

LA SEXUALIDAD

La sexualidad es una de las esferas más básicas y fundamentales para el desarrollo de nuestra identidad como seres humanos. No es extraño, por tanto, que al vivir en una sociedad marcada por la diversidad y la existencia de distintas formas de ser, hayan variedad de fórmulas de cuidar nuestra salud sexual, que podríamos definir, tal y como expone la Organización Mundial de la Salud (OMS), como “un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solo a la ausencia de enfermedad o dolencia” en otras palabras, tener salud significa sentirse en bienestar con una misma, en lo físico, en lo mental y en relación a todo lo que nos rodea.

En este folleto, podrás encontrar herramientas de cuidado de la salud sexual y prevención de las infecciones del tracto genital, desde una perspectiva feminista y libres de discriminación.



Contacta con DIVERSAS



Nuestra sede se encuentra en el municipio de Puerto de la Cruz, en la Calle de la Verdad, 19.

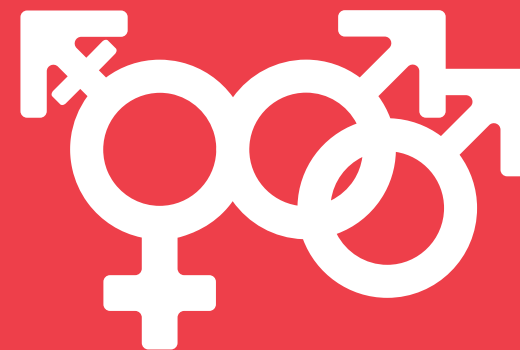


Nuestros teléfonos de contacto son:

623 42 43 48
922 38 97 27



Cuidar mi salud sexual,
también es prevenir
las ITS



COFINANCIAN



Acción Social
Participación Ciudadana
y Diversidad

¿QUÉ ES UNA INFECCIÓN DEL TRACTO GENITAL (ITG)?

ITG son las siglas de **Infecciones del Tracto Genital**, infecciones producidas por bacterias, virus, hongos y parásitos, que en la mayoría de ocasiones se transmiten durante relaciones sexuales **sin método de barrera**, especialmente en la penetración vaginal, anal u oral (contacto de la boca con pene, vulva o ano).

Algunas infecciones pueden ser visibles y producir alteraciones en la piel como llagas, úlceras (heridas abiertas), secreciones o pus, verrugas o condilomas. También puede darse la posibilidad de no presentar síntomas durante mucho tiempo o pasar inadvertidas como en los casos de VPH (Virus del Papiloma Humano), el VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) o las Hepatitis A, B y/o C.

¿TENGO UNA ITG?

Las alteraciones en la piel no son exclusivas de la ITG, por ello, la mejor manera de saber con certeza si tenemos una infección es realizarnos pruebas rápidas de detección precoz o analíticas específicas.

Además, puede ser recomendable que acudas a profesionales sanitarios o buscar asesoramiento sobre salud sexual.

A través de la **#LineaCERO** (servicio telemático por WhatsApp o Telegram), el equipo profesional de Diversas puede responder cualquier duda que tengas sobre estos temas

644 57 53 30

¿CÓMO PUEDO CUIDAR MI SALUD SEXUAL Y PREVENIR LAS ITG?

1

Ampliar mis prácticas eróticas: la penetración no es la única forma de disfrutar durante las relaciones sexuales. Es importante conocer(nos) nuestro cuerpo, aquello que nos gusta y que no nos gusta.

2

Emplear método de barrera: el uso del preservativo interno o externo, así como pantallas para la estimulación anal o vaginal, pueden ser estrategias de prevención de ITG.

3

Detección precoz: puedes realizarte pruebas de detección precoz cuando tengas dudas sobre la presencia en tu cuerpo de alguna ITG. En la Asociación LGBTIQ* Diversas, recibirás información sobre ello y hacerte, de forma gratuita, pruebas de detección de VIH y otras ITG.

4

La información es poder: tener conocimientos actualizados sobre ITG, embarazos no planificados o sobre las diferentes situaciones de violencia que se pueden vivir durante las relaciones sexuales, también es cuidar nuestra sexualidad.

5

Gestionar nuestras emociones: Nuestra perspectiva ante la vida se encuentra moldeada por nuestras cargas emocionales. Cuando enfrentamos bloqueos emocionales, estos pueden tener una influencia directa en nuestra sexualidad, por lo que, buscar ayuda profesional será vital para que tengamos una salud sexual positiva y placentera.

¿QUÉ SERVICIOS TIENE DIVERSAS PARA CUIDAR MI SALUD SEXUAL?

- ▶ **Servicio de acompañamiento sexológico para personas LGBTIQ+ y sus parejas:** el servicio de ASTERISCO, cuenta con un profesional de la sexología que puede acompañarte, de forma gratuita y confidencial, si experimentas dificultades en tu vida sexual o de pareja, con situaciones como falta de deseo, dificultades con la penetración, erección o de gestión de conflictos.
- ▶ **Servicio de asesoramiento sexológico y detección precoz de VIH y otras ITS:** se trata de un servicio gratuito y confidencial, desarrollado en la Universidad de La Laguna para recibir que nace con el objetivo de brindar asesoramiento sexológico a la comunidad educativa y fomentar el diagnóstico precoz del VIH y otras ITS para el cuidado de la salud sexual.
- ▶ **#EspacioCERO:** Se trata un servicio de detección precoz de VIH, Sífilis y Hepatitis C que se encuentra dentro de la estrategia de prevención que tiene la Dirección General de Salud Pública del Gobierno de Canarias, a través de la detección de anticuerpos en sangre para la detección del VIH, la Sífilis y la Hepatitis C. Gratuitas y confidenciales.

¿Dónde puedo pedir cita?

WhatsApp o Telegram

633 42 43 48

644 57 53 30

Email

saludintegral@diversascanarias.com