

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

02

PRESERVATIVOS

08

EFECTOS SECUNDARIOS TARDÍOS
DEL TRATAMIENTO DE CÁNCER

12

INFOGRAFÍA

17

TIPS DE SALUD

18

EFEMÉRIDES Y CITA CÉLEBRE

19

DIRECTORIO DE INSTITUCIONES DE SALUD

20

CONTENIDO

Salud Universitaria es un boletín de publicación mensual de la Coordinación de Extensión Secretaría de Identidad y Responsabilidad Social Universitaria Istmo-Costa y Soconusco, Campus IV. UNACH. Boulevard Dr. Manuel Velasco Suárez esquina Príncipe Akishino. Solidaridad 2000. Tapachula de Córdova y Ordóñez CP 30798. Tel. (962) 62 8-44-72 ext. 106. Esteban Sánchez Martínez, responsable del área de Salud Universitaria. Campus IV. UNACH. Email: esteban.sanchez@unach.mx

Este documento tiene carácter meramente informativo.

Infecciones de Transmisión Sexual



Imagen de Freepik

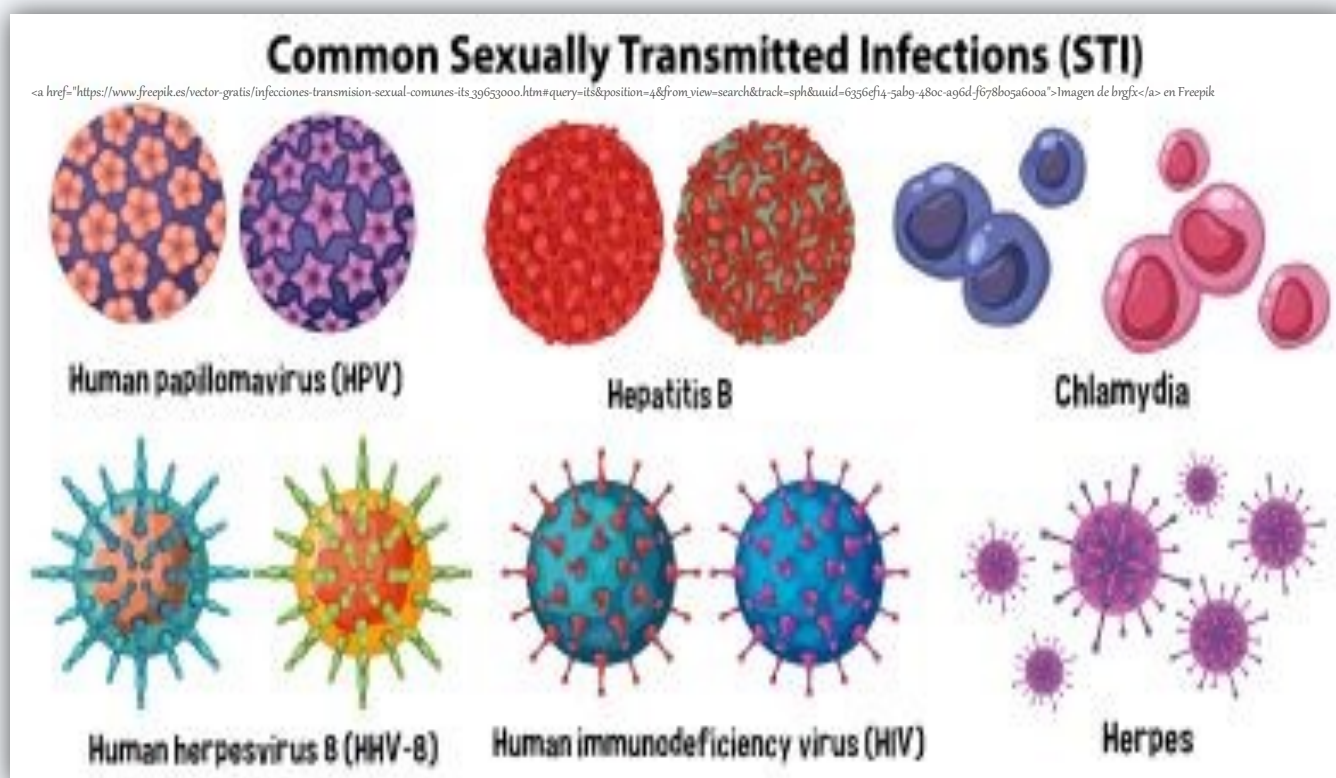
Las infecciones de transmisión sexual (ITS) se propagan predominantemente por contacto sexual sin protección. Según la información de la que se dispone actualmente, más de 30 bacterias, virus y parásitos diferentes se transmiten por contacto sexual, incluido el coito vaginal, anal o bucal. Algunas ITS también pueden transmitirse de la madre al hijo durante el embarazo, el parto y la lactancia.

