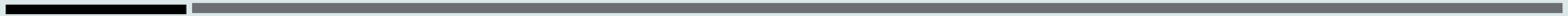


VPH:

Guía del paciente (A Patient's Guide)



# VPH: guía del paciente (HPV: A Patient's Guide)

## Introducción (Introduction)

El virus del papiloma humano (VPH) es un virus muy común que tiene más de 100 tipos, entre ellos 40 tipos que afectan la región anal y la genital. De hecho, el VPH es, por mucho, la infección de transmisión sexual más común y puede contraerse fácilmente por medio del contacto directo con la piel.

Aunque casi todos los tipos VPH son inofensivos y pasan desapercibidos, algunos tipos de VPH pueden afectar considerablemente el cuerpo si persisten. Los distintos tipos de VPH se dividen en dos grupos: los tipos de “bajo riesgo” y los tipos de “alto riesgo”. Algunos tipos de bajo riesgo pueden causar verrugas, mientras que algunos tipos de alto riesgo pueden causar cambios celulares que podrían provocar cáncer. En la mayoría de las personas que no presentan ningún síntoma (como verrugas genitales), el virus desaparece del cuerpo por sí solo.

Hoy en día, existen vacunas que protegen contra los tipos de VPH más comunes. Sin la vacuna contra el VPH, la mayoría de las personas sexualmente activas contraerán uno o más tipos de VPH durante sus vidas.

¿Qué es el VPH? .....	3
¿Quién contrae el VPH? .....	5
Protección contra el VPH .....	6
Pruebas del VPH .....	8
Si usted tiene VPH .....	10
Recursos .....	11



El virus del papiloma humano (VPH) es un virus muy común. De hecho, es la infección de transmisión sexual más común. Existen más de 100 tipos de VPH. Alrededor de 40 de ellos pueden afectar la región anal y la genital, y se transmiten sexualmente mediante el contacto directo con la piel.

Hoy en día, existen vacunas que protegen contra los tipos más comunes de VPH. Sin la vacuna contra el VPH, la mayoría de las personas sexualmente activas contraerán uno o más tipos de VPH durante sus vidas. En la mayoría de las personas, el virus desaparece del cuerpo por sí solo sin causar síntomas ni problemas. En aquellos que presentan síntomas (como verrugas genitales), la mayoría de ellos eventualmente desaparecen.

Aunque casi todos los tipos de VPH son inofensivos y pasan desapercibidos, algunos tipos de VPH pueden afectar el cuerpo si persisten. Los distintos tipos de VPH se dividen en dos grupos: los tipos de “bajo riesgo” y los tipos de “alto riesgo”. Algunos tipos de bajo riesgo pueden causar verrugas, mientras que algunos tipos de alto riesgo pueden causar cambios celulares que podrían provocar cáncer.

## Tipos de VPH de bajo riesgo (HPV Low-Risk Types)

Hay dos tipos de VPH de bajo riesgo, los tipos 6 y 11, que causan la mayoría de las verrugas genitales. Las verrugas genitales son protuberancias temporales e inofensivas fuera o dentro de los genitales, el ano o el área circundante. Las verrugas genitales pueden aparecer como una o más protuberancias planas o realzadas, del mismo color de la piel u oscuras, y pueden tener formas irregulares o forma de coliflor. Podrían causar comezón o pasar casi completamente desapercibidas. En ocasiones, pueden sangrar.

Las verrugas genitales pueden aparecer en cualquier momento, desde unas semanas hasta muchos meses o años después de entrar en contacto con el VPH. Por lo general, desaparecen en un plazo de dos años, aunque podrían reaparecer. La rapidez con la que su cuerpo elimine las verrugas genitales depende de su salud general y de su sistema inmunológico. Por ejemplo, las personas que no fuman podrían eliminar el VPH más rápido que los fumadores, ya que fumar cigarrillos afecta su sistema inmunológico.

Los tipos de VPH de bajo riesgo no causan cáncer y no están relacionados con ningún riesgo para su salud. Las personas que los padecen podrían considerarlos una “molestia” o un problema cosmético.

