

Salud preventiva: Guía del Virus del Papiloma Humano



En esta guía preventiva, obtendrás consejos saludables para protegerte del VPH.

ÍNDICE | GUÍA DEL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO

Pág.	03	¿Qué es y cómo prevenir el VPH?
Pág.	04	Recomendaciones importantes
Pág.	05	¿Cuáles son los signos de una infección por VPH?
Pág.	06	¿Cómo detectar el VPH?
Pág.	07	Complicaciones del VPH
Pág.	08	¿Cómo causa Cáncer el VPH?
Pág.	09	¡Protégete contra el VPH!
Pág.	10	¿Puedo vacunarme luego de empezar una vida sexual?
Pág.	11	¿El VPH tiene cura?
Pág.	12	Encuesta de salud femenina y Podcast

¿QUÉ ES Y CÓMO PREVENIR EL VPH?



¿Qué es el (VPH) Virus del papiloma humano?

Los virus del papiloma humano, también conocidos como VPH, son un grupo de virus que infectan a las células de la superficie de la piel y de las membranas mucosas del cuerpo como la garganta, la boca, la vagina, la vulva, el pene y el cuello uterino. Si bien existen más de 200 tipos de VPH, solo cerca de 40 afectan a los genitales y 14 de ellos son considerados de riesgo alto, que en caso de no ser controlados pueden desarrollar un Cáncer.



Vacunación

Actualmente, las vacunas nonavalente y tetravalente consisten en una medida eficaz para prevenir la infección por los tipos de VPH que causan la mayoría de los casos de Cáncer de Cuello Uterino. Se recomienda que los niños y niñas se vacunen desde los 9 años de edad y, si bien el MINSA realiza campañas de vacunación gratuita para el VPH hasta los 13 años, una persona puede vacunarse pasada esta edad para prevenir infecciones por VPH y disminuir el riesgo de Cáncer de Cuello Uterino.



En general, el Cáncer de Cuello Uterino es un cáncer que se puede prevenir a través de la práctica de sexo seguro complementado con una vacunación preventiva.



Cabe mencionar que aunque se reduzca al mínimo el número de parejas sexuales, al tratarse de un virus, basta que una de las personas haya tenido contacto con este para convertirse en portador y transmitir el virus.



Por eso es muy importante la vacunación contra el VPH para proveer a nuestro organismo de una inmunidad frente a los serotipos oncogénicos del Virus del Papiloma Humano.



RECOMENDACIONES IMPORTANTES



La lesión más común de infección por el Virus del Papiloma Humano son las verrugas genitales. Sin embargo, en algunos casos el Virus del Papiloma Humano no presenta síntomas evidentes y algunos tipos pueden tener consecuencias graves como el desarrollo de cáncer de cuello uterino. Por eso, la detección temprana del VPH es crucial para tomar medidas antes de que las cosas se compliquen.

Evitemos esperar a que los síntomas se manifiesten y seamos responsables con nuestra salud realizando pruebas de detección regulares.



Exámenes regulares de papanicolaou

Las mujeres deben realizarse exámenes de Papanicolaou de manera regular para detectar cualquier cambio en las células del cuello uterino que puedan indicar la presencia de VPH o cáncer de cuello uterino.



No fumar

El tabaco debilita el sistema inmunológico, por lo tanto, fumar aumenta el riesgo de contraer infecciones virales, incluido el VPH. Además, aumenta el riesgo de que la infección persista (ya que el sistema inmune no lo elimina) y, por tanto, el riesgo de generar lesiones pre malignas y malignas.

La frecuencia de las pruebas puede variar según la edad y otros factores de riesgo, por lo que es esencial hablar con nuestro profesional de la salud para crear un plan personalizado. La detección temprana no solo se trata de encontrar problemas, sino de mantenernos informados y empoderados en el cuidado de nuestra salud.

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE UNA INFECCIÓN POR VPH?



La mayoría de las personas infectadas con el Virus del Papiloma Humano (VPH) no presentan síntomas y su sistema inmunológico puede eliminar la infección por sí solo. Sin embargo, en algunos casos, el VPH puede causar verrugas genitales y otros síntomas, dependiendo del tipo de virus y la ubicación de la infección.

Los síntomas del VPH pueden ser:

✓ Verrugas genitales:



Son crecimientos de piel en la zona genital o anal. Pueden ser planas o elevadas, solitarias o agrupadas, y pueden tener forma de coliflor.

