

SUMMERTIME

ESTE

VERANO

LA

FIESTA

ES

SALUDABLE



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD

MENSAJES DE SALUD EN EVENTOS ESTIVALES

SALUD SEXUAL

Es previsible que, **durante los grandes eventos estivales**, como festivales de música y cultura, así como los eventos del Orgullo, ocurran muchos encuentros que impliquen un **contacto estrecho** y prolongado entre las personas que asisten, **incluidos los encuentros sexuales**.



PRESERVATIVO Y PrEP

- El uso del **PRESERVATIVO**, junto con lubricante hidrosoluble, es una forma eficaz y fácil de proteger tu salud sexual y la de tus parejas.

MÁS INFORMACIÓN

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/prevencion/preservativo.htm>



El consumo de **alcohol** y **otras drogas**, frecuente en muchos de esos eventos, la falta de planificación de las relaciones sexuales, la novedad de las parejas, mantener relaciones en lugares incómodos y poco íntimos o la no disponibilidad de preservativos, entre otros motivos, pueden hacer que disminuya tu **capacidad para controlar la situación y que aumente el riesgo de adquirir el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS) y/o de embarazos no planificados**.

Acudir a estos eventos y tener una **experiencia positiva** es compatible con el **cuidado de tu salud**. Puedes plantearte, por ejemplo, **evitar el consumo de alcohol y drogas o disminuirlo** como medida para reducir los riesgos asociados al consumo.



- La **profilaxis pre-exposición (PrEP)** frente al VIH es una **ESTRATEGIA PREVENTIVA** que se basa en la toma planificada y habitual de fármacos antirretrovirales para evitar la infección por este virus. Esta medida se recomienda a personas que podrían ser más vulnerables al VIH. **La PrEP NO OFRECE PROTECCIÓN frente a otras ITS**, por lo que se recomienda su uso combinado con otras herramientas preventivas, como el preservativo.

MÁS INFORMACIÓN

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/docs/infografiaProfilaxisPrEP.pdf>

Si has mantenido

PRÁCTICAS FACILITADORAS DE INFECCIÓN POR EL VIH Y OTRAS ITS

- Si te has expuesto a una **situación de riesgo de infección por el VIH** y no han transcurrido **72 horas** desde la posible exposición, puedes acudir lo antes posible, **preferiblemente en las 6 primeras horas**, al servicio de urgencias de un hospital, donde valorarán el riesgo y podrán aconsejarte iniciar un **TRATAMIENTO PREVENTIVO** con fármacos antirretrovirales **durante 28 días**.

MÁS INFORMACIÓN

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/docs/profilaxisPostexposicionVIH20Jul17.pdf>

- Hay algunos **síntomas** que te pueden indicar que **has contraído una ITS**, como flujo anormal en la vagina, secreción por la uretra, úlceras, verrugas o ampollas cerca de los genitales, ano o boca, escozor o picor alrededor de los genitales, ardor y dolor al orinar o defecar... Si los tienes, acude a tu **centro de salud** o **centro de ITS** para realizarte una revisión y, en caso de confirmarse un diagnóstico, seguir el tratamiento y las indicaciones médicas.

MÁS INFORMACIÓN

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/homeITS.htm>

3 En los últimos meses se ha descrito un brote de infección por **Shigella sonnei**, fundamentalmente en hombres gays, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres expuestos a prácticas sexuales que implican un **CONTACTO ESTRECHO** y directo con el ano, la zona que rodea el ano y el canal anal (rimming o el fisting sin preservativo, por ejemplo) o por contacto indirecto al tocar condones, dildos u otros juguetes sexuales que puedan contener rastros de heces y llevarse después de haberlos manipulado, las manos a la boca. La infección por Shigella sonnei puede causar gastroenteritis de intensidad variable, típicamente con malestar general, vómitos, diarrea acuosa y, ocasionalmente, presencia de sangre en heces. Puedes minimizar el riesgo de infección mediante la **práctica de sexo seguro y una buena higiene**.

→ **MÁS INFORMACIÓN**

http://gtt-vih.org/files/active/1/GTT_infodrogas_2022_shigella.pdf

4 Puedes tener un mayor **CONTROL** sobre tu **salud sexual** realizándote de manera periódica la prueba del **VIH** y de otras **ITS**. Para ello, basta con acudir a tu centro de salud, a un centro de diagnóstico y prevención de ITS o a una ONG donde realicen pruebas de detección del VIH y/o ITS. Y **si no quieres desplazarte**, también puedes adquirir un autotest del VIH en las farmacias y hacerte tú mismo la prueba en casa.

→ **MÁS INFORMACIÓN**

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/docs/mapaCentrosComunitarios.htm>

5 Aunque no siempre resulta fácil, sería deseable que tuvieras los datos de contacto de tus parejas sexuales, ya que, en caso de que se diagnosticase una ITS o la viruela del mono, esto ayudaría a encontrarlos de forma **más rápida** y a comunicarles la conveniencia de realizarse una **prueba diagnóstica**, o de algún otro tipo de actuación que pueda ayudar a controlar la enfermedad, como las vacunas.