Ocho son los agentes patógenos vinculados a la máxima incidencia de ITS. Cuatro de esas infecciones se pueden curar actualmente: la sífilis, la gonorrea, la clamidiosis y la tricomoniasis. Las otras cuatro son infecciones víricas incurables: la hepatitis B, la infección por el virus del herpes

simple (VHS), la infección por el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y la infección por el virus de los papilomas humanos (VPH). A ellas se suman los brotes emergentes de nuevas infecciones que pueden contraerse por contacto sexual, como la viruela símica, las infecciones por *Shigella sonnei*, *Neisseria meningitidis*, el ébola y el zika, así como la reaparición de ITS desatendidas como el linfogranuloma venéreo.

Magnitud del problema

Cada día, más de un millón de personas contraen una ITS. La OMS estima que, en 2020, hubo 374 millones de nuevas infecciones de alguna de estas cuatro ITS: clamidiosis (129 millones), gonorrea (82 millones), sífilis (7,1 millones) y tricomoniasis (156 millones).



Se calcula que el número de personas con herpes genital superaba los 490 millones en 2016, y que hay 300 millones de mujeres con infección por el VPH, la principal causa de cáncer de cuello uterino y de cáncer anal entre los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres. Cerca de 296 millones de personas padecen hepatitis B crónica en todo el mundo.

Más allá del efecto inmediato de la infección, las ITS pueden tener consecuencias graves:

- Algunas ITS, como el herpes, la gonorrea y la sífilis, pueden aumentar el riesgo de infección por el VIH.
- Pueden causar enfermedades neurológicas y cardiovasculares.
- La transmisión de una ITS de la madre al hijo puede causar muerte prenatal o neonatal, prematuridad e insuficiencia ponderal del recién nacido, septicemia, conjuntivitis neonatal y anomalías congénitas.
- La infección por el VPH causa cáncer de cuello uterino y otros cánceres.
- Se estima que en 2019 la hepatitis B causó unas 820 000 defunciones, principalmente por cirrosis o carcinoma hepatocelular.
- Algunas ITS, como la gonorrea y la clamidia, son causas importantes de enfermedad inflamatoria pélvica e infertilidad femenina.

- Además, las ITS guardan relación con la estigmatización y la violencia doméstica, y afectan a la calidad de vida.

Síntomas

Una persona puede tener una ITS sin síntomas evidentes de la infección. Cuando se manifiestan, los síntomas más comunes de ITS incluyen secreción vaginal anormal, secreción uretral, úlceras y bultos genitales, y dolor abdominal bajo.

Síntomas de ITS específicas

Blenorragia y clamidiasis:

Estas ITS causan cervicitis en las mujeres, uretritis en los hombres e infecciones extragenitales que incluyen manifestaciones rectales y orofaríngeas.

Los síntomas comunes pueden ser secreción vaginal o peneana y ardor al orinar.



Imagen de a href="https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-frontal-personas-lidiando-std-28694268.htm#query=infecciones%20de%20tra%20sexual&from_view=search&track=ais&uid=51244073-0924-405b-a17d-9b30433e4150">Freepik

Los lactantes de madres infectadas pueden contraer conjuntivitis neonatal debida a la exposición a infecciones de transmisión sexual durante el parto vaginal. Las infecciones rectales y faríngeas pueden ser asintomáticas.

Sífilis

La sífilis primaria se presenta como una úlcera única e indolora. La sífilis secundaria se manifiesta en forma de lesiones generalizadas en la piel, mucosas y ganglios linfáticos, en particular una erupción característica en las palmas de las manos y las plantas de los pies. La sífilis latente es asintomática y se identifica mediante prueba serológica.

Tricomoniasis

Los síntomas más frecuentes incluyen secreción

vaginal anormal con enrojecimiento de la vulva y relaciones sexuales con prurito y dolor.

Virus del herpes simple genital (HSV)

Se presenta generalmente en forma de llagas, vesículas o ulceraciones de los genitales externos y la boca. El HSV genital sintomático es una enfermedad permanente que se puede caracterizar por recurrencias sintomáticas frecuentes.