✓ Sangrado o dolor:



En algunos casos, el VPH puede causar sangrado luego de las relaciones sexuales, sangrado intermenstrual, sangrado luego de la menopausia, dolor con las relaciones sexuales o flujo anormal.

✓ Cambios en el cuello uterino:



En las mujeres, el VPH puede causar cambios en las células del cuello uterino que se pueden detectar mediante una prueba de Papanicolaou. Estos cambios pueden indicar la presencia de VPH.

Si notas alguno de estos síntomas es muy importante que busques apoyo de un especialista, en Auna estamos listos para atenderte.

¿CÓMO DETECTAR EL VPH?

Existen diferentes pruebas que el profesional de la salud puede recomendar para evaluar su estado con respecto a la probable infección por VPH. Virus del Papiloma Humano, estas pruebas pueden ser:



▼ Prueba de papanicolaou:

Es un examen ginecológico en el que se toma una muestra de secreción vaginal para detectar cambios que puedan indicar la presencia de VPH o Cáncer de Cuello Uterino.



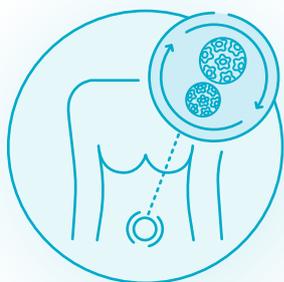
▼ Prueba de VPH:

Es una prueba que detecta la presencia del Virus del Papiloma Humano en una muestra de secreción vaginal y de otras regiones, de ser requerido.

COMPLICACIONES DEL VPH

Generalmente, las células del cuello uterino infectadas por VPH pueden tardar de 10 a 20 años en transformarse en un tumor canceroso. Por eso, el Cáncer de Cuello Uterino es un cáncer que se puede prevenir si se trata desde la aparición de la infección por VPH.

Antes de convertirse en Cáncer, las células cervicales infectadas con VPH pasan por las siguientes complicaciones.



Infección persistente:



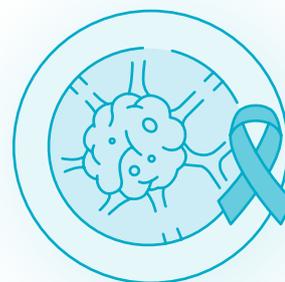
Cuando el sistema inmunológico no elimina el virus, el VPH puede generar una infección persistente o crónica que aumenta el riesgo a desarrollar lesiones precancerosas y Cáncer.



VPH de alto riesgo:



Una infección de varias cepas de VPH se considera de alto riesgo y debe ser evaluada por un especialista. El VPH está asociado al cáncer cervical, de vagina, de vulva, de canal anal y de cavidad oral.



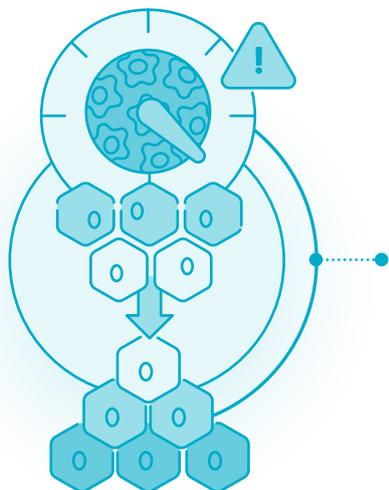
Cáncer:



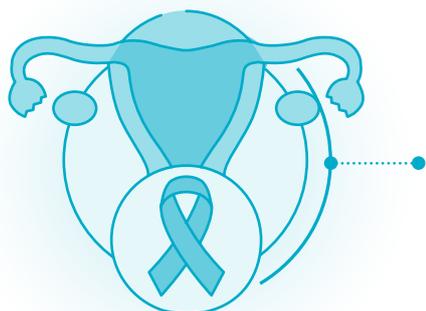
El Cáncer Cervical causado por VPH puede tardar mucho tiempo en desarrollarse, por eso, si se detecta en etapas tempranas, se pueden dar tratamientos menos complejos.

Hay otros factores que aumentan la probabilidad de una infección prolongada que presente células precancerosas en el cuello uterino. Por ejemplo: tener una cepa de VPH carcinógena (VPH16 o VPH18), un sistema inmunitario debilitado o fumar.

