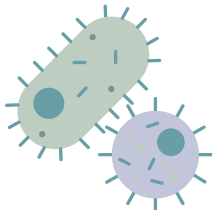


# TALKING ABOUT SEXUALLY TRANSMITTED INFECTIONS

SEXUALLY TRANSMITTED INFECTIONS ARE INFECTIONS THAT ARE TYPICALLY SPREAD THROUGH CONTACT WITH SEXUAL FLUIDS.

## QUICK FACTS ABOUT STIs

- STIs are spread typically spread through sexual contact though some may also be spread through skin-to-skin contact of the genitals or by blood. You can get an STI from vaginal, anal, or oral sex.
- Many people don't have symptoms of an STI and you can't tell if someone has one just by looking at them. This is why regular testing is so important if you are sexually active.
- STIs are common. Several STIs can be cured and those that cannot can be managed with medication.
- You can't get an STI from hugging someone, eating food they cooked, sitting on a toilet, etc. There is not a risk of contracting an STI from doing regular day to day activities.
- STIs don't reflect the amount of sexual activity you have. You can get an STI the first time you are sexually active and there are people who have had numerous partners who have never had an STI. Having an STI isn't a reflection of a person's morals or lifestyle.



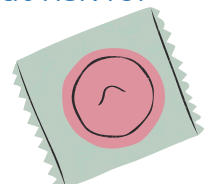
## STI TESTING

- It is recommended to be every 3-6 months if you are changing sex partners or are at higher risk of an infection.
- People with a uterus should be tested at their annual pap smear as well as if they experience a pregnancy.
- People can be tested for free or low cost at the health department, or CEMPA,. Testing is also offered at many primary care offices and urgent care centers.

## PREVENTION

The only 100% effective way to prevent STIs is abstinence. However if abstinence isn't for you, other ways to prevent STIs include:

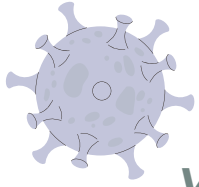
- Using condoms and/or dental dams
- Reducing number of partners
- Talking with partners about STI status and recent testing
- Regular testing
- Getting vaccinated (HPV and Hepatitis)
- Taking PrEP if you are at risk for contracting HIV



A STEP AHEAD  
— CHATTANOOGA —

[astepaheadchattanooga.org](http://astepaheadchattanooga.org) 423.265.7837

# TALKING ABOUT SEXUALLY TRANSMITTED INFECTIONS



## VIRAL INFECTIONS

Viral infections are caused by viruses. These infections cannot be cured. However, individuals can take medications to help manage symptoms associated with these infections.

Viral STIs include:

- Human Immunodeficiency Virus (HIV)
- Human Papillomavirus (HPV)
- Herpes (Herpes Simplex Type 1 & 2)
- Hepatitis (A, B, & C)--hepatitis is not usually sexually transmitted but it can be at times

## BACTERIAL INFECTIONS

Bacterial infections are caused by bacteria being spread from one individual to another. Bacteria infections can be treated and cured. However a person can get a bacterial infection repeatedly if they are exposed again.

Bacterial STIs include:

- Chlamydia
- Gonorrhea
- Syphilis



## PARASITIC INFECTIONS

Parasitic Infections are caused by parasites being passed from one person to another. Parasitic infections can be treated and cured.

Parasitic STIs include:

- Public lice (crabs)
- Trichomoniasis

## STIS & PREGNANCY

If a person is pregnant, prenatal care is very important for the health of the pregnant person and the fetus.



Some STIs can be passed to a fetus during delivery or during development so testing for STIs during pregnancy can assure STIs are treated or managed prior to birth.

## REDUCING THE STIGMA

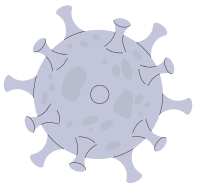
Testing positive for a STI can make some individuals feel depressed or hopeless, largely due to societal stigma surrounding STIs. Ways we can reduce the stigma are:

- Remembering that anyone can get a STI even if it is the first time you engage in sexual activity
- Not call people "clean" or "nasty" based on their testing status
- Don't make jokes about individuals who have tested positive or who you assumed have been positive in the past
- Reminding others that STIs are common and you should not feel shame if you test positive
- Learn medically accurate information about STIs and their transmission.



A STEP AHEAD  
— CHATTANOOGA —

[astepaheadchattanooga.org](http://astepaheadchattanooga.org) 423.265.7837



# HABLANDO DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL SON INFECCIONES QUE GENERALMENTE SE TRANSMITEN A TRAVÉS DEL CONTACTO CON FLUIDOS SEXUALES.

