

“¿De dónde salió esto?”

Respuesta: “No lo sé. Cualquiera de nosotros puede haber tenido esto durante un tiempo sin saberlo. Eso hace difícil determinar de dónde vino.”

“Pero, yo no he tenido ninguna secreción, ardor, chancro o dolor, de forma que no creo que tenga nada que ver conmigo.”

Respuesta: “Me alegra saber que no tienes dolores, pero eso no garantiza que no tengas nada. Te quiero y quiero que estés bien. La única forma de estar seguros es que vayamos a la clínica y te hagan un examen.”

Recuerde...

Concéntrese en los hechos de la enfermedad. En la mayoría de las enfermedades de transmisión sexual es muy difícil, si no imposible, determinar quién se contagió primero. **Lo importante es que toda persona expuesta puede estar infectada y debe hacerse la prueba y recibir tratamiento de inmediato.**

¿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 sus 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 bien 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.

Si busca lugares en Texas en los cuales se puede pedir examinarse para el VIH y otras enfermedades transmitidas por vía del sexo, llame al:

2-1-1

Para otras preguntas o información acerca del VIH y otras enfermedades transmitidas por vía del sexo, llame al:

1 (800) CDC-INFO

1 (888) 232-6348 (TTY)

Sitio de Internet:

www.dshs.state.tx.us/hivstd



Texas Department of State Health Services
1100 W. 49th St. Austin, TX 78756-3199
Stock No. 4-213A/Revised 4/07

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:

¿Y En Cuanto A Sus Parejas?



Usted no está solo(a).

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son infecciones que pasan de una persona a otra mediante contacto sexual.

- Una de cada cinco personas entre las edades de 15 y 55 años tiene una enfermedad de transmisión sexual.*
- Una de cada tres personas sexualmente activas tendrá una ETS para cuando haya cumplido los 24 años de edad.*
- 15 millones de estadounidenses son diagnosticados con una enfermedad de transmisión sexual cada año.*

Usted no creó esta infección. Le ocurrió a otra persona antes de que le sucediera a usted. Y ahora que ha ocurrido, veamos algunas de las preguntas que usted pudiera tener.

¿Quiénes Necesitan Saber Que Pueden Haber Estado Expuestos(as)?

Toda persona con quien usted ha tenido relaciones sexuales recientemente. Su profesional de la salud o consejero puede ayudarle a determinar cómo definir “recientemente”. Esto depende de diversos factores. Si la ETS que usted tiene se transmite en la sangre (como el VIH o la Hepatitis B), deberá saberlo cualquier persona con quien usted compartió una aguja.

¿Tengo Que Decírselo?

Necesitan saberlo. Muchas personas no presentan síntomas hasta después de que le transmiten la infección a otras personas o desarrollan problemas de salud graves. Muchos de estos problemas pueden evitarse si se informa a las personas de que corren un riesgo, se les hacen las pruebas y reciben tratamiento. Aunque su(s) pareja(s) se haya(n) hecho un examen médico reciente, probablemente no se hizo (hicieron) una prueba de ETS.

El Departamento de Salud puede notificar a las personas que posiblemente fueron expuestas y tal vez están infectadas con una enfermedad de transmisión sexual. Pídale a su profesional o asesor de cuidado de salud que le explique cómo funciona el proceso.

Quiero Decírselo A Mi Pareja, Pero No Sé Cómo Hacerlo.

Es una buena idea practicar con su profesional de la salud o consejero. Veamos algunas sugerencias que verdaderamente pueden representar una diferencia:

1. **Cuándo:** Seleccione un momento cuando su pareja pueda brindarle toda su atención. Necesitará tiempo suficiente. Cuanto antes se lo informe a su pareja, más pronto podrá hacerse un examen y recibir tratamiento.
2. **Dónde:** Seleccione un lugar tranquilo, privado y seguro. No quiere que le interrumpen y no quiere que otros le escuchen.
3. **Cómo:** Concéntrese en los hechos y en solucionar el problema. Evite las acusaciones y las confesiones.
 - **Diga:** “Mi prueba de *Chlamydia* ha resultado positiva”.
 - **No diga:** “Me contagiaste con *Chlamydia*”, ni “te he transmitido una ETS”.
 - **No diga:** “Tienes *Chlamydia*”. Sólo un profesional de la salud puede diagnosticar una ETS.
 - **Explique:** Muchas personas no manifiestan síntomas hasta después de haber transmitido la infección a otros o haber desarrollado complicaciones de carácter grave. La única forma de estar seguro(a) es hacerse una prueba, el diagnóstico y el tratamiento temprano pueden evitar problemas graves.
 - **Asegúrese de que su pareja sabe a cuál enfermedad de transmisión sexual se refiere usted:** Hay más de 40 ETS comunes y el tratamiento varía según la infección.
4. **¿Y ahora qué?** Su(s) pareja(s) deberá(n) obtener una evaluación médica lo antes posible. Puede visitar a un médico privado, un centro de cuidado de la salud o una clínica de salud pública. Pídale a su proveedor o asesor de cuidado de salud que le ayude a identificar las opciones de manera que pueda informar a su(s) pareja(s). Debe saber que si

su pareja visita al mismo profesional que le trató a usted, toda la información se mantendrá confidencial. Ni usted ni su pareja tendrán acceso a la información del otro.

Me Temo Que Se Enfadará/Molestará Mucho

Las personas pueden reaccionar de diferente manera cuando descubren que pueden tener una enfermedad de transmisión sexual. Algunas se enfadan. Otras se asustan o retraen. Muchas sienten vergüenza y bochorno. Usted conoce a su pareja. ¿Cómo suele hacerle frente a las malas noticias?

Procure usar un lenguaje amable y delicado. Asignar o asumir la culpa no le ayudará a comunicarse. **Si teme que su pareja pueda reaccionar de manera violenta, pida ayuda al Departamento de Salud. No se arriesgue.**

Ocurra lo que ocurra, recuerde dos puntos importantes:

1. Usted no puede controlar la reacción de su pareja, pero sí puede controlar su propio comportamiento. Usted puede conservar la calma aunque él / ella la pierda.
2. Piense antes de comenzar. Si cree que se le hará muy difícil, su profesional de la salud cuenta con personal adiestrado que puede informar a su(s) pareja(s) sin mencionarlo(a) a usted.

¿Cuales Son Algunas De Las Preguntas Más Comunes Que Mi Pareja Podría Hacer?

“¿Estoy infectado(a)?”

Respuesta: “Posiblemente. No hay forma de confirmarlo hasta tanto no te hagas la prueba.”

“¿Me transmitiste una enfermedad?”

Respuesta: “No sé quien se contagió primero. Sólo sé que mi prueba resultó positiva y que hemos tenido relaciones sexuales; eso significa que debes acudir a un médico para hacerte una prueba.”

*Kaiser Family Foundation/American Social Health Association, "STDs in America: How Many Cases and at What Cost?" Research Triangle Park, NC, 1998.