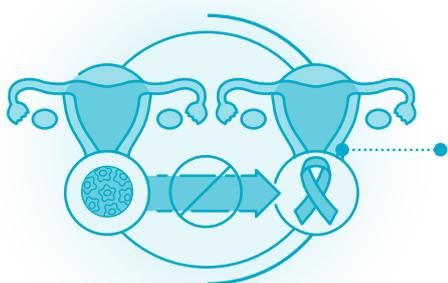
¿CÓMO CAUSA CÁNCER EL VPH?



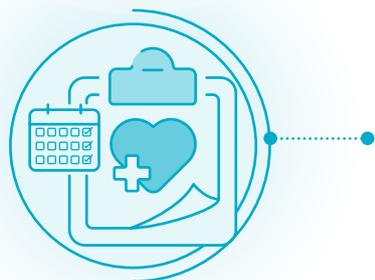
Cuando el VPH de “Riesgo Alto” infecta las células, interfiere con las formas en que estas células se comunican entre sí, lo que hace que alguna de estas células se multipliquen sin control. Por lo general, el sistema inmunitario reconoce y controla estas células infectadas. Sin embargo, a veces queda un grupo que siguen multiplicándose y, al final, crean una zona de células precancerosas que podría convertirse en Cáncer si no se trata.



En el caso del Cáncer Cervical o también llamado de Cuello Uterino, el tipo de Cáncer más relacionado con el VPH, la infección por el VPH puede causar síntomas precancerosos en las células del cuello uterino. Estos cambios se conocen como displasia cervical y, si no se tratan, pueden progresar a Cáncer Cervical.

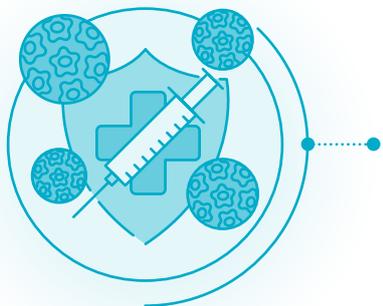


Es importante destacar que la mayoría de **las infecciones por VPH** no progresan a Cáncer y muchas veces son eliminadas por el sistema inmunológico sin necesidad de tratamiento.

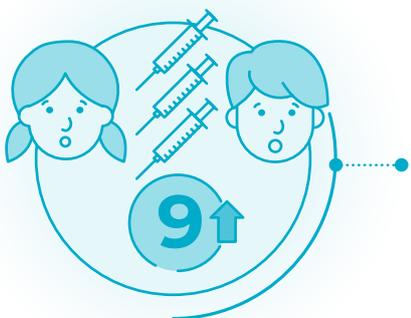


Realízate exámenes médicos regulares y sigue las recomendaciones de tu médico o profesional de la salud para la detección y prevención del VPH y sus complicaciones.

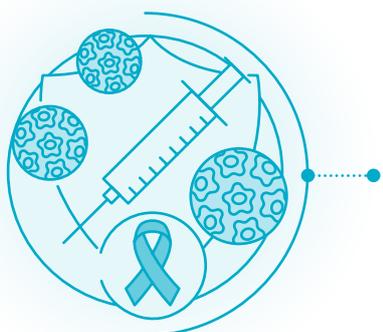
¡PROTÉGETE CONTRA EL VPH!



Sí, existe una **vacuna contra el Virus del Papiloma Humano (VPH)**. La vacuna contra el VPH ayuda a prevenir la infección de más del 70% de tipos de VPH relacionados con el Cáncer de Cérvix (Cuello Uterino).



La vacuna se recomienda para niños y niñas a partir de los 9 años de edad, y debe ser aplicada de preferencia antes de que se vuelvan sexualmente activos. El proceso de vacunación consta de dos o tres dosis administradas durante un período de seis meses. La mayoría de las personas toleran bien la vacuna, aunque pueden experimentar algunos efectos secundarios menores, como dolor en el sitio de la inyección, fiebre o dolor de cabeza.



Debemos tener en cuenta que la vacuna no protege contra todos los tipos de VPH que pueden causar Cáncer, por lo que es importante seguir realizando exámenes médicos regulares para la detección temprana y prevención del Cáncer de Cuello Uterino y otros tipos de Cáncer relacionados con el VPH.



