



Las Enfermedades Entéricas y la Salud Sexual

Nota: El material contiene lenguaje dirigido a lectores adultos

¿Qué son las enfermedades entéricas?

Las enfermedades entéricas afectan a su estómago o intestinos. Pueden causar síntomas como diarrea, fiebre o calambres abdominales. Las enfermedades entéricas pueden ser causadas por una variedad de gérmenes. Por lo general, estos gérmenes entran al cuerpo a través de la boca. Lo hacen a través de alimentos o agua contaminados, por contacto con animales o con su medio ambiente, o por contacto con las heces (popó) de una persona infectada. Con frecuencia, los gérmenes se propagan en los alimentos, el agua o las superficies a través de las manos de una persona infectada que no se ha lavado las manos adecuadamente después de ir al baño. Pero también es posible contraer estas infecciones a través del contacto sexual.

¿En qué forma el contacto sexual puede exponerle a las enfermedades entéricas?

Cualquier tipo de contacto sexual que lo ponga en contacto con heces, incluso si no se ve, es un riesgo de infección con uno o más de estos gérmenes. El sexo anal y el contacto oral-genital conllevan cierto riesgo, pero la estimulación oral como succionar o lamer el ano (anilingus, "beso negro") puede ser especialmente riesgosa.

¿Cómo puede reducir su riesgo de exposición a estos gérmenes durante el contacto sexual?

- Evite la actividad sexual con personas que tengan diarrea o que la hayan tenido recientemente. Algunos gérmenes aún pueden transmitirse entre 2 y 3 semanas después de que desaparecen los síntomas. Pregunte a su(s) pareja(s) si ha(n) estado enferma(s) recientemente antes de tener relaciones sexuales.
- Reduzca el contacto con heces fecales durante el sexo.
 - Lave sus genitales, su ano y sus manos antes y después de la actividad sexual.
 - Use barreras como condones o barreras bucales durante el sexo oral y el sexo oral-anal. Use guantes (de preferencia, de látex) durante la introducción de los dedos o el puño en el ano.
 - Use condones durante el sexo anal y sexo vaginal para ayudar a reducir el riesgo de contagiarse de otras enfermedades de transmisión sexual.

¿Qué más puede hacer para reducir su riesgo de exposición a estos gérmenes a través de otros tipos de exposición?

Para evitar contagiarse de estos gérmenes a través de cualquier tipo de exposición:

- Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia durante al menos 20 segundos, incluso:
 - Antes de comer
 - Después de ir al baño
 - Antes de cocinar
 - Después de ayudar a limpiar a otra persona que haya defecado (hecho popó)
 - Después de cambiar un pañal
- Evite tragar agua cuando nade en lagos, ríos o en el mar. Los lagos, ríos y el mar pueden estar contaminados con gérmenes provenientes de derrames de aguas negras, desechos animales y escurrimientos de agua después de la lluvia. Algunos gérmenes comunes también pueden vivir durante largos periodos en el agua salada. Para más información sobre las enfermedades por el uso recreativo del agua, visite [aquí](#).
- Cuando viaje al extranjero, tenga precaución con los alimentos y el agua. Recuerde lavarse con frecuencia las manos con agua y jabón.

Evitar los gérmenes entéricos también podría ser importante para su vida laboral. Los trabajadores que manipulan alimentos o medicamentos (chefs, meseros, personal de servicios de alimentos, proveedores de atención médica, etc.) y estén contagiados con estos gérmenes no pueden trabajar hasta que se hayan recuperado completamente y todos los síntomas hayan desaparecido. En general, según las normas de salud pública, **las personas que manipulan alimentos deben dejar de trabajar durante 72 horas después de que sus síntomas hayan desaparecido. Sin embargo, los lineamientos de exclusión pueden variar dependiendo del tipo de enfermedad.** Incluso, podría ser necesario que se les haga una prueba de laboratorio de sus heces (popó) para demostrar que ya no están infectados. Esto podría significar hasta varias semanas de no ir a trabajar (con frecuencia esas ausencias son ¡sin pago!).

Para conocer más sobre enfermedades entéricas específicas, visite www.bphc.org/AZ.



Boston Public Health Commission | Infectious Disease Bureau

1010 Massachusetts Avenue | Boston, MA 02118 | www.bphc.org | 617-534-5611