

¿Cómo Puedo Protegerme Y Proteger A Mi(s) Pareja(s) Sexual(es)?

- Espere a estar seguro(a) de que tanto usted como su(s) pareja(s) han completado el tratamiento antes de tener relaciones sexuales nuevamente. Con demasiada frecuencia las personas se siguen pasando la enfermedad una a la otra al tener relaciones sin haber terminado todos su medicamentos.
- Las enfermedades de transmisión sexual se pasan de una persona a otra mediante las relaciones sexuales. Atraviesan fácilmente las membranas de la boca, la vagina, el pene y el recto. La única forma segura de evitar contagiarse con una enfermedad de transmisión sexual es la abstinencia (cero contacto sexual).
- Si tiene relaciones sexuales, puede reducir el riesgo de contraer una infección usando siempre condones de látex. Cuando se usan apropiadamente, los condones pueden ayudar a proteger de muchas enfermedades comunes de transmisión sexual como el VIH. Asegúrese de acomodar el condón antes de que el pene toque la vagina, la boca o el ano.
- Si tiene relaciones sexuales, puede reducir el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual limitándose a una sola pareja no infectada que sólo tiene relaciones con usted. Use condones, excepto cuando las pruebas demuestren que ninguno de los dos tiene una enfermedad de transmisión sexual.
- El alcohol y las drogas pueden aumentar los riesgos ya que inducen a las personas a tomar decisiones sexuales arriesgadas.
- Si usted se inyecta drogas, nunca comparta su equipo (aguja y jeringuilla). Tampoco comparta ni reutilice las bolitas de algodón, el agua de enjuague u otro equipo.

No comparta agujas usadas para hacerse perforaciones en el cuerpo, tatuajes u otros usos.

Llame A Estos Números Libres De Cargo Para Obtener Más Información Sobre:

- Enfermedades de transmisión sexual (ETS)
- Cómo hablar con su pareja
- Cómo identificar a un profesional de la salud para que hable con su pareja
- Dónde ir para hacerse pruebas, obtener apoyo, información y tratamiento

Texas HIV/STD Infoline

(Línea Informativa sobre VIH/ETS de Texas)
1 (800) 299-2437 (Inglés/Español)
www.dshs.state.tx.us/hivstd

CDC-INFO

(Línea de Ayuda Nacional para VIH/ETS)
1 (800) CDC-INFO
1 (888) 232-6348 (TTY)

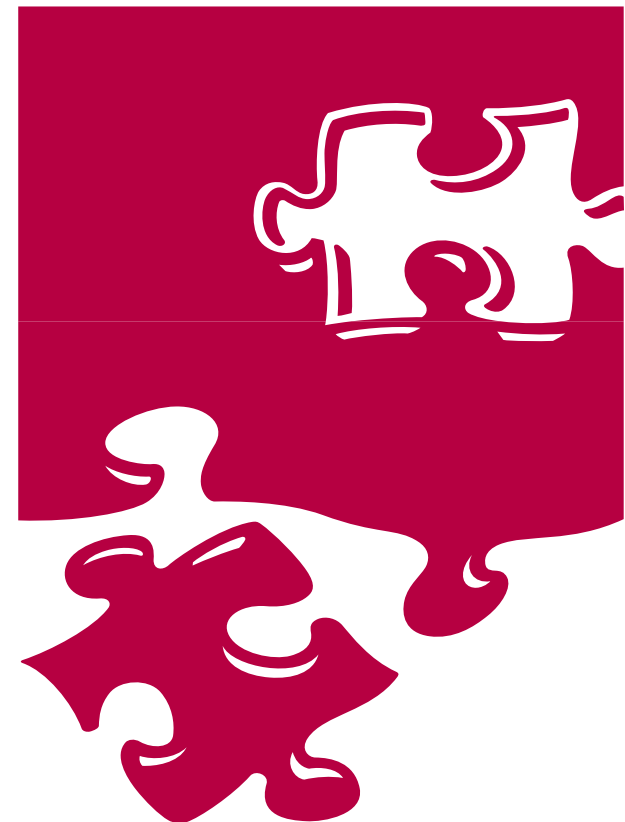


Texas Department of State Health Services
1100 W. 49th St.
Austin, TX 78756-3199
Stock No. 4-214A/Revised 9/05

Reproduction of this pamphlet is encouraged; however, copies may not be sold and the Texas Department of State Health Services should be cited as the source for this information.

NOTIFICACIÓN SOBRE ETS A PAREJAS:

¿Qué Debo Hacer Si He Estado Expuesto(a) A Una Enfermedad De Transmisión Sexual (ETS)?



¿Qué Debo Hacer Si He Estado Expuesto(a) A Una Enfermedad De Transmisión Sexual (ETS)?

Probablemente lea este folleto por una de dos razones:

1. Alguien con quien ha tenido relaciones sexuales o ha compartido agujas le ha informado que tiene una infección y que usted también podría tenerla.
2. Un profesional de salud pública le ha informado que una persona cuya prueba de ETS resultó positiva le identificó como pareja sexual o persona con quien compartió agujas.

