



# Resolent els principals dubtes sobre les ITS

Les infeccions de transmissió sexual (ITS) són malalties que es poden transmetre d'una persona a una altra durant les relacions sexuals. Algunes són molt conegudes, com **la clamídia, el VIH o l'herpes genital**, mentre que d'altres, com la tricomoniasi, poden sonar menys familiars.

Les ITS es transmeten per **contacte sexual (vaginal, anal o oral) sense protecció** amb una persona que en tingui. Algunes també es poden transmetre pel contacte amb fluids corporals com el semen o les secrecions vaginals, i altres, com el VIH, poden contagiar-se a través de la sang.

És cert que només afecten persones amb moltes parelles sexuals?

No! Qualsevol persona que tingui relacions sexuals sense protecció pot contreure una ITS, independentment del nombre de parelles que tingui. És més important com ens protegim que amb qui estem.

Com puc protegir-me?

El preservatiu (masculí o femení) és el millor aliat contra la majoria d'ITS. També és important fer-se revisions mèdiques periòdiques si tens una vida sexual activa i, en cas de dubtes, parlar amb un professional de la salut.

Què passa si tinc una ITS?

Si tens una ITS, el més important és no sentir vergonya. Són comunes i es poden tractar. Algunes, com la clamídia o la gonorrea, es curen amb antibiòtics, mentre que altres, com el VIH, es poden controlar amb medicació. No deixis passar el temps: consultar el metge ràpidament evita complicacions.

I si no tinc símptomes, puc tenir-ne igualment?

Sí! Algunes ITS poden ser asimptomàtiques, és a dir, no presenten signes evidents. Això no vol dir que no puguin fer mal a llarg termini o transmetre's a altres persones. Per això, els controls mèdics són clau.

Parlar d'ITS és incòmode, com ho faig amb la meva parella?

La comunicació és bàsica en qualsevol relació. Pots començar dient que parlar-ne és un acte de confiança i cura per tots dos. Si tens dubtes o t'has fet una prova, compartir-ho és una mostra de responsabilitat, no de desconfiança.