### ¿PUEDO CONTRAER VPH SI NUNCA HE TENIDO SEXO O NUNCA “LO HE HECHO DEL TODO”?

Si sus genitales, su boca o su región anal han entrado en contacto con los de alguien más, puede contraer el VPH aunque nunca haya tenido sexo con penetración. El VPH se transmite mediante el contacto directo con la piel, así que frotar o rozar los genitales sin ropa interior puede transmitir el virus.

### ¿PUEDO CONTRAER EL VPH SI SIEMPRE USO CONDONES?

Usar condones puede ayudar a reducir, pero no a eliminar, la probabilidad de transmitir el VPH de una persona a otra.

### TENÍA VERRUGAS GENITALES, PERO ME LAS QUITARON. ¿SIGNIFICA QUE YA NO TENGO EL VPH?

Retirar las verrugas genitales es algo que se hace principalmente por motivos estéticos y no es un tratamiento para el VPH. Por lo general, se pueden retirar las verrugas, pero estas podrían reaparecer en el futuro. Retirar las verrugas no elimina el VPH en sí ni evita que las verrugas reaparezcan.

### MI PAREJA ME DIJO QUE TIENE VERRUGAS GENITALES. ¿ESTO ME PONE EN RIESGO DE TENER CÁNCER?

Los tipos de VPH que causan las verrugas genitales no son los mismos tipos de VPH que causan diversos tipos de cáncer.

### ¿POR QUÉ DICEN QUE EL VPH/LAS VERRUGAS DESAPARECEN EN DOS AÑOS CUANDO YO HE TENIDO ESTAS VERRUGAS MÁS TIEMPO?

La mayoría de las personas, pero no todas, ya no muestran señales de verrugas genitales en un plazo promedio de dos años; algunas desaparecen antes y otras tardan más. Todavía se están investigando las causas de esto. Si usted tiene verrugas que no desaparecen en dos años, hable con su proveedor de atención médica para que lo/a derive a un ginecólogo o dermatólogo.

## Tipos de VPH de alto riesgo

### (HPV High-Risk Types)

Los otros tipos de VPH se denominan de “alto riesgo” y pueden causar complicaciones si el cuerpo no los elimina. En estos casos, es posible que el VPH cause cambios en las células que se vuelvan precancerosos o provoquen cáncer.

En la mayoría de los casos, las infecciones con los tipos de virus de alto riesgo desaparecen solas. Si el VPH de alto riesgo persiste y no desaparece por sí solo, podría causar cambios celulares. Si estos cambios no se detectan y tratan, podrían causar cáncer en el cuello uterino, la vagina, la vulva, el ano, el pene o la garganta.

Es importante recordar que a la mayoría de las personas que contraen un tipo de VPH de alto riesgo no les da cáncer. Independientemente del tipo, la mayoría de las personas eliminan su infección por VPH en un plazo de 2 años. La prueba de detección de cáncer del cuello uterino (papanicoláu) es la mejor manera de detectar el cáncer en el cuello uterino. Esta prueba garantiza que se puedan detectar y tratar las células precancerosas antes de que se conviertan en cáncer (ver la sección Pruebas del VPH). Todavía se están investigando otros tipos de cáncer relacionados con el VPH, como el cáncer de ano y de garganta, así que aún no hay pruebas ampliamente disponibles para otros tipos de cáncer.

Hay vacunas contra el VPH que protegen contra casi todos los tipos relacionados con cánceres a causa del VPH y verrugas genitales.

### ¿QUÉ ES EL PAPANICOLÁU?

El papanicoláu (también conocido como prueba de detección de cáncer del cuello uterino) es una prueba que detecta células anormales en el cuello uterino antes de que se conviertan en cáncer. La prueba busca cambios celulares para poder detectarlos y tratarlos antes de que se conviertan en cáncer. La detección y el tratamiento oportunos del cáncer de cuello uterino producen mejores resultados médicos. La prueba de detección de cáncer del cuello uterino está recomendada para todas las personas que tienen cuello uterino, aunque no tengan síntomas o aunque hayan recibido la vacuna contra el VPH.

