

Infecciones: Su reconocimiento y prevención

Algunas infecciones pueden provocar abortos espontáneos, nacimientos prematuros, daños al bebé y/o defectos de nacimiento. Muchas mujeres pueden tener una infección sin saberlo.

¿Qué infecciones pueden afectarme a mí y a mi bebé?

- Las infecciones de transmisión sexual (ITS) representan riesgos para las mujeres embarazadas y sus bebés.
- Alrededor de una de cada cuatro mujeres estadounidenses tiene herpes, pero la mayoría de ellas no lo sabe porque no presenta síntomas.
- Otras infecciones comunes son la vaginosis bacteriana e infecciones del tracto urinario (ITU).

¿Cuáles son algunos de los síntomas de infección?

- Entre los síntomas de ITU se hallan: dolor o ardor al orinar o la sensación de tener que orinar con urgencia.
- Otras infecciones pueden ocasionar síntomas como comezón o ardor en la vagina, secreción de olor desagradable de la vagina, o dolor abdominal o molestia durante las relaciones sexuales. No todas las infecciones ocasionan síntomas, de modo que es importante hacerse una prueba.

¿Qué puedo hacer para prevenir una infección vaginal?

- Hágase una prueba al principio de su embarazo y otra hacia fines del mismo. Las parejas deben ser evaluadas, recibir pruebas y ser tratadas.
- Si usted o su pareja recibieron tratamiento, pida que les hagan otra prueba para ver si están curados (“*test for cure*”).
- Protéjase empleando preservativos (condones).
- No utilice duchas femeninas.
- Para disminuir el riesgo de desarrollar infecciones del tracto

urinario e infecciones del riñón, beba ocho vasos de agua al día, orine antes y después de tener relaciones sexuales y no use sprays o polvos femeninos.

¿Qué otras infecciones pueden ser dañinas para mi bebé?

- La toxoplasmosis es una infección provocada por el consumo de carne a medio cocer. Cocine bien la carne hasta que no luzca rosa y lávese las manos antes y después de su elaboración. La toxoplasmosis también puede producirse al entrar en contacto con las heces de gato. Pídale a otra persona que limpie la arena del gato.
- El citomegalovirus (CMV) es un virus que se da comúnmente en las guarderías infantiles. Para evitar infectarse, lávese las manos con jabón después de entrar en contacto con la saliva de un niño o de tocar juguetes. Use guantes al momento de cambiar pañales o lávese bien las manos con jabón.

Para obtener más información

March of Dimes

www.marchofdimes.com

American Pregnancy Association

www.americanpregnancy.org/pregnancycomplications/

División de Salud Pública

<https://public.health.oregon.gov/DiseasesConditions/>

<https://public.health.oregon.gov/HealthyPeopleFamilies/ReproductiveSexualHealth>

Oregon 211info

Marque 211 ó 1-800-723-3638 para obtener derivaciones e información sobre pruebas

Centros para Control y la Prevención de Enfermedades

<http://www.cdc.gov/pregnancy/Spanish/infections-CMV.html>