



TEXTO: AINOA ROS (EFE SALUD)
FOTO: AEP

Los adolescentes cada vez acceden de manera más temprana a explorar su sexualidad, de modo que es necesario que sean conscientes de las medidas de prevención adecuadas y de los posibles riesgos que las distintas prácticas entrañan para su salud. En España, la edad media de inicio de las relaciones sexuales es 15,8 años, lo que en muchas ocasiones puede incluso plantear un conflicto legal, ya que la edad para mantener relaciones sexuales consentidas se sitúa en los 16 años.

CIFRAS

El estudio 'Salud del niño, del adolescente y del joven adulto', realizado por la Fundación Merck Salud, que dedica uno de sus capítulos a la salud sexual de los adolescentes, establece en 15,8 años la edad de debut sexual en España. Además, el 50,2% de los jóvenes de entre 16 y 18 años mantienen relaciones sexuales con penetración, incrementándose este porcentaje hasta el 70,9% en el grupo de 19 a 21 años.

La mayoría de las adolescentes pertenecientes a este grupo manifiestan tener relaciones sexuales utilizando siempre un método anticonceptivo. Este porcentaje disminuye conforme va avanzando la edad.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

El uso de anticonceptivos es primordial para proteger la salud sexual, ya sea evitando enfermedades infecciosas o reduciendo el riesgo de embarazos no deseados. Existe una amplia variedad de métodos para elegir, desde el tradicional preservativo a los implantes o parches hormonales.

DESPERTAR SEXUAL

LA EDAD MEDIA DE INICIO EN EL SEXO HA BAJADO A 15,8 AÑOS

Los anticonceptivos más utilizados por los jóvenes son el preservativo (28%) y, en segundo lugar, la píldora. Los de larga duración, como el DIU o el implante hormonal, son a los que menos recurren, pese a ser los más recomendados durante esa etapa

Los anticonceptivos menos utilizados entre los adolescentes son los de larga duración, concretamente el DIU y el implante que, sin embargo, son considerados los de mayor efectividad y los más recomendados durante esta etapa. Los más habituales son el preservativo (28%) y en segundo lugar,

la píldora. La píldora, el segundo método preferido por las más jóvenes, presenta como problema principal el del cumplimiento. Al tratarse de un anticonceptivo oral, en muchas ocasiones se puede olvidar tomarla a la hora establecida o incluso olvidarla más de un día, lo que supone quedar desprotegida. También hay que recordar que la píldora no protege de las enfermedades de transmisión sexual, por lo que esta se debe combinar con el preservativo.

Hay que tener en cuenta que las relaciones sexuales orales también suponen un riesgo, aunque en este caso no exista la posibilidad de embarazo indeseado, por lo que las medidas de prevención deben estar presentes.

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS)

El informe señala que desde el año 2010 se ha producido un incremento de las ITS, siendo los jóvenes y adolescentes una población especialmente vulnerable para contraerlas.

La edad de inicio de las relaciones sexuales ha disminuido en los últimos años, con el riesgo que ello acarrea. Además, el número de parejas sexuales ha aumentado y han aparecido nuevas costumbres. Todo esto combinado supone un importante peligro si no se toman las medidas adecuadas.

Durante estas edades el porcentaje de infecciones por gonococo, sífilis y clamidias es mayor en las mujeres que en los varones.

Los adolescentes también pueden infectarse por el VIH (virus de la inmunodeficiencia humana), siendo este contagio más frecuente en los hombres que mantienen relaciones sexuales con otros hombres. Según el estudio, se estima que aproximadamente el 2% de las infecciones nuevas que se producen cada año tienen lugar en esta etapa temprana de la vida.

La infección de transmisión sexual más frecuente en jóvenes y adolescentes es la ocasionada por el virus del papiloma humano (VPH). Vacunarse frente a este resulta imprescindible.

EMBARAZOS NO DESEADOS

Mantener relaciones sexuales coitales en las que no siempre se utilizan las medidas de prevención adecuadas o se usan de forma incorrecta puede conducir a un embarazo no deseado. El informe señala que esta situación puede tener varios desenlaces:

—Utilización de la anticoncepción de urgencia (píldora del día después). Es el remedio más habitual, ya que el 29,7% de las mujeres ha recurrido a ella en alguna ocasión.

—Continuación del embarazo. El número de embarazos no deseados aumenta con la edad, siendo del 3% por debajo de 15 años y del 24% entre los 15 y los 17.

—Interrupción voluntaria de embarazo (Ive). Según los datos del Ministerio de Sanidad sobre el año 2020, la tasa de abortividad de las jóvenes menores de 19 años ha sido de 7,41 por cada mil mujeres.

MINIMIZAR LOS RIESGOS

La razón principal por la que se producen estas situaciones es por la falta de una información de calidad. Los jóvenes adquieren casi todos sus conocimientos través de amigos, de internet, de páginas de contactos y foros... sin distinguir qué datos son veraces y dignos de confianza.

También influye la atracción que los adolescentes sienten por este 'nuevo mundo' y por explorar su sexualidad, sin ser conscientes de los riesgos la mayor parte de las veces. Así, facilitar una educación afectivo sexual en los colegios y fomentar una información veraz en internet, que es el canal al que más recurren, es vital para que los más jóvenes disfruten de una salud sexual segura que asegure su bienestar.