(<http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix>)



# ¿Quién contrae el VPH? (Who gets HPV?)

La respuesta corta es que la mayoría de las personas sexualmente activas contraerán el VPH al menos una vez en la vida si no fueron vacunadas contra el virus antes de comenzar a estar sexualmente activas.

**El VPH es la infección de transmisión sexual más común: podríamos decir que es el resfriado común de las ITS.** Si alguna vez ha tenido cualquier tipo de contacto sexual en su vida, aunque sea con una sola pareja, existe la posibilidad de que haya tenido contacto con el VPH.

Se calcula que alrededor del 80 % de las personas que no han recibido la vacuna contra el VPH contraerán el virus en algún momento de sus vidas. Para la mayoría de las personas, el VPH se resuelve (desaparece por sí solo). Se prevé que los índices de VPH disminuirán conforme más gente se vacune contra el virus.



## Transmisión (Transmission)

El VPH se transmite mediante el contacto directo con la piel durante la actividad sexual. Esto abarca cualquier tipo de contacto sexual con la región anal y la genital, lo que incluye el roce de los genitales, la penetración sexual (sexo vaginal o anal), el sexo oral, compartir juguetes sexuales y tocar los genitales con las manos. El VPH podría estar presente aunque no haya verrugas visibles o después de que hayan desaparecido las verrugas.

Debido a que el VPH es tan común que la mayoría de las personas lo contraen tarde o temprano, no es realista evitarlo. No hay necesidad de dejar de tener sexo aunque haya verrugas u otros indicios de VPH presentes o en tratamiento.

Si una persona está embarazada, el VPH también puede ser transmitido de la madre al bebé. Sin embargo, esto no significa que el bebé tendrá alguna complicación relacionada con el VPH. Aún no se sabe lo suficiente sobre la transmisión materno-fetal del VPH ni sobre el riesgo relacionado con ella.

El VPH no se transmite por medio de actividades domésticas comunes. No puede contraer el VPH por dormir en la misma cama que alguien ni por compartir el baño. El VPH no se transmite por medio de los asientos de inodoros, las toallas, las bañeras, los jacuzzis ni las piscinas, ni por medio de la sangre u otras secreciones corporales de una persona infectada.

## SI EL VPH DESAPARECE, ¿REAPARECERÁ?

Algunas personas podrían no eliminar por completo un determinado tipo de VPH. Podría ser que ese tipo de VPH esté latente o “inactivo” en su cuerpo, pero que se active en algún momento. Esto sucede en ocasiones en las que el cuerpo está bajo más estrés que afecta el sistema inmunológico, como periodos de estrés excesivo o ciertos medicamentos, como la quimioterapia.

También es posible que una persona elimine ese tipo de VPH completamente, pero que vuelva a contraerlo en el futuro. También es muy posible que alguien contraiga un tipo diferente de VPH si se expone a él. Tener un tipo de VPH no significa que no vaya a contraer otros tipos de VPH si se expone a ellos. Independientemente de la razón, algunas personas pueden tener VPH recurrente.

## TUVE VPH, PERO ME QUITARON LAS VERRUGAS. ¿CUÁNDO PUEDO VOLVER A TENER SEXO?

El VPH puede transmitirse a los demás incluso aunque no haya verrugas presentes. Sin embargo, las verrugas son principalmente un problema estético y no hay razones médicas para no tener sexo.