EMBARAZO NO DESEADO



Puedes evitar un **embarazo no planificado**, tomando la **píldora del día después**. Se trata de un anticonceptivo de **URGENCIA** que se utiliza para disminuir el riesgo de embarazo después de haber tenido una relación sexual con penetración sin protección. Debes tomarla **LO ANTES POSIBLE** y lo mejor es hacerlo en las primeras 24 horas. Se puede tomar hasta las **72 horas**.

→ **MÁS INFORMACIÓN**

https://www.sanidad.gob.es/novedades/docs/090911_diaDespues.pdf

MENSAJES DE SALUD EN EVENTOS ESTIVALES

VIRUELA DEL MONO

En los últimos meses, se ha producido un brote de una enfermedad **muy poco frecuente**, causada por el virus de la **VIRUELA DEL MONO**.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

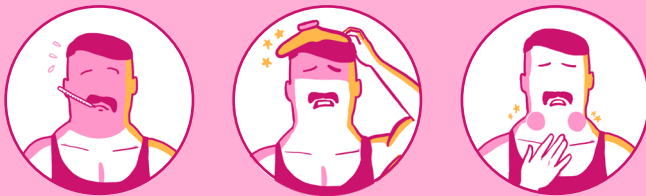
Mediante un **CONTACTO ESTRECHO con las lesiones y costras** en la piel, los fluidos corporales, gotas respiratorias gruesas y material contaminado, como ropa de cama, toallas o cualquier objeto que pueda utilizarse durante las relaciones sexuales –un sling (columpio para apoyarse), un arnés o ropa interior.

A pesar de que el mayor número de casos se están produciendo en hombres gays, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres, **el virus del mono NO está relacionado con la orientación sexual**.

Aunque, por el momento, **no hay evidencia** disponible de que **la viruela de mono** pueda transmitirse a través del **semen** y los **fluidos vaginales**, **SÍ** se ha mostrado que **puede transmitirse en las relaciones sexuales**, independientemente del sexo, la orientación y la identidad sexual, debido al **contacto íntimo y estrecho** que se produce durante las relaciones sexuales (incluidos los besos, las caricias, el sexo oral, la penetración... con alguien que tiene la infección).

CUALQUIER PERSONA PUEDE CONTAGIARSE.

- La infección se inicia con síntomas **similares a los de una gripe** (fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, dolor de espalda, escalofríos y agotamiento), al que se asocia una inflamación de los ganglios.



- Posteriormente aparece una **ERUPCIÓN**, que en el brote actual se presenta más frecuentemente con lesiones en los genitales y el ano. También puede aparecer en la cara y extenderse a otras partes del cuerpo, como las plantas de las manos y de los pies.

SÍNTOMAS Y TRANSMISIÓN



- Estas lesiones de la piel, **llenas de un líquido claro o amarillento**, van pasando por diferentes etapas hasta que se **transforman en costras** que finalmente caen.

El virus se puede transmitir a otra persona mientras **DUREN las lesiones cutáneas**.

Existen otros mecanismos de transmisión descritos clásicamente para esta enfermedad, como es la transmisión a través de gotas respiratorias grandes durante el contacto cara a cara directo y prolongado.

DURACIÓN Y PREVENCIÓN

La enfermedad suele **durar** de **2 a 4 SEMANAS**.

El período infeccioso comienza desde el inicio de los síntomas y dura hasta que se caen las costras de todas las lesiones cutáneas.

Para su **PREVENCIÓN**, es importante seguir las **medidas de higiene estándar** (lavado frecuente de manos con agua y jabón o soluciones alcohólicas) y **evitar el contacto estrecho e íntimo** con cualquier persona que tenga síntomas.

MÁS INFORMACIÓN

https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/alertaMonkeypox/docs/20220610_ProtocoloMPX.pdf



¿QUÉ HACER TRAS UNA EXPOSICIÓN?



La **AUTOEXPLORACIÓN** es fundamental, especialmente en **zonas genitales**.

Si has estado en contacto con alguien que ha sido diagnosticado de viruela de mono o sospechas que puedas tener síntomas, se aconseja que te **aísles en casa** y te pongas en contacto por teléfono con tu **centro de salud** o con el **066**. Los profesionales sanitarios te indicarán las medidas a tomar y el procedimiento a seguir.

Si tienes síntomas graves, puedes acudir al **Servicio de Urgencias** de un centro hospitalario (mejor en vehículo propio o a pie) y tomando las medidas de prevención oportunas como el **uso de mascarilla**.

LAS PERSONAS CONTAGIADAS con el virus de la viruela del mono tendrán que **aislarse en casa** y solo podrán salir para ir al médico, mientras que sus contactos, aunque no es necesario que realicen cuarentena, sí deberán **reducir al máximo las interacciones**, las **relaciones sexuales** y usar de manera constante la **mascarilla** hasta que se descarte la enfermedad.

Es importante que prestes atención a las **redes sociales y página web de la organización del evento, tras la finalización del mismo, por si se ha producido un brote.**



MENSAJES DE SALUD EN EVENTOS ESTIVALES

COVID - 19

Recuerda que con la **VACUNACIÓN** frente a la COVID-19 no solo te estás **PROTEGIENDO a ti mismo/a**, sino también al **resto de la población**.



MÁS INFORMACIÓN

<https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/home.htm>