Sea cual sea la respuesta, alguien está preocupado(a) por su salud y quiere asegurarse de que haga todo lo posible para cuidarse.

Como es natural, usted tiene muchas preguntas. La función de este folleto es ayudar a contestar esas preguntas, asegurarse de que sepa qué debe hacer a continuación e informarle a dónde debe acudir para obtener más información.

¿Cuál Es La Diferencia Entre Estar Expuesto(a) Y Estar Infectado(a)?

Si una persona con quien usted pasa mucho tiempo tiene un catarro, las probabilidades son que haya estado *expuesto(a)* cuando la persona tosió o estornudó. Usted puede “pescar” el catarro o no. Tal vez deba esperar muchos días para saberlo. Si comienza a sentir los síntomas, aunque estos sean mucho más leves o diferentes a los de su amigo(a), usted sabrá que ha sido *infectado(a)*.

Con las enfermedades de transmisión sexual, si usted ha tenido relaciones sexuales con una persona infectada, ha sido expuesto(a). No tenemos que esperar a que usted manifieste los síntomas. De hecho, si lo hiciéramos, usted correría el riesgo de desarrollar problemas de salud graves porque muchas personas con enfermedad de transmisión sexual no descubren que han sido infectadas hasta que están muy enfermas. Por esto hacemos unas pruebas sencillas para determinar si ha sido infectado(a) con una enfermedad de transmisión sexual *antes* de que surjan los problemas.

OK, ¿De Manera Que Estoy Infectado(a)?

La única forma de saber si usted está infectado(a) es que visite a un médico o clínica para que le hagan las pruebas apropiadas. Aunque se haya hecho un examen médico reciente, probablemente no le hicieron las pruebas específicas.

Puesto que las diferentes enfermedades de transmisión sexual requieren pruebas y tratamientos diferentes, es muy importante que le indique a la persona que le examina a **cuál** ETS puede haber estado expuesto(a). (Por ejemplo, “he tenido relaciones sexuales con una persona que tiene Chlamydia”). Esto ayudará al médico o profesional clínico a determinar qué pruebas debe hacerle.

Como las enfermedades de transmisión sexual pueden conducir a condiciones graves, que pueden poner en riesgo su vida, su profesional clínico puede sugerirle que siga el tratamiento aún antes de recibir los resultados de las pruebas.

¿Pero No Tengo Ningún Síntoma!

Qué bueno que no tenga síntomas dolorosos, no son divertidos. Pero eso no significa que no esté infectado(a). Muchas personas contagiadas no tienen idea que haya algo mal. Mientras tanto, pueden transmitir la ETS a otras personas y sus sistemas reproductivos pueden sufrir daños graves.

¿Qué Hago Ahora?

En cuánto sea posible, visite a su médico, centro de salud o clínica de salud pública e infórmeles a qué enfermedad puede haber estado expuesto(a). Pida a la persona que le entregó este folleto que le ayude a identificar las opciones disponibles. *Si* usted visita al mismo profesional que trató a su pareja, toda la información se mantendrá confidencial. Ni usted ni su pareja tendrán acceso a la información del otro.

¡Para evitar reinfecciones, **no tenga relaciones sexuales**, hasta que los dos hayan terminado todos los medicamentos!

¿A Qué Tipos De Pruebas Nos Referimos?

Algunas enfermedades requieren una prueba de sangre, otras requieren un examen. Cada enfermedad de transmisión sexual tiene su propia prueba, de manera que asegúrese de informarle a su profesional clínico cuál ETS usted puede tener. Dado que las personas a veces tienen más de una enfermedad de transmisión sexual a la vez, su profesional clínico posiblemente quiera hacerle pruebas para más de una ETS en la misma visita.

Como tener una enfermedad de transmisión sexual puede aumentar el riesgo de infección de VIH, tal vez sea una buena idea que le hagan una prueba de VIH también. Hable con su médico o profesional clínico sobre la prueba de VIH.

¿No Puedo Creer Que Me Esté Ocurriendo Esto!

No está solo(a). Quince millones de estadounidenses son diagnosticados con una ETS cada año*. Muchos de ellos se enteran cuando alguien les dice, “visité la clínica y el resultado de la prueba fue positivo. Debes hacerte una prueba también”.

Por lo general es mortificante. Las personas pueden sentirse atemorizadas, avergonzadas, o sencillamente pasmadas. Es fácil enfadarse con su pareja. Quizá deba recordar que su pareja le informó, o se aseguró de que el departamento de salud le informara al respecto, porque le preocupaba su salud. Eso requirió mucho valor.

Recuerde: Sólo porque su pareja se hizo la prueba primero, no significa que se contagió primero. Por lo general no hay forma de saber quién infectó a quién.

*Kaiser Family Foundation/American Social Health Association. “STUs in America: How many Cases and at What Cost?” Research Triangle Park, NC, 1996.