Virus linfotrópico T humano de tipo 1 (HTLV-1)

Generalmente asintomático, la forma crónica del HTLV 1 puede causar enfermedad grave, incluida la leucemia/linfoma de células T adultas y un trastorno progresivo del sistema nervioso conocido como mielopatía o paraparesia espástica tropical asociada al HTLV 1.

Prevención de las ITS

Métodos de barrera

Cuando se usan de forma correcta y sistemática, los preservativos son uno de los métodos más eficaces de protección contra las ITS, incluida la infección por el VIH. Los preservativos femeninos son eficaces y seguros, pero no se usan tan ampliamente en los programas nacionales como los masculinos.

Aunque son muy eficaces, los preservativos no ofrecen protección frente a las ITS que



Imagen de jcomp en Freepik

causan úlceras extragenitales (es decir, sífilis o herpes genital). Cuando sea posible, debe utilizarse un preservativo en toda actividad sexual vaginal y anal.

Asesoramiento y enfoques comportamentales

El asesoramiento y las intervenciones comportamentales son algunas medidas de prevención primaria de las ITS (incluida la infección por el VIH), así como de los embarazos no intencionales. Estas medidas incluyen:

- educación integral sobre la sexualidad e información previa a las pruebas de detección del VIH y de las ITS, así como asesoramiento después de estas pruebas;
- asesoramiento sobre actividades sexuales más seguras y de menor riesgo, y promoción del uso de preservativos;

- intervenciones basadas en evidencia dirigidas a la población clave, como trabajadores sexuales, hombres homosexuales y otros hombres que tienen relaciones sexuales con hombres (HSH), mujeres transgénero, personas en prisión y personas que se inyectan drogas;
- educación y orientación adaptadas a las necesidades de los adolescentes.

Además, el asesoramiento puede mejorar la capacidad de las personas para reconocer los síntomas de las ITS y aumentar la probabilidad de que soliciten atención o de que alienten a su pareja sexual a que lo haga. Lamentablemente, la falta de conciencia pública, la poca capacitación del personal de salud y el estigma generalizado y de larga data en torno a las ITS siguen impidiendo un uso más amplio y eficaz de estas intervenciones.



Foto de Karolina Grabowska: <https://www.pexels.com/es-es/foto/brazo-manos-salud-aguja-5207020/>

Vacunas y otras intervenciones biomédicas

Hay vacunas seguras y muy eficaces para dos ITS víricas: la hepatitis B y la infección por el VPH. A finales de 2020, la vacuna contra el VPH se había introducido en los programas de vacunación sistemática en 111 países, principalmente de ingresos altos y medianos. Para eliminar el cáncer de cuello uterino como problema de salud pública a escala mundial, de aquí a 2030 deben alcanzarse los objetivos de alta cobertura en la vacunación contra el VPH,

la detección y el tratamiento de las lesiones precancerosas y el tratamiento del cáncer, y mantenerse en ese alto nivel durante decenios.

La investigación para desarrollar vacunas contra el herpes genital y el VIH está avanzada y se están empezando a realizar estudios clínicos con varias vacunas experimentales. Cada vez hay más evidencias que indican que la vacuna para prevenir la meningitis (MenB) confiere protección cruzada contra la gonorrea.

Existen otras intervenciones biomédicas para prevenir algunas ITS, como:

- la circuncisión médica masculina voluntaria, la cual reduce el riesgo de contraer la infección por el VIH por contacto heterosexual en los hombres en aproximadamente un 60% y brinda cierta

protección contra otras ITS, como el herpes y el VPH.

- el empleo de microbicidas vía vaginal
- y el tratamiento de la pareja.

Diagnóstico

En los países de ingresos altos se usan ampliamente pruebas diagnósticas para las ITS con un alto grado de precisión. Estas pruebas son especialmente útiles para el diagnóstico de infecciones asintomáticas. Sin embargo, en los países de ingresos bajos y medianos, no se dispone de este tipo de pruebas de diagnóstico de forma generalizada.

Actualmente se cuenta con pruebas rápidas para la sífilis, la infección por el VIH y las hepatitis B y C.

Estas pruebas son precisas, se pueden obtener los resultados en 15 a 20 minutos y son fáciles de usar con un mínimo de capacitación. Varias pruebas rápidas más para otras ITS están en desarrollo y pueden llegar a mejorar el diagnóstico y tratamiento de las ITS, especialmente en entornos de recursos limitados.