# Protección contra el VPH (Protection against HPV)

## Vacunas (Vaccines)

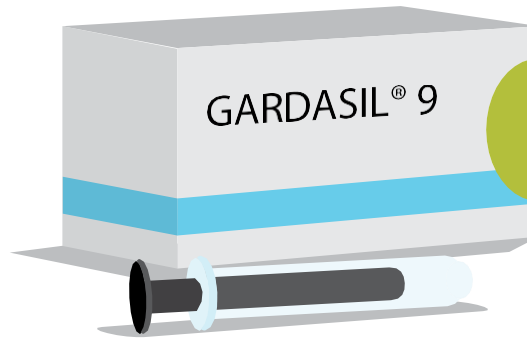
La vacunación es la forma más efectiva de protegerse contra el VPH. Una década de uso de la vacuna contra el VPH en la Colombia Británica, Canadá ha demostrado que es tanto segura como eficaz. Para obtener más información sobre la vacuna contra el VPH, visite [www.immunizebc.ca/VPH](http://www.immunizebc.ca/VPH)

En la Colombia Británica, la vacuna contra el VPH que está disponible actualmente es Gardasil 9. Esta vacuna está ampliamente disponible, protege contra nueve cepas del VPH y su uso es apropiado en todas las personas. Aunque la vacunación no protege contra todos los tipos de VPH, ofrece excelente protección contra la mayoría de las cepas que causan cáncer y verrugas genitales.

La vacuna contra el VPH es más eficaz cuando se administra a temprana edad, antes de cualquier contacto sexual, por lo que se ofrece como vacuna

### ¿SABÍA USTED QUE...?

La vacuna Gardasil 9 protege contra los 9 tipos de VPH que causan el 90 % de los cánceres del cuello uterino y el 90 % de las verrugas genitales. Esto incluye el cáncer de cuello uterino, el cáncer de la vulva y el cáncer vaginal causados por los tipos de VPH 16, 18, 31, 33, 45, 52 y 58; las verrugas genitales y las lesiones precancerosas anales y genitales causadas por los tipos de VPH 6 y 11; y los cánceres anales causados por los tipos de VPH 16, 18, 31, 33, 45, 52 y 58.



de rutina a niños en edad escolar. La vacuna contra el VPH es la única que protege contra los cánceres genitales. La vacuna contra el VPH se administra en una serie de 2 dosis a personas menores de 15 años (esta es la edad ideal para la respuesta inmunitaria) y en una serie de 3 dosis a personas de 15 años en adelante.

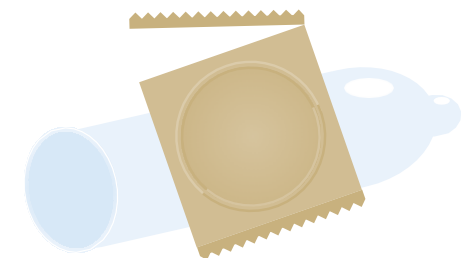
Si no recibió la vacuna en la escuela, puede recibirla más adelante. La vacuna Gardasil 9 está recomendada para todas las personas que tengan cuello uterino hasta los 45 años de edad, para las personas sin cuello uterino hasta los 26 años de edad, para los hombres de todas las edades que tienen sexo con hombres y para las personas que tienen VIH a partir de los 27 años de edad. Sin embargo, si usted no está dentro de esos rangos de edad y género, algunos expertos podrían recomendar aun así la vacuna si tiene actividad sexual o si ha recibido tratamiento para precáncer del cuello uterino o anal. Ya que tener VPH una vez no hace que sea inmune a contraerlo nuevamente, podría ser beneficioso recibir la vacuna de todos

modos, aunque ya haya tenido VPH antes. Consulte a su proveedor de atención médica sobre si la vacuna es una buena opción para usted.

Si reúne los requisitos para recibir la vacuna Gardasil 9 gratuitamente, pueden aplicársela en su clínica local de salud pública, centro médico comunitario o clínica de ITS. Si no reúne los requisitos para recibirla gratuitamente, puede pagarla usted mismo/a. Su plan de prestaciones médicas adicionales o su compañía de seguros también podrían cubrir el costo (quizá necesite una receta médica para que la compañía de seguros acepte la solicitud). Puede recibir la vacuna con costo a través de su proveedor de atención médica, una farmacia o una clínica para viajeros.

