Lecciones básicas de salud

Salud sexual básica para los menores de 30

Los primeros años de la adultez es una época importante para que los individuos experimenten un crecimiento personal y construyan las bases sólidas de una buena salud sexual.

Durante estos años entre la adolescencia y la adultez joven, muchos de nosotros exploramos nuestra sexualidad y nos permitimos la experimentación sexual. Generalmente esta es una época apasionante en la que las personas descubren quiénes son sexualmente y como individuos. Sin embargo, estos descubrimientos deben estar equilibrados con consideraciones prácticas acerca de nuestra salud sexual y reproductiva, así como con precaución al tomar decisiones que puedan afectar nuestro futuro.

De acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), las tasas de enfermedades de transmisión sexual (ETSs) son particularmente altas entre las personas de 15 a 24 años. En 2018, los CDC reportaron que casi la mitad de los 26 millones de nuevas infecciones de transmisión sexual (ITSs) en los Estados Unidos ocurrieron entre individuos de ese grupo etario.

Si bien algunas veces ambos términos se usan indistintamente, ITSs y ETSs son técnicamente diferentes. Muchos expertos definen a las ETSs como enfermedades que comienzan como una ITS causada por bacterias, virus o parásitos, como piojos púbicos. Por ejemplo el virus papiloma humano (VPH) comienza como una infección de transmisión sexual causada por un virus que se transmite a través del intercambio de fluidos o contacto de pie-a-piel. Pero si esta infección no es tratada, puede resultar en cáncer del cuello uterino, una enfermedad de transmisión sexual.

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EEUU (USPSTF, por sus siglas en inglés) recientemente impulsaba a que los médicos realicen pruebas de las ITSs clamidia y gonorrea a todas las mujeres sexualmente activas menores de 24 años. Además el USPSTF recomendó que los médicos hagan pruebas a las mujeres sexualmente activas mayores de 25, quienes corren un riesgo mayor de contraer estas dos ITSs. (No se encontró suficiente evidencia que apoye el testeo de estas dos infecciones en hombres, sin importar su edad o historia sexual).

El grupo de trabajo también recomendó las pruebas para mujeres sexualmente activas y personas embarazadas de 25 años o más que tengan factores de riesgo, como uso inconsistente de condones en relaciones no monógamas, múltiples parejas sexuales o una infección de transmisión

sexual anterior o actual.

Pero las ITSs y las ETSs no son las únicas amenazas para una buena salud sexual que los adolescentes y jóvenes adultos deben reconocer. La salud sexual también incluye una actitud respetuosa y recíproca con respecto a la sexualidad y a las relaciones sexuales. Esto significa que las personas tienen el derecho de tener “experiencias sexuales placenteras y seguras libres de coerción, discriminación y violencia”, como lo declara la Organización Mundial de la Salud (OMS, o WHO por sus siglas en inglés)

Por lo tanto, de acuerdo con la OMS, los hombres y mujeres jóvenes deben tener acceso a información integral y de calidad sobre el sexo y la sexualidad, así como acceso a atención de la salud sexual; conocer los riesgos de las relaciones sexuales; y vivir en un entorno que afirme y promueva la salud sexual.

Last Reviewed: April 12, 2021

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.
http://beta.docker.tusaludmag.com/basics/lecciones-basicas-de-salud/salud-sexual-basica-para-los-menores-de-30