Referencias:

Organización Mundial de la Salud (OMS). "Infecciones de Transmisión Sexual. Síntomas".
[https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/sexually-transmitted-infections-\(stis\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/sexually-transmitted-infections-(stis))

Organización Mundial de la Salud (OMS). "Infecciones de Transmisión Sexual. Síntomas".
https://www.who.int/es/health-topics/sexually-transmitted-infections#tab=tab_2

Organización Panamericana de la Salud (OPS). "Infecciones de Transmisión Sexual".
<https://www.paho.org/es/temas/infecciones-transmission-sexual#info>



Foto de cottonbro studio: <https://www.pexels.com/es-es/foto/chica-en-sudadera-con-capucha-rosa-con-mano-azul-spinner->

Preservativos

Foto de cottonbro studio: <https://www.pexels.com/es-es/foto/hombre-pareja-mujer-en-pie-6777800/>

Este documento tiene carácter meramente informativo

Los preservativos, cuando se utilizan correcta y sistemáticamente, son seguros y muy eficaces a la hora de prevenir la transmisión de infecciones de transmisión sexual, (ITS) incluida la infección por el VIH, y los embarazos imprevistos. Los preservativos son seguros, baratos y se encuentran ampliamente disponibles.

Existen preservativos externos (masculinos) e internos (femeninos) (también llamados preservativos externos y preservativos internos, respectivamente), que son eficaces cuando se utilizan correctamente. Los preservativos externos son los más habituales; se trata de una funda o recubrimiento delgado que se coloca sobre el pene

cuando está erecto antes de la penetración. También existen preservativos internos; estos consisten en una funda o recubrimiento delgado que se coloca y ajusta sin ejercer presión en el interior de la vagina antes de la penetración.

Cuando se utilizan preservativos, el uso de lubricantes personales reduce la probabilidad de que el preservativo se rompa, resbale o se deslice y se salga de su lugar, lo que aumenta la protección frente a los embarazos imprevistos y la mayoría de las infecciones de transmisión sexual, entre ellas la infección por el VIH. Se recomienda utilizar un lubricante a base de agua o silicona, ya que otros lubricantes, como el aceite de cocina, la mantequilla o la crema de manos, podrían hacer que el preservativo se rompa.

Los lubricantes permiten que las relaciones sexuales con preservativo sean satisfactorias y de calidad, tanto en el caso del sexo vaginal como, sobre todo, en el del anal. En general, el uso de lubricantes se acompaña de una reducción del dolor y de las molestias sexuales, y de una mejora de la satisfacción sexual femenina.

Eficacia

La eficacia de los preservativos depende de que se utilicen correctamente.



Son muy pocos los embarazos o infecciones que se producen a causa de deslizamientos o roturas. Los preservativos reducen considerablemente el riesgo de ITS cuando se utilizan de forma sistemática y correcta durante las relaciones sexuales, ya sean por vía vaginal, oral o anal.

Protegen contra las ITS que se propagan por medio de las secreciones, como el VIH, la gonorrea y la clamidiosis. También protegen contra las ITS que se propagan por contacto con la piel, como la sífilis, el herpes genital y el papiloma virus humano (VPH), siempre que el agente que causa la lesión entre en contacto con la zona cubierta por el preservativo. Si se utilizan correctamente cada vez que se mantienen relaciones sexuales, el 98% de las mujeres cuyas parejas masculinas utilizan preservativos masculinos estarán protegidas frente a embarazos imprevistos; cuando se utilizan

preservativos femeninos, esa protección asciende al 95% de las mujeres. A fin de garantizar su eficacia, los preservativos deben cumplir las normas ISO y las especificaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (FPNU).

Repercusión mundial

Los preservativos siguen siendo un instrumento esencial y eficaz de los programas de prevención de la infección por el VIH, otras ITS y los embarazos imprevistos. El uso del preservativo ha sido un medio fundamental para reducir la transmisión del VIH a nivel mundial. Además, se estima que cada año se evitan más de 300 millones de embarazos imprevistos mediante el uso de anticonceptivos, entre ellos el preservativo.

