



# TOMA **ORGULLO** EN TU SALUD SEXUAL

## Prioriza tu salud sexual. Utiliza prácticas sexuales más seguras. Hazte la prueba. Vacúnate.

Las vacunas y las pruebas siguen siendo herramientas para reducir el riesgo de transmisión y la gravedad de la enfermedad. Platica sobre tu salud sexual y de cualquier inquietud con un proveedor de atención médica para que puedas obtener las pruebas y vacunas adecuadas que necesitas para mantenerte saludable.

**ENORGULLÉCETE** al darle prioridad a tu salud sexual realizando la prueba regularmente para las infecciones transmitidas sexualmente (its) y vacunándote contra la viruela símica (mpox), si eres elegible. Cualquier persona puede contraer mpox. Se propaga principalmente a través del contacto cercano de piel con piel. Carolina del Norte continúa asegurando el acceso equitativo a las vacunas a través de asociaciones con departamentos de salud locales, médicos de atención primaria, centros de salud calificados federalmente, trabajadores de salud comunitarios y otros embajadores de salud comunitarios.

**PARTICIPA en prácticas sexuales más seguras.** Pueden reducir el riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual (its) que se transmiten principalmente por contacto sexual sin protección. Esto incluye contacto anal, oral, vaginal y algún contacto de piel con piel.

- Habla abiertamente con tu pareja sobre tu salud sexual.
- Usa barreras como condones y barreras dentales para evitar la exposición a las infecciones transmitidas sexualmente.
- Dedica tiempo a conocer a tu(s) pareja(s) y su salud sexual.
- Hazte las pruebas. Pide que un profesional de salud revise cualquier erupción, lesión o llaga desconocida para que el tratamiento pueda comenzar de inmediato.
- Habla con tu pareja sobre cualquier síntoma de mpox. [www.ncdhhs.gov/mpox](http://www.ncdhhs.gov/mpox)
- Habla con un proveedor de atención médica sobre profilaxis preexposición (PrEP) y las vacunas que se te pueden recomendar.

Ejemplos de exposición a mpox por contacto con alguien que tiene el virus:

<b>EXPOSICIÓN MÁS ALTA:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contacto de piel con piel con erupciones infecciosas, costras o fluidos corporales.</li> <li>• Contacto sexual</li> <li>• Otro contacto íntimo de piel con piel: como besos, masajes o abrazos.</li> </ul>
<b>ALGUNA EXPOSICIÓN:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En multitudes donde la gente no lleva puesto mucha ropa y hay mucho contacto de piel con piel.</li> <li>• Al compartir bebidas, utensilios, cigarrillos, vapores, pipas, etc.</li> <li>• Al compartir toallas, ropa de cama u otros artículos personales.</li> <li>• Con exposición a gotitas respiratorias a través del contacto cara a cara prolongado sin uso de mascarilla.</li> </ul>
<b>EXPOSICIÓN IMPROBABLE:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En multitudes donde la gente está vestida en su mayoría, sin mucho contacto de piel con piel.</li> <li>• Al estrechar la mano a alguien que no tiene una erupción visible.</li> <li>• Comprando en la tienda de comestibles o en el centro comercial.</li> <li>• Viajando en autobús, tren o avión o al usar baños públicos.</li> <li>• Al probarse la ropa en una tienda.</li> </ul>

### ¡AHORA es el momento de dar los primeros pasos!

Si no consigues atención médica, las infecciones de transmisión sexual pueden provocar más complicaciones de salud.

- No hay límite en las pruebas. Visita a tu médico o departamento de salud local. [www.ncdhhs.gov/LHD](http://www.ncdhhs.gov/LHD)
- Las vacunas, incluida la vacuna mpox, a veces están disponibles de forma gratuita para las personas que pueden estar en riesgo, independientemente de su estado migratorio.

Todos pueden hacer su parte para controlar la propagación de las its. Estamos juntos en esto.



Busca pruebas y vacunas gratuitas y confidenciales para ti, tu pareja o tu comunidad. Encuentra ubicaciones de vacunas adicionales.