## Métodos de barrera (Barrier methods)

Los condones y otros métodos de barrera pueden reducir la probabilidad de transmisión del VPH, aunque no ofrecen protección completa, ya que el VPH puede transmitirse a través de otro contacto directo con la piel. Los condones también protegen contra otras ITS, entre ellas la gonorrea, la clamidia, la sífilis y el VIH. Usar condones es una buena manera de reducir el riesgo de contraer ITS.



### ¿QUIÉN RECIBE LA VACUNA GARDASIL 9 CONTRA EL VPH GRATUITAMENTE EN LA COLOMBIA BRITÁNICA? (DESDE 2019)

- Niños de todos los géneros en el 6.º grado
- Las personas que no iniciaron una serie de vacunas en el 6.º grado reúnen los requisitos para iniciar una serie antes de los 19 años (nacidos en 2006 o después), pero no después de cumplir los 19
- Personas con VIH de 9 a 26 años de edad
- Personas transgénero de 9 a 26 años de edad
- Hombres de 9 a 26 años de edad que:
  - tienen sexo con otros hombres
  - aún no son sexualmente activos, pero están cuestionando su orientación sexual
  - se encuentran en situación de calle
- Niños de 9 a 18 años de edad bajo el cuidado del Ministerio para la Infancia y el Desarrollo Familiar (Ministry of Children and Family Development, MCFD)
- Niños y hombres en centros de detención juveniles

### OMITÍ UNA DOSIS DE LA VACUNA, ¿DEBO EMPEZAR LA SERIE NUEVAMENTE?

No, no necesita iniciar la serie nuevamente. Puede retomar la serie de vacunas en el punto donde la dejó.

### YA TENGO VPH. ¿LA VACUNA ME CURARÁ?

La vacuna contra el VPH no puede curar un tipo de VPH que ya tenga. Sin embargo, recibirá protección contra los otros tipos de VPH que cubra la vacuna. A diferencia de otras ITS, no hay cura para el VPH, pero existen terapias que pueden abordar los efectos del VPH en diversas partes del cuerpo.

### SI RECIBÍ UN TIPO ANTERIOR DE VACUNA CONTRA EL VPH, COMO CERVARIX O GARDASIL 4, ¿DEBO RECIBIR GARDASIL 9?

Esta es una decisión personal que debe tomar con base en su conversación con su proveedor de atención médica. Gardasil 4 le brinda protección contra las 4 cepas de VPH con mayor probabilidad de causar cáncer del cuello uterino y verrugas genitales, mientras que Gardasil 9 le brinda protección contra 5 cepas adicionales. El financiamiento público no cubre la vacuna Gardasil 9 si ya le aplicaron la vacuna Gardasil 4, así que tendría que pagar la vacuna adicional.

Si ya inició su vacunación con Gardasil 4, pero aún no la ha completado, puede terminar con Gardasil 9. Por ejemplo, si recibió una inyección de Gardasil 4, puede recibir dos inyecciones de Gardasil 9. Esto debe ser suficiente para brindarle protección contra los tipos de VPH 6, 11, 16 y 18. Sin embargo,

podría no darle protección contra los tipos 31, 33, 45, 52 y 58 porque solo habría recibido 2 de las 3 dosis.

### NO ME APLICARON LA VACUNA CONTRA EL VPH EN LA ESCUELA. ¿DÓNDE PUEDO RECIBIRLA AHORA GRATUITAMENTE?

No todas las personas reúnen los requisitos para recibir la vacuna contra el VPH gratuitamente. Puede verificar si tiene acceso a la vacuna contra el VPH gratuita por medio de su unidad local de salud (también llamada unidad de salud pública, centro médico comunitario y hogar de atención primaria). Algunas clínicas de ITS también podrían tener algunas vacunas.