Recomendaciones antes de su uso

1) Condón externo o masculino

- Verifica la fecha de caducidad
- Abre el paquete cuidando no romper el condón
- Coloca el condón, sin desenrollar, en la punta del pene erecto
- Aprieta la punta del condón mientras lo extiendes hasta cubrir todo el pene, evitando que queden burbujas de aire pues pueden romper el condón durante la relación y

Foto de Karolina Grabowska: <https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-nina-adolescente-madre-6134926/>

En 2020, se registraron 374 millones de casos nuevos de infecciones de transmisión sexual en todo el mundo entre adultos de edades comprendidas entre los 15 y los 49 años; de ellos, uno de cada cuatro tenía cura: sífilis, clamidiosis, gonorrea y tricomoniasis. La mayoría de esos casos podían haberse evitado mediante el uso correcto del preservativo.

provocar escurrimientos

- Si el hombre no está circuncidado, debe empujar la piel del pene hacia atrás hasta liberar el glande (cabeza del pene)
- Después de la eyaculación y antes de perder la erección, el pene debe ser retirado de la vagina sujetando el extremo del condón, evitando que se derrame el esperma
- Usa un nuevo condón en cada relación sexual
- Los condones nunca deben ser reutilizados

2) Condón interno o femenino

- Revisa que la fecha de caducidad esté vigente, que la envoltura contenga aire y no esté rota.
- El empaque debe abrirse con los dedos, nunca con los dientes, ni uñas.
- Para su colocación el anillo cerrado del condón se sostiene entre los dedos pulgar y medio, en forma de ocho.
- Se inserta lo más profundamente posible dentro de la vagina.
- El anillo externo queda fuera de la vagina para proteger los labios mayores y el periné.
- Asegúrate de que el condón cubra perfectamente la vagina antes y durante la relación sexual.
- Para facilitar la relación sexual aplica lubricante a base de agua en el pene si es necesario.
- Después de la relación sexual y antes de incorporarte, gira el anillo externo para asegu-

rarte de que el semen permanezca en el interior, retira el condón jalando suavemente y envuélvelo en papel higiénico.

- Utiliza un condón femenino en cada contacto sexual.

Las desigualdades de género, especialmente en las relaciones íntimas, son un obstáculo importante para el uso del preservativo y deben atajarse.

Recuerda: el condón no es un accesorio, es tu mejor herramienta para disfrutar de manera segura y responsable. ¡Tu condón, tu protección!

Referencia:

Organización Mundial de la Salud (OMS). "Preservativos".

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/condoms>

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). "Preservativo o Condón Masculino".

<http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar/preservativo>

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). "Condón Femenino".

http://www.cnegsr.salud.gob.mx/contenidos/descargas/SSRA/InfoSS/1Condón_Femenino_Ficha_Informativa.pdf



Efectos secundarios tardíos del tratamiento de cáncer



Foto de Tima Miroshnichenko: <https://www.pexels.com/es-es/foto/sentado-doctor-hospital-enfermo-6010860/>

Los efectos tardíos son problemas que causa el tratamiento de cáncer pero que aparecen meses o años después del tratamiento. Estos problemas se relacionan con algunos tipos de tratamiento y con las dosis recibidas. Al igual que los efectos secundarios que ocurren durante el tratamiento, los efectos tardíos varían mucho de una persona a otra. Es posible que sus problemas sean muy distintos a los de otra persona, aunque tengan el mismo tipo de cáncer y reciban el mismo tratamiento.

Disminución de la masa ósea

La quimioterapia, los corticosteroides, la terapia hormonal o la radioterapia podrían hacer que los huesos estén más delgados. Con la radioterapia,

la disminución de hueso solo ocurre en la parte del cuerpo a la que se dirige el tratamiento.

Cambios relacionados con el cerebro

Es posible que algunos medicamentos de quimioterapia y la radioterapia dirigida al cerebro causen problemas en el pensamiento y el comportamiento varios meses o años después del tratamiento.

Según la parte del encéfalo que se trató, los efectos tardíos posibles incluyen los siguientes:

- Pérdida de memoria
- Problemas con matemáticas
- Problemas para concentrarse
- Procesamiento lento de información
- Cambios en la personalidad

- Problemas de movimiento

En casos muy raros, la radioterapia al cerebro causa necrosis por radiación. Este problema ocurre a veces cuando se forma un área de tejido muerto en el sitio del tumor cerebral. La necrosis por radiación causa problemas de movimiento, problemas para concentrarse, procesamiento lento de información y dolores de cabeza.

Cambios en el sistema endocrino

Es posible que algunos medicamentos para el cáncer y la radioterapia dañen partes del sistema endocrino. Algunas partes del



Foto de Nicolás Baris : <https://www.pexels.com/es-es/foto/hombre-chaqueta-retrato-problema-7926615/>

sistema endocrino que el tratamiento de cáncer podría dañar son la tiroides, los ovarios y los testículos. La radioterapia dirigida a la cabeza y el cuello quizás dañe la tiroides. La radioterapia dirigida a la pelvis quizás dañe los ovarios o los testículos. Estos problemas a veces aparecen muchos años después del tratamiento e incluyen menopausia precoz, infertilidad, tiroides poco activa, tiroides hiperactiva y aumento de peso.

