

Cómo Prevenir Enfermedades de Contagio Sexual

Nota del Editor: Nuestras hojas de tips de entrenamiento de Tailgate están disponibles en inglés en www.gemplers.com.

PUNTOS PRINCIPALES:

- **Muchas personas con enfermedades de contagio sexual se ven sanas y no tienen síntomas.**
- **Las mujeres embarazadas pueden contagiar la enfermedad al bebé que está por nacer.**

Nota al instructor: Siga este texto o úselo como guía para conducir sesiones de entrenamiento de 10 a 15 minutos con sus trabajadores agrícolas/horticultura. Usted puede fotocopiar esta hoja para el uso personal de sus empleados. Sin embargo, tenga presente que no se puede publicar ni vender. Los siguientes son recursos de información adicional sobre Enfermedades por Contagio Sexual (ECS): Departamento de Salud local, clínicas de salud de inmigrantes, página Internet del Centro de Control de Enfermedades (CDC) – www.cdc.gov/std/ y las líneas de teléfono gratis del Centro de Control de Enfermedades de Contagio Sexual y SIDA – 800/342-2437 (inglés) o 800/344-7432 (español). Vea también nuestro Boletín de Consejos para Entrenamiento Informal *Qué Hacer Cuando un Compañero de Trabajo tiene SIDA (AIDS)*.



Muchas personas que tienen enfermedades de contagio sexual se ven sanas.

¿Qué es una enfermedad de contagio sexual (ECS)?

- Enfermedades de contagio sexual o ECS, son infecciones que se contagian al tener contacto sexual con otra persona que tenga la infección.
- Algunas ECS se pueden curar, pero otras no y pueden resultar en problemas de salud muy prolongados – en algunos casos hasta la muerte.
- Muchas personas que tienen ECS no lo saben porque se ven sanos y no tienen síntomas.
- Los hombres y las mujeres pueden infectarse con una ECS. Pero no se puede saber si alguien tiene una enfermedad de contagio sexual sólo mirando a esa persona.
- Las mujeres embarazadas también pueden contagiarse con una enfermedad de contagio sexual y pueden contagiar a su bebé que está por nacer.



Las mujeres y los hombres pueden tener enfermedades de contagio sexual.

¿Qué pasa con las Enfermedades de Contagio Sexual (ECS)?

- Hay muchos tipos diferentes de enfermedades de contagio sexual. Algunas de las que usted ya ha escuchado son el HIV o SIDA, Hepatitis B, sífilis, gonorrea, herpes y verrugas genitales.
- No se conoce ninguna cura para algunas de estas enfermedades como el HIV o SIDA y usualmente terminan en muerte.
- Otras pueden ser tratadas con medicamentos y se puede obtener buenos resultados.
- Dependiendo del tipo de enfermedad de contagio sexual, los síntomas incluyen, crecimiento de tejido, protuberancias, llagas dolorosas en los genitales, flujo o comezón; salpullido en la palma de las manos o en la planta de los pies; fiebre, glándulas hinchadas; dolor muscular; fatiga; dolor de estómago; pérdida de peso; o sensación de ardor al orinar.
- Si no se tratan las enfermedades de contagio sexual puede resultar en daño de algunos órganos: por ejemplo, corazón, hígado o cerebro; inhabilidad de coordinar movimientos musculares; inhabilidad de tener hijos; cáncer; ceguera gradual o aún la muerte.
- El bebé por nacer que está infectado con una enfermedad de contagio sexual puede nacer prematuramente o puede morir al nacer.



Los síntomas de las enfermedades de contagio sexual varían, pero puede sentirse dolor a los músculos y fatiga.

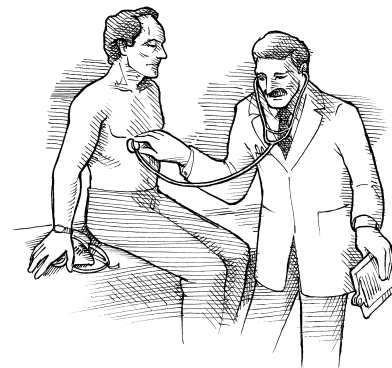
(Continúa al reverso)

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo respiradores, protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.