### REFUERCE SU INMUNIDAD A TRAVÉS DE ESTRATEGIAS DE VIDA SALUDABLE

Hay muchas cosas prácticas que puede hacer para fomentar un sistema inmunológico saludable, entre ellas:

- Duerma lo suficiente
- Consuma una dieta saludable con muchas frutas, verduras y micronutrientes
- Haga ejercicio con regularidad
- Fume menos o deje de fumar
- Si bebe alcohol, hágalo con moderación
- Minimice el estrés o implemente un control saludable del estrés



En la Colombia Británica, no se realizan pruebas específicas para tipos de VPH de bajo riesgo. Como casi todas las infecciones de bajo riesgo duran poco y se resuelven solas, generalmente sin síntomas, las pruebas no se consideran útiles.

## Examen físico para verrugas genitales

(Physical exam for genital warts)

No hay una prueba específica para las verrugas genitales. Si tiene bultos o protuberancias genitales que le preocupan, su proveedor de atención médica puede hacer un examen físico en busca de indicios de verrugas genitales, otras ITS o afecciones cutáneas. Este examen puede realizarse durante las pruebas de ITS de rutina.

## Prueba de rutina de detección de cáncer del cuello uterino

(papanicoláu) (Routine cervical cancer screening [Pap test])

El cáncer del cuello uterino es uno de los tipos de cáncer más prevenibles. Sucede cuando una infección persistente y duradera de un tipo de VPH de alto riesgo causa cambios en las células del cuello uterino.

La prueba de detección de cáncer del cuello uterino (papanicoláu) se usa para estar pendientes de estos cambios celulares. Esta prueba busca células anormales en el cuello uterino antes de que se conviertan en cáncer y vigila el cambio con el paso del tiempo. Como estos cambios se producen muy lentamente, el papanicoláu se recomienda cada 3 años, a partir de los 25 años.

Si usted tiene cuello uterino, tiene de 25 a 69 años y ha tenido algún tipo de contacto sexual en la vida, lo que incluye sexo oral o manual (tocar los genitales con las manos), el programa de detección de la Colombia Británica recomienda la prueba de detección de cáncer de cuello uterino realizada por un proveedor de atención médica. Para obtener más información sobre esta prueba, visite [www.bccancer.bc.ca/screening/cervix](http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix)

## Resultado anormal en la prueba de detección de cáncer del cuello uterino

(papanicoláu) (Abnormal cervical screening [Pap test] results)

Los resultados anormales de papanicoláu son muy comunes y no significan que tenga cáncer del cuello uterino. Un resultado anormal de papanicoláu significa que hay algunas células en el cuello uterino que no parecen normales y deben examinarse más detalladamente. Quizá la deriven a hacerse más pruebas, como otro papanicoláu o una colposcopia, que permite observar el cuello uterino más minuciosamente y, de ser necesario, obtener pequeñas muestras para hacer análisis adicionales.

Las células anormales en el cuello uterino pueden resolverse solas o un proveedor de atención médica podría recomendar un tratamiento especial, como un procedimiento de escisión electroquirúrgica con asa (Loop Electrosurgical Excision Procedure, LEEP) para retirar las células anormales. Es muy importante asistir a las citas de seguimiento que le recomiende su proveedor para obtener los mejores resultados.

### EL RESULTADO DE MI PRUEBA DE DETECCIÓN DE CÁNCER DEL CUELLO UTERINO FUE ANORMAL. ¿TENGO CÁNCER?

Es muy común enterarse de que el resultado del papanicoláu fue anormal y eso no significa que tenga cáncer. La mayoría de los cambios celulares en el cuello uterino se detectan oportunamente con el papanicoláu y se resuelven solos o se tratan fácilmente antes de que puedan volverse cancerosos. Si el resultado de su papanicoláu es anormal, se le darán instrucciones de seguimiento. Es muy importante que asista a cualquier cita de seguimiento que le recomienden.

### EL RESULTADO DE MI PAPANICOLÁU FUE ANORMAL. ¿QUÉ LE DIGO A MI PAREJA? ¿DEBO DEJAR DE TENER SEXO?

Desde un punto de vista médico, no necesita dejar de tener sexo ni informárselo a su pareja. Para obtener más información sobre cómo hablar con su pareja, vea la sección *Cómo hablar con su pareja sobre el VPH*.

