuals sense netejar-les, vacunar-se contra algunes ITS, quan estigui indicat o fer-se periòdicament proves de detecció.

Què fer si sospito que tinc una ITS?

Si sospites que tens una infecció de transmissió sexual o t'acaben de dir que has mantingut relacions sexuals amb una persona que està infectada, el més important és no perdre la calma: recorda que les ITS es poden detectar, tractar i curar.

Deixa't aconsellar pel personal de salut i evita buscar informació a internet no basada en evidència científica, ja que pot ser força errònia. Ves al teu CAP o a un dels centres indicats en el mapa de recursos que ofereixen atenció urgent, amb cita prèvia i sense.