Cómo Prevenir Enfermedades de Contagio Sexual

Prevención de ECS

- Usted puede tomar algunas precauciones para reducir el riesgo de infectarse con una enfermedad de contagio sexual.
- Lo más importante es que los hombres usen condones fabricados de látex cada vez que tienen relaciones sexuales.
- Aunque los condones de látex no protegen contra todas las ECS, es la única protección más efectiva para casi todas. El farmacéutico o el personal de la clínica local pueden explicarle cómo usar en forma correcta un condón si usted no está seguro o si un condón está fabricado de látex o de otro material.
- Otra precaución importante es tener relaciones sexuales solamente con una pareja que usted conozca y en quien confíe. Esto no eliminará completamente su riesgo de contraer una enfermedad de contagio sexual ya que su pareja puede haber sido infectada por otra persona en el pasado. Pero limitando el número de personas con quien usted tiene relaciones sexuales reducirá su riesgo de contraer una enfermedad de contagio sexual.
- Es también importante saber que las enfermedades de contagio sexual no se contagian solamente teniendo relaciones sexuales sino también se contagian por otros tipos de contacto sexual, por ejemplo, sexo oral o por contacto de piel contra piel – por ejemplo, contacto de la piel con una verruga genital o llaga de sífilis.
- Si usted cree que tiene una enfermedad de contagio sexual, asegúrese de consultar a personal médico lo más pronto posible.



Consulte a un profesional médico lo más pronto que pueda si usted cree que tiene una enfermedad de contagio sexual.



Las enfermedades de contagio sexual NO SE contagian compartiendo con los compañeros de trabajo la comida o comiendo con los mismos utensilios o tomando bebidas del mismo vaso.

Más información sobre ECS

- Si usted cree que tiene una enfermedad de contagio sexual, es importante que no tenga relaciones sexuales hasta que le hagan un examen en la clínica. De otro modo, usted puede infectar a su pareja sin saberlo.
- Las enfermedades de contagio sexual **no pueden** contagiarse solamente por trabajar con una persona infectada, por compartir el mismo bebedero de agua, la sala del almuerzo, los baños, herramientas o máquinas, comiendo con los mismos utensilios o tomando líquidos de la misma taza.
- Si usted quiere hacer preguntas respecto a enfermedades de contagio sexual, incluyendo SIDA, llame al teléfono gratis del Centro nacional para Control de Enfermedades y le darán información en inglés o español. El número gratis para inglés es: 1-800-342-2437; el número para pedir información en español es: 1-800-344-7432.

¿Alguien quiere hacer alguna pregunta?

Nota al instructor: Deje tiempo para responder las preguntas de los participantes. Enseguida revise los puntos que **Debe** y **No Debe Hacer** con las **Enfermedades de Contagio Sexual**.

LO QUE DEBE Y NO DEBE HACER CON LAS ENFERMEDADES DE CONTAGIO SEXUAL

DEBE:

- Saber que cualquier persona puede contagiarse con una enfermedad de contagio sexual.
- Saber que si usted está embarazada puede contagiar la enfermedad de contagio sexual a su bebé que todavía no nace.
- Ver a un médico o profesional médico lo antes posible si usted cree que tiene una enfermedad de contagio sexual.

NO DEBE:

- Pensar que sólo mirando a una persona usted se dará cuenta de que esa persona tiene una enfermedad de contagio sexual. Muchas personas con enfermedades de contagio sexual se ven muy sanas.
- Pensar que usted puede contagiarse con una ECS sólo por el hecho de trabajar con una persona infectada.
- Tener miedo de hacer preguntas sobre las enfermedades de contagio sexual.

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo respiradores, protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.