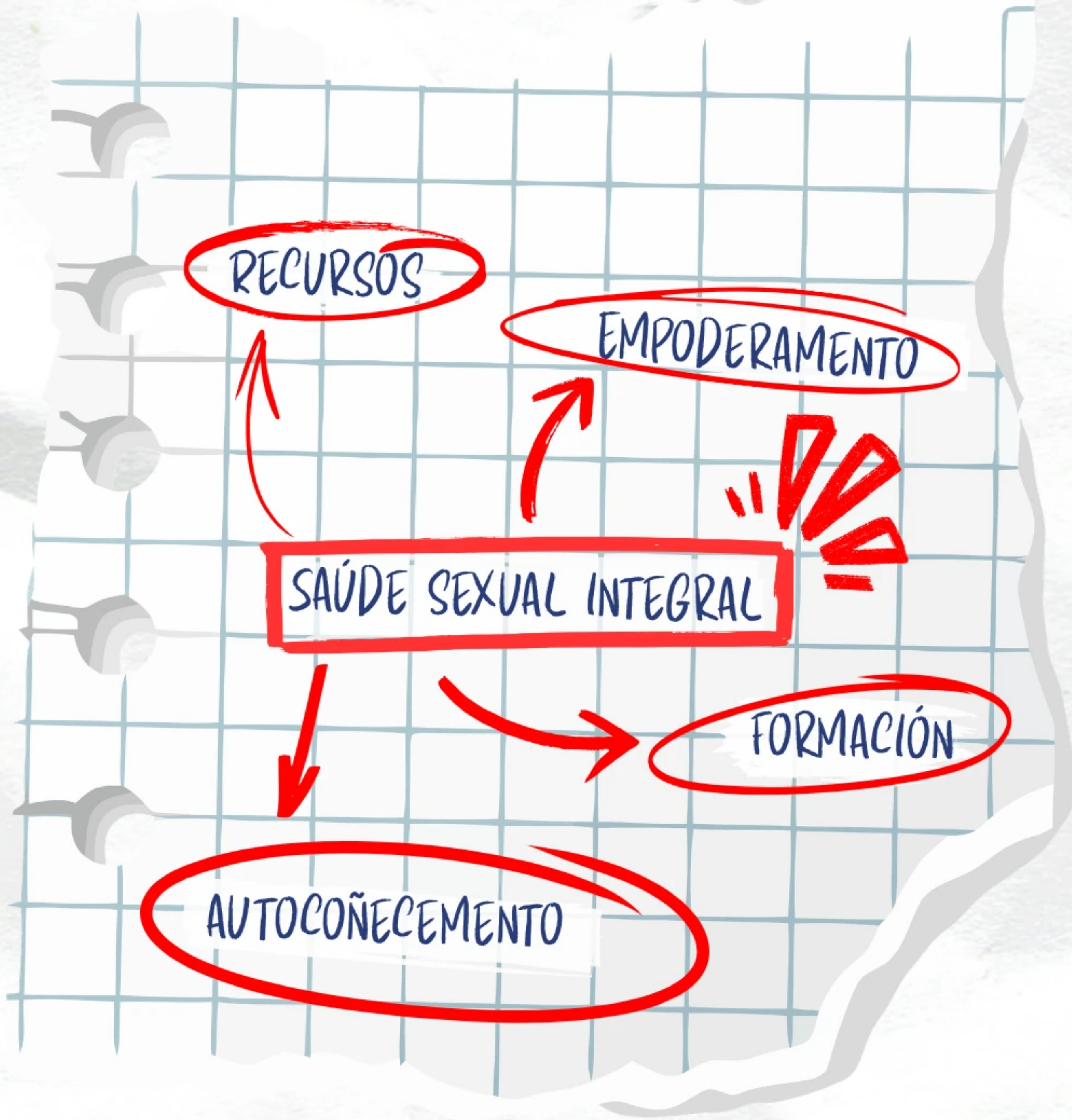


FALAMOS DE SAÚDE SEXUAL?

A OMS (Organización Mundial da Saúde) define como saúde “o estado de completo benestar físico, mental e social, isto é, non só a ausencia de doenzas”. Porén, é común que a abordaxe da saúde sexual se limite en exclusiva á prevención de ITS e a xestión reprodutiva.

Este ano, no marco da campaña Liberdade de Ser e Sentir, queremos cambiar o conto.



AUTOCOÑECEMENTO

Como é o meu corpo? como funciona?
que me fai sentir ben? que me fai
sentir mal? que preciso para sentir
seguranza e comodidade?

RECURSOS

- CONTROIS DE ITS GRATUÍTOS
- FERRAMENTAS DE XESTIÓN REPRODUTIVA, PREVENCIÓN E PLANIFICACIÓN FAMILIAR
- SERVIZOS DE APOIO E ORIENTACIÓN PARA RESOLVER DÚBIDAS

FORMACIÓN

REPRODUCCIÓN E XESTIÓN REPRODUTIVA ☒

ITS, REDUCIÓN DE RISCOS E PREVENCIÓN ☒

CONSENTIMENTO E BO TRATO. ☒

EMPODERAMENTO

Vivir a sexualidade sen complexos, sen prexuizos e sen medos é un proceso que nos pode levar toda a vida, mais é un traballo persoal que vale a pena.



Deputación
DA CORUÑA



IGUALDADE
DE XÉNERO
DEPUTACIÓN DA CORUÑA

#seresentir

QUE É UNHA PRÁCTICA DE RISCO?

Toda práctica sexual pode expoñernos a algún risco en maior ou menor medida, polo que non é útil falar de “prácticas de risco” de forma xenérica. Se falamos do risco de contraer unha ITS, cales prácticas nos expoñen vai depender do patóxeno concreto, así que mellor que memorizar un listado de prácticas imos aprender a deducilo pola nosa conta.

Coñeces o triángulo da transmisión?

PRESENZA DO AXENTE

PATÓXENO

VÍA DE
ENTRADA

MEDIO
DE TRANSMISIÓN

Presenza do axente patóxeno

Só pode haber transmisión se unha das persoas que participa na práctica sexual ten no seu corpo o patóxeno. Mais, ollo! Na meirande parte das transmisións, a persoa portadora non é consciente de estar infectada. Hai ITS que poden ser asintomáticas, ou tardar en provocar síntomas.

Vía de entrada

A pel humana é unha barreira de protección excelente, só patóxenos como o piollo púbico ou o herpes poden transmitirse por contacto coa pel exposta. A maioría de patóxenos só poden entrar no noso organismo se entran en contacto con zonas sensibles, como a mucosa bucal, anal ou vaxinal.

Medio de transmisión

Cada patóxeno está presente nun ou varios fluídos corporais (cuspe, sangue, seme, fluído vaxinal, leite, ouriños, excrementos), polo que só serán prácticas de risco aquelas nas que se xogue con eses fluídos concretos. O VIH nunca está presente no cuspe, polo que ningunha práctica con cuspe pode ser de risco para este virus. Algúns patóxenos só están presentes nun único fluído, como a hepatite C que só está presente no sangue. Para este patóxeno algo que é visto como práctica de risco en xeral, o sexo penetrativo, non suporía risco de transmisión. Patóxenos como o herpes ou a sífile, que crean lesións e producen exsudados, xeran o seu propio fluído con capacidade de transmisión.