Problemas de visión

Es posible que la quimioterapia, la terapia con hormonas, la inmunoterapia y los corticosteroides aumenten el riesgo de cataratas. Las cataratas nublan el cristalino (lente del ojo) y son un problema de visión. Las cataratas a veces causan visión borrosa o doble, sensibilidad a la luz y problemas de visión nocturna.

Algunos medicamentos de quimioterapia causan el síndrome del ojo seco. Esto es un problema que hace que los ojos no produzcan suficientes lágrimas. Los síntomas incluyen sentir que los ojos están secos o que hay algo adentro de los ojos.

Problemas de audición

El tratamiento con algunos medicamentos de quimioterapia y dosis altas de radioterapia dirigidas al encéfalo a veces causan zumbido

de oídos (tinnitus) o pérdida de audición que comienza meses o años después del tratamiento.

Problemas cardíacos

Es posible que algunos medicamentos para el cáncer y la radioterapia dirigida al tórax causen problemas cardíacos que no aparecen hasta años después del tratamiento. El tratamiento de cáncer quizás cause los siguientes problemas cardíacos:

Insuficiencia cardíaca congestiva, que es un debilitamiento del músculo del corazón. Las personas con esta afección a veces tienen falta de aliento, mareo e hinchazón de las manos o los pies.

Enfermedad arterial coronaria, que ocurre cuando los vasos sanguíneos pequeños que suministran sangre y oxígeno al corazón se vuelven estrechos.



Las personas con enfermedad arterial coronaria a veces tienen dolor de tórax o falta de aliento. El problema es más común en quienes reciben dosis altas de radioterapia en el tórax.

Cambios en las articulaciones

La radioterapia, algunos medicamentos de quimioterapia y los corticosteroides a veces forman tejido cicatricial en las articulaciones. Estos problemas quizás causen pérdida de movimiento en las articulaciones, como en la mandíbula, los hombros, las caderas o las rodillas. Si recibe radioterapia, estos problemas solo afectan la parte del cuerpo a la que se dirige el tratamiento.

Problemas pulmonares

Es posible que la quimioterapia y la radioterapia dirigida al tórax dañen los pulmones, pero podrían pasar años después del tratamiento hasta que note los problemas. Los sobrevivientes de cáncer que recibieron quimioterapia y radioterapia dirigida al tórax quizás corran un riesgo más alto de daño a los pulmones. El daño a los pulmones causa falta de aliento, sibilancias, fiebre, tos seca, congestión y sensación de cansancio. Avise al médico si tiene alguno de estos síntomas.

Linfedema

El linfedema es un problema que ocurre cuando el líquido linfático o linfa no circula en el cuerpo como debería, se acumula en los tejidos y causa hinchazón. Quizás corra riesgo de tener linfedema si se dañó alguna parte del sistema linfático al extirpar los ganglios linfáticos, o al recibir radioterapia en zonas donde hay muchos ganglios linfáticos. Es posible que el linfedema aparezca muchos años después del tratamiento.

Cambios en la boca

La radioterapia en la cabeza o el cuello y algunos de los medicamentos de quimioterapia a veces causan efectos tardíos en la boca. Los problemas incluyen sequedad en la boca, caries o disminución de la masa ósea en la mandíbula.



Foto de Vlada Karpovich: <https://www.pexels.com/es-es/foto/hombre-pareja-amor-gente>

Estrés postraumático

Enterarse de que tiene cáncer, recibir tratamiento de cáncer y vivir con cáncer causa emociones intensas y duraderas, además de muchas situaciones estresantes que se repiten a lo largo del tiempo. Es posible que estos sentimientos y situaciones sean abrumadores y causen estrés postraumático. Los síntomas del estrés postraumático podrían aparecer en cualquier momento, incluso años después del primer tratamiento de cáncer.

Los síntomas del estrés postraumático incluyen los siguientes:

- Tener pensamientos aterradores
- Tener problemas para dormir
- Estar distraído

- Sentirse hiperactivo
- Sentirse solo
- Perder el interés en las actividades de la vida diaria
- Sentir choque emocional, miedo, impotencia o terror

Segundos cánceres primarios

El tratamiento de cáncer a veces causa otro cáncer muchos años después de que terminó el tratamiento. Cuando aparece un nuevo cáncer primario en una persona con antecedentes de cáncer, se llama un "segundo cáncer primario".