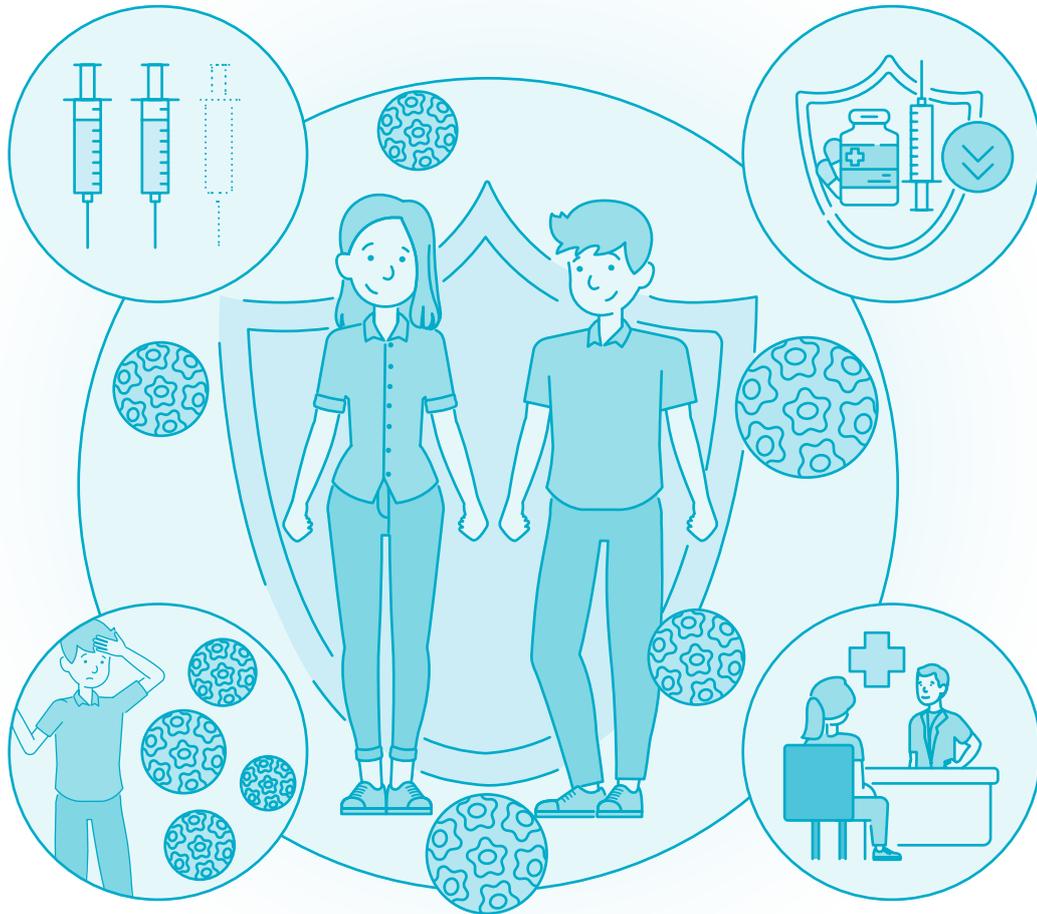
Es recomendable hablar con tu **médico o profesional de la salud acerca de la vacuna contra el VPH**, especialmente si tienes niños o niñas en edad de recibirla, para determinar si es apropiada y cuál es el esquema de vacunación adecuado para ti o para tu hijo/a.



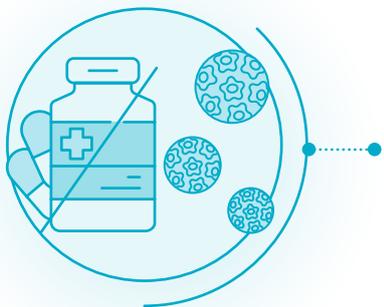
¿PUEDO VACUNARME LUEGO DE EMPEZAR **UNA VIDA SEXUAL?**



¡Sí! Es posible vacunarse contra el VPH luego de iniciar la vida sexual. Recuerda que VPH es un grupo de más de 200 virus relacionados entre sí y, si bien lo recomendable es vacunarse antes de empezar a tener relaciones sexuales para tener una inmunidad completa, la vacuna puede protegerte de las variantes de VPH con las que no has tenido contacto. Si te preocupa estar en riesgo de nuevas infecciones por el VPH, consulta con un médico especialista sobre la eficacia de la vacuna contra el VPH.



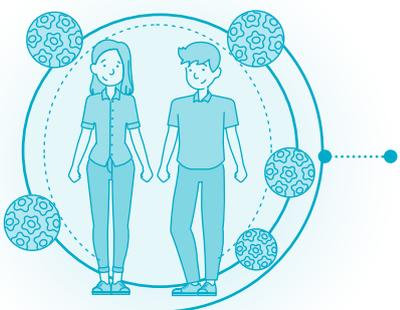
¿EL VPH TIENE CURA?