## DATOS BREVES SOBRE LAS ITS

- Las ITS generalmente se transmiten a través del contacto sexual, aunque algunas también pueden transmitirse a través del contacto piel a piel de los genitales o por la sangre. Puedes contraer una ITS a través del sexo vaginal, anal o oral.
- Muchas personas no tienen síntomas de una ITS y no se puede saber si alguien tiene una con solo mirarla. Por eso es tan importante hacerse pruebas periódicas si eres sexualmente activo.
- Las ITS son comunes. Varias ITS se pueden curar y las que no, se pueden tratar con medicamentos.
- No se puede contraer una ITS por abrazar a alguien, comer alimentos que haya cocinado, sentarse en el inodoro, etc. No existe riesgo de contraer una ITS por realizar actividades cotidianas.
- Las ITS no reflejan la cantidad de actividad sexual que tienes. Puedes contraer una ITS la primera vez que eres sexualmente activo y hay personas que han tenido numerosas parejas que nunca han tenido una ITS. Tener una ITS no es un reflejo de la moral o el estilo de vida de una persona.

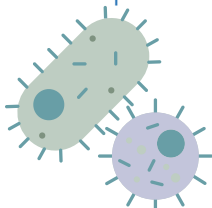
## PRUEBAS DE ITS

- Se recomienda hacerlo cada 3 a 6 meses si está cambiando de pareja sexual o tiene un mayor riesgo de contraer una infección.
- Las personas con útero deben hacerse la prueba en su prueba de Papanicolaou anual, así como si experimentan un embarazo.
- Las personas pueden hacerse la prueba de forma gratuita o a bajo costo en el departamento de salud, o CEMPA. También se ofrecen pruebas en muchos consultorios de atención primaria y centros de atención de urgencia.

## PREVENCIÓN

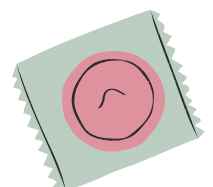
La única forma 100% efectiva de prevenir las ITS es la abstinencia. Sin embargo, si la abstinencia no es para usted, otras formas de prevenir las ITS incluyen:

- Usar condones y/o protectores dentales
- Reducir el número de parejas.
- Hablar con su pareja sobre el estado de las ITS y las pruebas recientes
- Pruebas periódicas
- Vacunarse (VPH y Hepatitis)
- Tomar PrEP si corre riesgo de contraer VIH

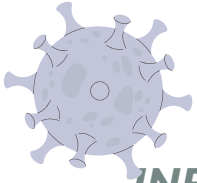


A STEP AHEAD  
— CHATTANOOGA —

[astepaheadchattanooga.org](http://astepaheadchattanooga.org) 423.265.7837



# HABLANDO DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL



## INFECCIONES VIRALES

Las infecciones virales son causadas por virus. Estas infecciones no se pueden curar. Sin embargo, las personas pueden tomar medicamentos para ayudar a controlar los síntomas asociados con estas infecciones.

Las ITS virales incluyen:

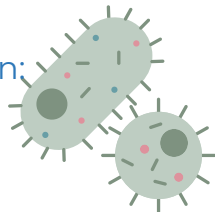
- Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH)
- Virus del Papiloma Humano (VPH)
- Herpes (herpes simple tipo 1 y 2)
- Hepatitis (A, B y C): la hepatitis generalmente no se transmite sexualmente, pero a veces puede transmitirse.

## INFECCIONES BACTERIANAS

Las infecciones bacterianas son causadas por bacterias que se transmiten de un individuo a otro. Las infecciones bacterianas se pueden tratar y curar. Sin embargo, una persona puede contraer una infección bacteriana repetidamente si se expone nuevamente.

Las ITS bacterianas incluyen:

- Clamidia
- Gonorrea
- Sífilis



## INFECCIONES PARASITARIAS

Las infecciones parasitarias son causadas por parásitos que se transmiten de una persona a otra. Las infecciones parasitarias pueden tratarse y curarse.

Las ITS parasitarias incluyen:

- Piojos púbicos
- tricomoniasis

## ITS Y EMBARAZO

Si una persona está embarazada, el cuidado prenatal es muy importante para la salud de la persona embarazada y del feto.

Algunas ITS pueden transmitirse al feto durante el parto o durante el desarrollo, por lo que las pruebas de detección de ITS durante el embarazo pueden garantizar que las ITS se traten o controlen antes del nacimiento.



## REDUCIR EL ESTIGMA

Dar positivo en una prueba de ITS puede hacer que algunas personas se sientan deprimidos o desesperados, en gran parte debido al estigma social que rodea a las ITS. Las formas en que podemos reducir el estigma son:

- Recordar que cualquier persona puede contraer una ITS incluso si es la primera vez que la persona es sexualmente activo
- No llamar a las personas "limpias" o "asqueroso" según su estado de prueba.
- No hagas bromas sobre personas que dieron positivo o que supusiste que habían sido positivos en el pasado.
- Recordar a los demás que las ITS son comunes y que no deben avergonzarse si el resultado es positivo.
- Obtenga información médicamente precisa sobre las ITS y su transmisión.



A STEP AHEAD  
— CHATTANOOGA —

[astepaheadchattanooga.org](http://astepaheadchattanooga.org) 423.265.7837