

Si quieres saber más acerca de STDs, puedes obtener más información en la clínica local de planificación familiar, o busca en estos sitios del Web:

- ✓ Defensores Para la Juventud (Advocates for Youth): www.advocatesforyouth.org
- ✓ Salud Reproductiva en el Internet (Reproductive Health Online): www.reproline.jhu.edu
- ✓ La Red de Salud para Hombres (The Men's Health Network): www.menshealthnetwork.org
- ✓ WebMD: www.webmd.com



Family Planning Council of Iowa

108 – 3rd Street Suite 220
Des Moines, IA 50309
515-288-9028
Fax: 515-288-4048
www.fpcouncil.com
e-mail: fpci@fpcouncil.com

Funded by the U.S. Department of Health & Human Services

Escrito en 2003 por Tom Klaus para el Consejo de Planificación Familiar de Iowa

**El Regalo
Ningún
Hombre
Quiere
Recibir...
o Dar**



**Enfermedades
Transmitidas
Sexualmente**

Bien, estas saliendo con esta persona estupenda, pero...

notas una pequeña lesión en tu piel bajo el pelo púbico. Puede ser un grano pero es un poco sensible y definitivamente es feo. Has oído del herpes pero no puedes creer que te lo pueda dar tu pareja. La pura verdad es que muchos hombres han tenido una experiencia similar. Tienen una lesión en/o alrededor de los órganos genitales; al orinar tienen problema o tienen dolor, y empiezan a pensar. Y a preocuparse. Hay un modo de ser íntimo sexualmente con alguien y estar libre de preocupaciones.

Esto es lo que debes saber:

Tú no eres un "Superman."

Tú ya lo sabes porque no andas luciendo el traje color azul con la enorme "S" en el pecho. Pero, "las balas no botan de tu pecho" y las enfermedades transmitidas sexualmente te persiguen como a cualquier otra persona.

¿Que quiere decir "enfermedades transmitidas sexualmente" (STD)? Un STD es una enfermedad que se puede pasar de una persona infectada a otra persona no infectada por medio del contacto íntimo sexual. Contacto íntimo sexual puede ser coito, sexo oral, sexo anal, y cualquier otra clase de toque íntimo sexual. Los STDs se pueden pasar por medio del intercambio de fluidos corporales o solo por contacto de piel a piel, si la pareja tiene lesiones, úlceras o piel infectada. Algunos STDs pueden tener síntomas que se ven y se sienten, pero otros no tienen ningún síntoma que se ve o se siente, no inmediatamente.

Okay, ¿estamos claros en que es un STD? ¡Bien! Vamos adelante.

A los STDs no les importa que tan seguido te bañes, cuanto dinero ganas, donde vas a la iglesia, la marca de tu carro, o cuantas parejas sexuales has tenido. Otro cosa, no hay un lugar donde puedes ir para evitar la posibilidad de infección, excepto abstinencia consistente. Tú puedes vivir en el campo diez millas del pequeño pueblecito más cercano y un STD siempre te puede encontrar si tienes relaciones sexuales.

La Mejor Defensa

Con STDs la mayor defensa es una ofensa muy buena. Te puedes proteger a ti mismo y a tu pareja cuando juegas bajo unas reglas sencillas de intimidad sexual.

Habla – Traten primero de conocerse muy bien para tener una conversación abierta y honesta de sus historias sexuales. Esto les da a ambos la primera indicación si hay razón para precaución extra.

Monogamia – Una palabra elegante para ser íntimo sexualmente con solo una persona y no tener relaciones con otras personas. Esto solo es tan bueno como el compromiso y confianza que tú y tu pareja sienten uno con el otro.

Examínate – El ser examinado para STDs es fácil, de bajo costo y confidencial. Ambos deben ser examinados. Si alguno de ustedes está infectado, el tratamiento necesita ser inmediato, antes de ser íntimo sexualmente.

Usa protección – Las mejores tres defensas contra enfermedades transmitidas sexualmente son usar el condón masculino de látex o el condón femenino cuando tienen relaciones, o simplemente no tengan relaciones. La Píldora, Norplant, Depo-Provera, u otro anticonceptivo hormonal no previene propagar enfermedad. Tienes tres buenas selecciones, los condones y la abstinencia. Escoge uno y úsalo cada vez de la manera correcta.

Ten un chequeo de salud anualmente – Recuerda, algunos STDs no se ven y no se sienten. Para saber si tienes un STD, tienes que ver a un médico.

¡No Tengas Pánico!

Ningún método de protección es 100% efectivo, aun ni la abstinencia sexual si no la practicas correctamente y consistentemente. Una infección todavía puede pasar por todas las defensas que han puesto tú y tu pareja. ¿Y que haces si te infectas?

Realmente, ¡no tengas pánico! Algunos STDs "crecen en casa." Esto quiere decir que ni tú ni tu pareja necesita tener relaciones sexuales con otra persona para contraer algunas infecciones.

Consulta un médico. Algunos STDs son fácilmente curados, otros no y desafortunadamente algunos no se pueden curar, aunque se pueden tratar los síntomas. Lo más pronto que descubras lo que tienes, más fácil es el tratamiento.

Dile a tu pareja. Tu pareja también necesita ser examinada y tratada inmediatamente. Tú puedes tener miedo que tu pareja pensara que no has sido fiel. No importa si has sido fiel o no, tu pareja necesita saber para el bien de ambos.

Dile a TODAS tus parejas. Aquí no se juzga. Solo decimos que si tienes más de una pareja, todas necesitan saber. Es lo más justo que hacer.

¡Oye, aquí hay unas buenas noticias!

Ya te examinaste y lo que parecía grano realmente solo era un grano. Muy bien, te sientes algo estúpido en hacer tan gran cosa de una cosa tan pequeña. En realidad era algo penoso pedir que el médico te examinara. Pero, ¿sabes que? pudiera haber sido una gran cosa, como herpes. La pena dura unos cuantos minutos pero algunos STDs, como herpes, duran la vida entera.

Quédate Tranquilo

Por otro lado, puedes recibir noticias acerca de un STD de tu pareja actual o anterior. No es la clase de cosa que quieres oír, ¿verdad? Absolutamente no. Entonces, ¿qué necesitas hacer?

Realmente, quédate tranquilo... muy, muy tranquilo. Ahora no importa COMO tu pareja contrató el STD, solo importa que ambos sean examinados y tratados. Puedes estar enojado, pero enfócate. Toma el examen, el tratamiento, y sigue adelante.

Si las noticias vienen de una pareja anterior, asegúrate que le digas a tu pareja actual que también necesita ser examinada y tratada.

Si las noticias son de tu pareja actual, sigue las órdenes del médico completamente y totalmente. Es importante que ambos sean curados de la infección, o que este controlada antes de ser íntimos sexualmente otra vez. Esta es la cosa...un STD puede rebotar de una persona a otra por meses si solo una persona es tratada o no se completa el tratamiento.

Toma precauciones extra. Si has estado dependiendo en tu habilidad de comunicar, en la monogamia o exámenes regulares para sentirte seguro contra la infección, también podrás empezar a usar un condón para protección adicional.