Este cáncer no es lo mismo que un cáncer metastásico, que es un cáncer que se diseminó desde el lugar donde comenzó hasta otras partes del cuerpo. Los segundos cánceres primarios no son muy frecuentes. Cuando ocurren, no siempre son por el tratamiento de cáncer.

Si se detectan al principio, a veces se evitan los efectos tardíos o se controlan mejor. En general, llevar un estilo de vida saludable le ayudará a sentirse mejor y a controlar los efectos tardíos, como los problemas de corazón y pulmón.

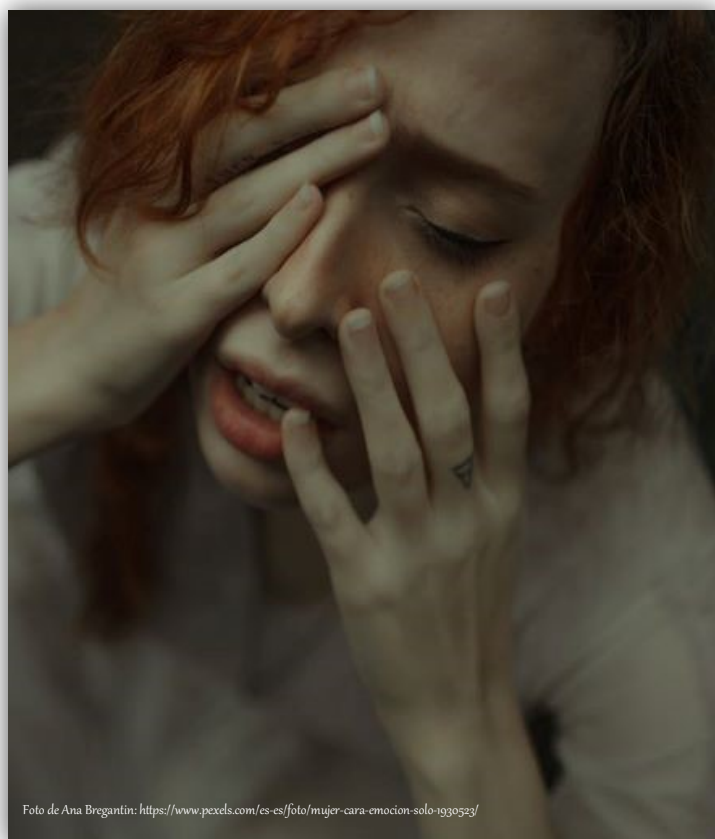


Foto de Ana Bregantín: <https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-carra-emocion-solo-1930523/>

Referencias

<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/sobrellevar/supervivencia/efectos-tardios>

INFOGRAFÍA

20/2/24, 19:53

Infografía.- ¿Qué es la Epilepsia? | Secretaría de Salud | Gobierno | gob.mx



#Epilepsia:

¿Qué es?

Enfermedad cerebral crónica, se caracteriza por convulsiones recurrentes como consecuencia de una descarga eléctrica excesiva en las neuronas.

Epilepsia idiopática:
se desconoce su causa.

Epilepsia secundaria o sintomática:
puede deberse a alteraciones genéticas.



Convulsiones:

- Episodios breves de contracciones musculares que pueden afectar sólo una parte del cuerpo o la totalidad del mismo.
- Puede existir pérdida de la conciencia y del control de esfínteres.

Prevención:

Para prevenir la epilepsia secundaria se debe:



Evitar traumatismos craneales.



Evitar fiebre de difícil control.



Recibir una adecuada atención perinatal.



Eliminar parásitos que puedan causar infecciones del sistema nervioso central.

Tratamiento:

Medicamentos anticonvulsivantes, ya sean adultos o niños(as).



#SaludEnNúmeros

- Este padecimiento afecta aproximadamente a 50 millones de personas en el mundo.
- Se estima que se presentan entre 4 y 10 personas por cada mil habitantes.

<https://www.gob.mx/salud/articulos/infografia-que-es-la-epilepsia>

3/4

TIPS DE SALUD

CÓMO AYUDAR A UNA PERSONA CON CONVULSIONES

SIGNOS DE UNA CONVULSIÓN

1. Cambios en la visión, la audición o el gusto.
2. Incontinencia
3. Morderse la lengua o lesionarse
4. Confusión, somnolencia o debilidad inexplicable
5. Pérdida del conocimiento o conciencia
6. Movimientos repentinos incontrolados en un brazo, pierna o todo el cuerpo.