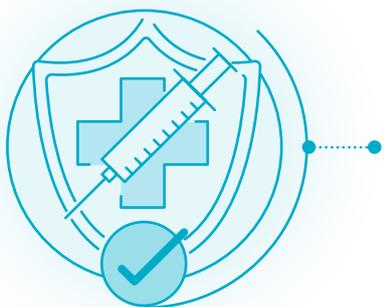
No existe una cura definitiva para el Virus del Papiloma Humano (VPH), ya que es un virus que puede permanecer latente en el cuerpo durante mucho tiempo y en algunos casos incluso de por vida. Sin embargo, la mayoría de las infecciones por VPH desaparecen por sí solas sin causar complicaciones graves.



En el caso de las infecciones persistentes por VPH, es importante seguir las recomendaciones de tu médico o profesional de la salud para el tratamiento de las lesiones precancerosas o cancerosas que puedan desarrollarse a partir de la infección. El tratamiento puede incluir procedimientos como la extirpación quirúrgica de las lesiones y otras formas de manejo, según sea el caso.



Además, **mantener un sistema inmunológico saludable puede ayudar a prevenir la infección** por el VPH y reducir el riesgo de complicaciones. Esto incluye llevar una dieta saludable, hacer ejercicio regularmente, eliminar el uso del tabaco y reducir el estrés.

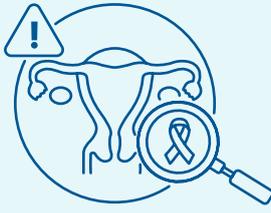


Es importante destacar que **la prevención es la mejor manera de evitar las complicaciones** relacionadas con el VPH, incluyendo el Cáncer. Por lo tanto, es recomendable vacunarse contra el VPH y practicar el sexo seguro, utilizando preservativos y reduciendo el número de parejas sexuales. Además, es importante realizar exámenes médicos regulares para la detección temprana del Cáncer de Cuello Uterino y otros tipos de Cáncer relacionados con el VPH.



ENCUESTA DE SALUD FEMENINA Y PODCAST

1



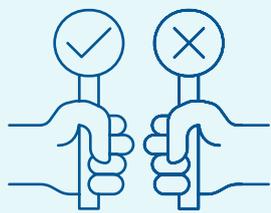
Descubre si tienes algún factor de riesgo para tu salud ginecológica con el **Test Auna Mujer.**

2



Solo tienes que responder a las preguntas elaboradas por los médicos expertos de Auna.

3



¡Recuerda! No hay respuestas buenas o malas. Sólo importa que sean lo más cercanas a tu realidad.

4



De esta manera, conoceremos tus necesidades de bienestar y ayudarte a mantenerte sana.

5



Según el resultado de tus respuestas, te enviaremos información educativa y recomendaciones para prevenir riesgos futuros y disfrutar de tu salud a pleno.

¡APRENDE A CUIDAR TU SALUD FEMENINA AHORA MISMO!

¡Realiza el test aquí!

5 métodos para prevenir el Cáncer de Cuello Uterino



En el mes de la mujer, te compartimos cinco recomendaciones para prevenir el Cáncer de Cuello Uterino, la neoplasia que mayor mortalidad presenta entre las mujeres peruanas. Conoce también las causas de esta enfermedad para evitarlas con una vida saludable.



REFERENCIAS

- 1.** Infección por VPH (2021) en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hpv-infection/symptoms-causes/syc-20351596>
- 2.** El virus del papiloma humano (VPH) y el Cáncer (2022) en: <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/causas-prevencion/riesgo/germenes-infecciosos/vph-y-cancer>
- 3.** Infección genital por VPH: Hoja informativa: <https://www.cdc.gov/std/spanish/vph/stdfact-hpv-s.htm>
- 4.** Vacunas contra el virus del papiloma humano (VPH): <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/causas-prevencion/riesgo/germenes-infecciosos/hoja-informativa-vacuna-vph>
- 5.** Vacuna contra el VPH: quién la necesita, cómo funciona: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/hpv-infection/in-depth/hpv-vaccine/art-20047292>
- 6.** Vacunas contra el VPH: <https://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/vph/vacunas-de-vph.html#:~>
- 7.** Síntomas del cáncer de cuello uterino: <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/cuello-uterino/sintomas>

Ahora que sabes
cómo vivir

**una vida más
saludable,**

**súmate a la
prevención**



Infórmate más en:
Oncosalud.pe

