

Prevención para la salud sexual

De acuerdo con las formas de contagio de las ITS, puedes deducir cuál es la mejor forma de prevención. Averígualo en la siguiente actividad.

Actividad 3

¿Anticoncepción o prevención de ITS?

1. En grupo, lean el texto.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2016 más de un millón de personas contrajeron alguna ITS. Cerca de 300 millones de mujeres están infectadas con el virus del papiloma humano. De acuerdo con Onusida, en el mismo año murieron alrededor de un millón de personas en el mundo a causa de enfermedades relacionadas con el sida.

Puedes consultar la página de la Organización Mundial de la Salud, la de Onusida o el portal de Telesecundaria.

2. Escriban en un párrafo por qué consideran importante prevenir las infecciones de transmisión sexual.

3. Utilicen lo que han aprendido hasta ahora e investiguen en la biblioteca cuáles son las medidas preventivas más recomendables y elaboren una lista en su cuaderno. Incluyan en su investigación qué método anticonceptivo previene además las ITS.
4. En plenaria, bajo la coordinación de su maestro, compartan sus hallazgos y lleguen a una conclusión.
5. Para saber más sobre la prevención del sida y de otras ITS, consulten las páginas de internet de Conapo y Censida, en el portal de Telesecundaria, y preparen una presentación para el grupo con su asesoría; para esto pueden utilizar algún programa de elaboración de presentaciones.



Guarden lo que escribieron en esta actividad en su carpeta de trabajos. Lo revisarán más adelante.



Prevención para la salud reproductiva

En la actualidad, la tecnología anticonceptiva ofrece la posibilidad de controlar y reducir la capacidad reproductiva de un individuo, ya sea en forma temporal o permanente. La anticoncepción representa para las personas el derecho de decidir de manera libre, responsable e informada si quieren tener hijos, cuántos y cuándo. Por otro lado, las personas también tienen el derecho a obtener la información específica y los servicios de salud adecuados para su atención, esto puede ser considerado como avances que benefician a los individuos y en general a la sociedad, sobre todo porque no siempre han estado presentes. Para saber más sobre hábitos saludables en el contexto de la salud sexual, ve el recurso audiovisual [Yo sí me cuido](#).



Sesión
4



Todo cambia

A finales del siglo XIX y principios del XX se comenzó a dar importancia a la sexualidad de la mujer. La aparición del movimiento feminista y el uso de métodos anticonceptivos contribuyeron a que se desprendieran de la función femenina más reconocida entonces en nuestra cultura occidental: la reproductiva.





Figura 3.25 Los condones femeninos y masculinos son una opción efectiva para evitar embarazos no planeados.



Los métodos anticonceptivos

En la actualidad se cuenta con métodos de anticoncepción muy diversos destinados tanto a hombres como a mujeres. Recuerda que la decisión de tener relaciones sexuales es de pareja. Ambos tienen la responsabilidad de cuidarse uno al otro, así como de evitar un embarazo no planeado (figura 3.25).

Puedes encontrar una gran variedad de métodos anticonceptivos, pero la elección debe estar basada en la efectividad y considerar otros factores como la edad, el estado de salud, la situación que estás viviendo y, sobre todo, tomar en cuenta que es necesario acudir al centro de salud para que los especialistas te orienten de acuerdo a tus características y las de tu pareja. Los anticonceptivos pueden ser temporales (como los de barrera o condones), los químicos (espermicidas y hormonales) y los naturales (ritmo y coito interrumpido) o también pueden ser definitivos o quirúrgicos (vasectomía y salpingoclasia u obstrucción tubárica).



Todo cambia

1000 años a.n.e. se usaban preservativos hechos de intestino de animal. Hoy en día se usan fundas de látex.



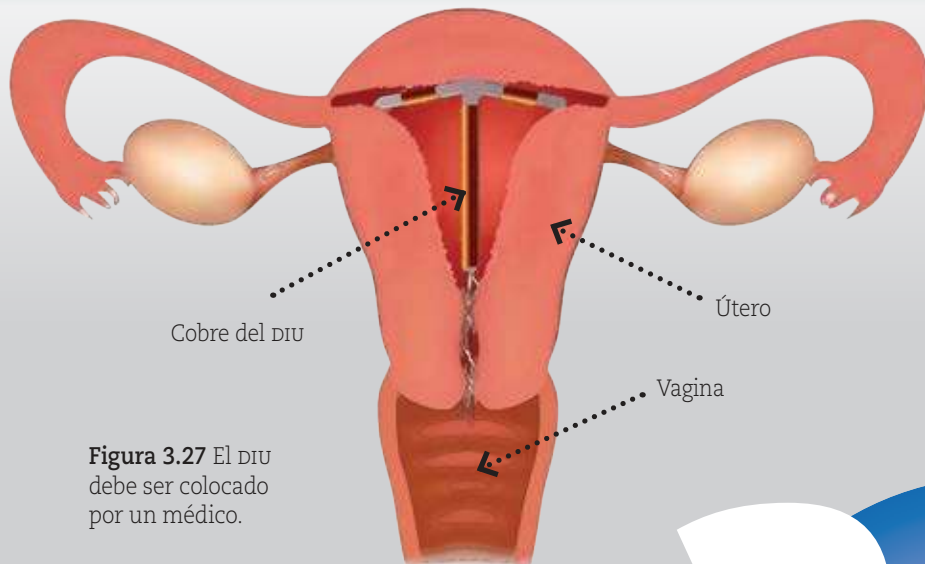


Figura 3.27 El DIU debe ser colocado por un médico.



Glosario
Circuncisión

Práctica quirúrgica que permite que la cabeza del pene quede permanentemente descubierta.

1

- Verifica la fecha de caducidad.
- Abre el paquete cuidando no romper el condón: no uses tijeras ni los dientes ni ninguna herramienta.

2

- Asegúrate de que el condón esté listo para desenrollarlo: el borde debe estar hacia afuera (se ve como un pequeño gorro) y se desenrolla fácilmente dándole una vuelta.
- Si al colocarlo no lo puedes desenrollar, es que está al revés. Quitáelo y deséchalo.
- NO le des vuelta para volver a usarlo; sustitúyelo por uno nuevo.

¡Sólo si lo usas bien!

3

- Coloca el condón, sin desenrollar, en la punta del pene erecto.
- Aprieta la punta del condón mientras lo extiendes hasta cubrir todo el pene, evitando que queden burbujas de aire pues pueden romper el condón durante la relación y provocar derrame del semen.
- Si el varón no está **circuncidado**, debe empujar la piel del pene hacia atrás hasta liberar el glande o cabeza del pene.

4

- Después de la eyaculación y antes de perder la erección, el pene debe ser retirado de la vagina sujetando el extremo del condón para evitar que se derrame el semen.
- Usa un nuevo condón en cada relación sexual.
- Los condones nunca deben ser reutilizados ni se deben colocar dos al mismo tiempo.

Figura 3.26 El uso de condón no requiere receta médica.