

La salud sexual y reproductiva

La salud es más que solo la ausencia de enfermedad y no se limita al padecimiento de una dolencia física o su inexistencia. La salud sexual y reproductiva se define como el bienestar físico, emocional, mental y social vinculado con la sexualidad de las personas. ¿Qué implica esta definición?

► **Bienestar físico.** En el pasado, la salud sexual estaba limitada a la genitalidad, es decir, a su dimensión física. Hoy se acuerda en que la dimensión física de la sexualidad, como la prevención de infecciones de transmisión sexual o el conocimiento de los sistemas génito-reproductores masculino y femenino, es muy importante para tener hábitos sexuales y reproductivos saludables, pero no es lo único por tener en cuenta al momento de hablar de sexualidad.

► **Bienestar emocional.** Está relacionado con la percepción que la persona tiene de su propio cuerpo y del de los otros y los sentimientos asociados a esta. Para favorecer su desarrollo es importante buscar la conformidad con la forma y las proporciones del propio cuerpo, poder expresar los sentimientos y relacionarse con otras personas en un marco de cariño, respeto y cuidado mutuo.

► **Bienestar mental.** Está relacionado con el concepto que cada persona tiene sobre su sexualidad en sentido amplio. En ocasiones aparecen miedos, culpas, inseguridades y otras sensaciones que perturban el bienestar mental. Siempre es posible pedir ayuda a personas cercanas y de confianza o a profesionales de la salud que puedan disipar esos miedos y aportar información útil para tomar decisiones responsables.

► **Bienestar social.** El ser humano vive en sociedad y a menudo se ve influido por las opiniones de los otros acerca de su cuerpo, su personalidad, sus hábitos, su forma de vestir y de comportarse, etc. La mirada de los demás suele producir incomodidad dentro del entorno social y consecuencias en la vida de cada persona. Aceptar que otras personas tomen elecciones diferentes de las propias, respetar su identidad y su intimidad y no juzgarlas por su aspecto ni por su comportamiento son acciones que ayudan a aumentar el bienestar de los miembros de la comunidad.●

Cuando los aspectos físicos son abordados junto con los aspectos psicológicos, sociales y culturales se habla de **salud integral**. Desde esta concepción, para mejorar la salud sexual y reproductiva se requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.



En contexto

La salud sexual y reproductiva en las leyes

En la Argentina existen leyes orientadas a asegurar el acceso a la salud sexual y reproductiva para todas las personas. La Ley n.º 26061 o Ley de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes garantiza su derecho a aprender a cuidar su cuerpo, a vivir libremente su orientación sexual sin ser discriminados y a habitar instituciones educativas en las que

se respete por igual los derechos de varones y mujeres. Además, desde el año 2002, el Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsable, en el marco de la Ley n.º 25673, asegura la provisión gratuita de profilácticos y de métodos anticonceptivos en todos los centros de atención primaria y hospitales públicos del país.

Infecciones de transmisión sexual

El inicio de la pubertad y el comienzo de la actividad sexual trae responsabilidades en cuanto al cuidado de la salud propia y de los demás. Existen enfermedades que pueden contraerse a través del contacto sexual. Estas enfermedades, conocidas con el nombre de **infecciones de transmisión sexual (ITS)**, son causadas por bacterias, virus, hongos o parásitos presentes en los fluidos genitales o en algún órgano del sistema génito-reproductor. Pueden presentarse tanto en varones como en mujeres. Luego del contagio, estas enfermedades tienen la capacidad de manifestarse en otras partes del cuerpo (no solo en los órganos genitales) y producir contagios en contacto con esas partes. Estas son algunas de las más comunes.

ITS	Agente patógeno	Detección	Prevención
Sífilis, gonorrea y clamidia	Bacterias	Análisis de sangre. Análisis de orina. Hisopado genital.	Uso de preservativo femenino o masculino.
VPH	Virus del papiloma humano	Raspado ligero del cuello del útero (realizado por un profesional).	Uso de preservativo femenino o masculino. Vacunación (obligatoria para niños y niñas de 11 años).
Hepatitis B y C	Virus	Análisis de sangre.	Uso de preservativo femenino o masculino. Vacunación contra la Hepatitis B.
VIH-SIDA	Virus	Análisis de sangre.	Uso de preservativo femenino o masculino. Evitar el contacto con fluidos corporales que tengan carga del virus.

Dentro de las ITS también se encuentra el VIH. VIH es la sigla para **virus de inmunodeficiencia humana**. El sida o síndrome de inmunodeficiencia adquirida es la etapa avanzada de la infección. Cuando este virus ingresa al organismo, afecta el sistema inmunológico: debilita las defensas del organismo y favorece el desarrollo de otras enfermedades que pueden generar daños.

La única manera de saber si una persona está infectada con el VIH es a través de un análisis de sangre. Desde que la persona se infectó, existe un tiempo de aproximadamente un mes, llamado **período ventana**, en el cual el examen puede dar negativo, aunque esté infectada. Incluso una persona puede ser portadora del virus sin padecer sida y no presentar síntomas; igualmente puede contagiar a otros si no se toman los recaudos adecuados. Existen tres vías posibles para que el VIH ingrese al cuerpo: sexual, sanguínea o perinatal (una mujer con VIH lo puede transmitir a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia si no se tienen recaudos). Por ello es clave no mantener relaciones sexuales sin preservativo, no compartir agujas, jeringas, máquinas de afeitar, *piercings* o cualquier elemento punzante.

El uso correcto del preservativo es la única forma de evitar la transmisión del VIH y del resto de las ITS. Además, y al igual que otros métodos contraceptivos, evita los embarazos no intencionales.



PREGUNTAS GUÍA

- ¿Qué factores intervienen en la salud sexual?
- ¿Por qué con la llegada de la pubertad las personas deben asumir responsabilidades relacionadas con el cuidado de su salud integral?



LÍNEAS CONVERGENTES

- Pueden reflexionar sobre la identidad y los roles a partir de la biografía de J. K. Rowling y su experiencia en el mundo editorial en torno a la decisión de ocultar que era mujer (*Lengua y Literatura I*, Convergente, unidad 1) y con la construcción de la identidad (*Construcción de Ciudadanía I*, Convergente, unidad 5).



En contexto

Lo que no contagia

Tan importante como saber de qué manera se transmite el VIH, es saber qué conductas o prácticas no lo hacen. Tener relaciones sexuales utilizando preservativo, un estornudo, la picadura de un mosquito, compartir la vajilla no transmiten el virus. La saliva, las lágrimas, el sudor, el aire y el agua, al igual que los alimentos no son vehículos de transmisión.

Tampoco lo son practicar deportes, besar, abrazar, dar la mano, jugar, trabajar o estudiar, compartir duchas o piscinas e intercambiar ropa con personas con VIH. Quien recibe una transfusión de sangre debidamente controlada, no corre riesgos. La Ley Nacional de sida exige el control de toda sangre a transfundir. Todo procedimiento que incluya riesgo de corte o punción (pinchazo) debe ser efectuado con material descartable o esterilizado.

Para más información se puede consultar el sitio de Fundación Húésped (www.huesped.org.ar), que también tiene atención personalizada por teléfono o correo electrónico.