### PRUEBA DEL TIPO ESPECÍFICO DE VPH

Aunque el papanicoláu es el estándar actual para detectar el cáncer de cuello uterino en la Colombia Británica, algunos lugares del mundo han comenzado a usar pruebas de VPH para detectar el cáncer en el cuello uterino. La prueba de VPH detecta si hay VPH de alto riesgo e identifica a las personas con riesgo de cáncer del cuello uterino, incluso antes de que puedan producirse cambios en las células de este.

La prueba de VPH aún no es el patrón de tratamiento en la Colombia Británica, y la prueba de detección de cáncer del cuello uterino por medio del papanicoláu sigue siendo muy eficaz para prevenir el cáncer de cuello uterino. Aunque hay pruebas específicas de VPH disponibles con costo para el paciente en algunos laboratorios privados en la Colombia Británica, este método no es el patrón de tratamiento en la provincia y no es parte del programa provincial de pruebas de detección de cáncer del cuello uterino.

### Prueba de detección de cáncer anal (Anal cancer screening)

Aunque es poco común, el cáncer anal es otro tipo de cáncer relacionado con el VPH que se puede prevenir. Si usted practica el sexo anal receptivo, quizá deba hablar con su proveedor de atención médica sobre las pruebas de detección de ITS y de cáncer anal. En algunas poblaciones, como personas con VIH o mujeres con antecedentes de cáncer del cuello uterino, podría recomendarse el papanicoláu anal, ya que el riesgo de cáncer anal es más alto que el promedio. Al igual que con el papanicoláu del cuello uterino, el papanicoláu anal busca células anormales en el ano antes de que puedan volverse cancerosas.

Actualmente, las investigaciones no demuestran que deba recomendarse el papanicoláu anal para la población general, ya que el VPH es muy común, la mayoría de las infecciones se resuelven sin ningún tratamiento ni complicaciones, y el cáncer anal es relativamente infrecuente en la población general.

### Prueba de detección de cáncer oral (Oral cancer screening)

El VPH a veces puede causar cáncer oral o cáncer de garganta. Estos tipos de cáncer son relativamente infrecuentes en la población general. Podría tener mayor riesgo de padecer cáncer oral o de la garganta si fuma cigarrillos o consume alcohol.

La mayoría de los dentistas hacen una prueba de detección visual de cáncer oral como parte de su examen dental de rutina. Si le preocupa alguna llaga o protuberancia rara que no sana en la boca, consulte a su dentista o a su proveedor de atención médica. No hay pruebas de VPH disponibles para la detección de cáncer oral o cáncer de garganta.



# Si usted tiene VPH (If you have HPV)

## Cómo tratar las verrugas genitales (Treating genital warts)

Las verrugas genitales pueden tratarse por motivos estéticos para retirar las protuberancias. Muchas personas optan por no tratar las verrugas genitales y mejor esperan a que el cuerpo elimine el virus de forma natural. El tratamiento puede eliminar las verrugas visibles para que ya no se vean, pero no cura el VPH ni hace que usted se vuelva inmune a él. Es posible que las verrugas vuelvan a aparecer.

El tratamiento puede hacerlo un proveedor de atención médica o puede hacerse en algunas clínicas. El tratamiento para las verrugas genitales puede incluir crioterapia (congelación con nitrógeno líquido) o la aplicación de líquidos, cremas o geles medicados directamente a la piel. Si las verrugas no responden al tratamiento común, es posible que lo/a deriven a un especialista que se dedique al tratamiento de verrugas genitales. Otros tratamientos que utilizan los especialistas incluyen terapia con láser y electrocauterización.

## Cómo asimilar su diagnóstico (Working through your diagnosis)

Aunque el VPH es muy común, generalmente desaparece solo y, por lo general, no causa complicaciones, las personas pueden tener distintos sentimientos cuando se enteran de que lo tienen. A algunas personas, sobre todo a aquellas que ya tienen algún conocimiento sobre el VPH, no les molesta. Otras personas podrían sentirse alteradas

y abrumadas. Muchas personas tienen sentimientos que se encuentran entre esos dos puntos.

Existe mucha información errónea y estigma acerca de las ITS, incluido el VPH. Es normal tener dudas e inquietudes. Obtenga información para concientizarse, practique buenos hábitos de autocuidado y vuelva a su vida normal, lo que incluye tener una vida sexual. Todo esto le ayudará a sentirse equilibrado/a y a mantener la perspectiva sobre esta ITS tan común y controlable.

## Retos constantes (Ongoing challenges)

Algunas personas pueden sentirse atrapadas en sus sentimientos y tener dificultad para seguir adelante. Si los sentimientos son abrumadores, persisten durante meses o afectan su capacidad para funcionar, considere la posibilidad de conectarse con fuentes de apoyo externas. Podría resultarle útil hablar con un profesional de atención médica o un terapeuta para tener un espacio seguro y confidencial para asimilar sus sentimientos.

## Cómo hablar con su pareja sobre el VPH (Talking to partners about HPV)

El VPH es un virus muy común y casi todas las personas que son sexualmente activas estarán expuestas a él eventualmente. De hecho, al tomar una decisión sobre su vida sexual, es útil suponer que sus parejas y usted contraerán el VPH en algún momento, o que ya lo han tenido. Es poco realista suponer que es posible evitar el VPH.

Ya sea que usted o su pareja hayan recibido un diagnóstico de VPH, es importante no culpar ni abochornar. No hay forma de saber con certeza cuándo se transmitió el VPH ni quién lo transmitió.

### ¿POR QUÉ EL VPH NO ES UNA INFECCIÓN REPORTABLE, COMO LA GONORREA O LA CLAMIDIA?

Algunas ITS, como la clamidia, la gonorrea y la sífilis, se reportan al departamento de salud pública para garantizar que todas las parejas que necesiten pruebas y tratamiento con antibióticos sean notificadas. El VPH no requiere de antibióticos y no es una infección reportable.

### ¿TENGO QUE INFORMAR A MIS PAREJAS?

Es decisión suya si quiere hablar o no con sus parejas acerca del VPH. El VPH es tan común que sabemos que la mayoría de las personas entran en contacto con él, que por lo general desaparece por sí solo y que hay pruebas, como la prueba de detección de cáncer del cuello uterino, que pueden monitorear posibles complicaciones a causa del VPH. El sistema de atención médica tiene buenas medidas establecidas para atender a todos, aunque no estén vacunados. Esto significa que no hay razones médicas para informar a sus parejas.

## SMART SEX RESOURCE

 <https://smartsexresource.com/topics/human-papillomavirus-VPH>

 <https://smartsexresource.com/topics/genital-warts>

BUSCADOR DE CLÍNICAS DE SALUD SEXUAL:

 <https://smartsexresource.com/get-tested/clinic-finder>

## BC OPTIONS FOR SEXUAL HEALTH


Haga preguntas a través del sitio web y reciba la respuesta por correo electrónico.


 <https://www.optionsforsexualhealth.org/>

LÍNEA TELEFÓNICA DE SEX SENSE

Servicio confidencial y gratuito de derivación e información sobre salud sexual proporcionado por Options for Sexual Health.

Abierto de lunes a viernes de 9 a. m. a 9 p. m., hora del Pacífico

 **1-800-739-7367** en cualquier lugar de la Colombia Británica

 **604-731-7803** en el Lower Mainland

## VPH INFO

Esta página informativa la mantiene la Sociedad de Obstetras y Ginecólogos de Canadá.

 [VPHinfo.ca](http://VPHinfo.ca)

## IMMUNIZE BC

 <https://www.immunizebc.ca/VPH>


## BC CANCER

PRUEBA DE DETECCIÓN DE CÁNCER DEL CUELLO UTERINO:

 <http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix>

PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE EL VPH:

 <http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#VPH--&--testing--FAQs>

 <http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#Positive--results--FAQs>