COMO AYUDAR

- Mantenga la calma.
- Vea si la persona tiene una pulsera o un collar de identificación médica.
- Mida la duración de la convulsión con su reloj o teléfono.

- Mantenga a la persona segura. Aléjela o guíela para que evite objetos dañinos o afilados. Si la persona deambula, guíela para alejarla de situaciones peligrosas.
- Si no está despierta o consciente. Acueste a la persona en el suelo. Ponga a la persona de lado con la cabeza girada para ayudarle a respirar.
- Si está consciente, ayúdele a sentarse.
- Asegúrese de que la persona está respirando adecuadamente.
- Aflójele la ropa apretada alrededor del cuello
- Quítele las gafas o lentes.
- Coloque algo blando bajo su cabeza.
- No trate de impedir los movimientos de la persona ni de sujetarla. Esto puede causar lesiones y generar angustia.
- Nunca coloque algo en su lengua.
- Permanezca con la persona hasta que cese la convulsión y la persona se despierte.
- Quédese con la persona hasta que cese la convulsión y esté totalmente despierta y alerta después de la convulsión.
- La mayoría de las convulsiones duran sólo unos minutos. Si una convulsión dura más de cinco minutos, llame al 911.



Referencia:

Fuente: MedlinePlus, Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. "Cómo ayudar a alguien que está teniendo una convulsión"

<https://magazine.medlineplus.gov/es/art%C3%ADculo/como-ayudar-a-alguien-que-esta-teniendo-una-convulsion>

Organización Panamericana de la Salud (OPS). "Epilepsia".

<https://www.paho.org/es/temas/epilepsia>

Efemérides febrero 2024

04	Día Internacional contra el Cáncer
06	Día Internacional Contra la Mutilación Genital Femenina
07	Día para la Concienciación sobre el Síndrome de Ménière
11	Jornada Mundial del Enfermo
12	Día Internacional de la Epilepsia (2do. lunes)
13	Día Internacional del Condón
14	Día Mundial de la Cardiopatía Congénita
15	Día Internacional del Cáncer Infantil Día Internacional del Síndrome de Angelman
18	Día Mundial del Síndrome de Asperger
22	Día Mundial de la Encefalitis
27	Día Internacional del Trasplante de Órganos y Tejidos Día Mundial de la Anosmia
29	Día Mundial de las Enfermedades Raras (último día del mes)

<https://yiminshum.com/calendario-dias-fechas-salud-sanitaria-mundo-2024/>

CITA CÉLEBRE

"Si alguien desea una buena salud, primero debe preguntarse si está listo para eliminar las razones de su enfermedad. Solo entonces es posible ayudarlo".

Hipócrates

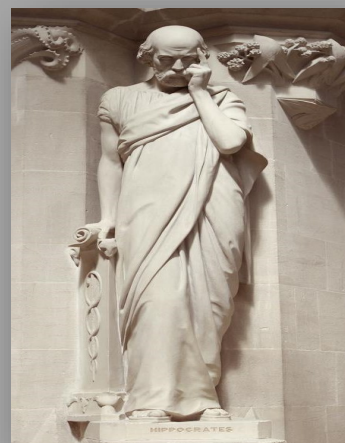


Foto de Doina Gavrilov: <https://www.pexels.com/es-es/foto/hombre-gente-mujer-arte-18087401/>

<https://www.psicooactiva.com/blog/80-frases-de-hipocrates-sobre-salud-y-medicina/>

DIRECTORIO DE INSTITUCIONES DE SALUD

Jurisdicción Sanitaria VII Carretera Antiguo Aeropuerto S/N. Tapachula, Chiapas. C.P. 30790	962 628 6886
ISSSTE, Clínica Hospital "Dr. Roberto Nettel Flores" Av. Tuxtepec y Oaxaca s/n. Fracc. Francisco Villa. Tapachula, Chiapas, C.P. 30740	962 626 1927
IMSS Hospital General en Tapachula Anillo Periférico, Esq. Carretera Costera. Tapachula, Chiapas. C.P. 30700	962 626 1915
ISSTECH Clínica Hospital Tapachula 5ta Ave. Sur y 20 Calle Oriente S/N. Tapachula, Chiapas.	962-625-3063
Cruz Roja Delegación Tapachula 9A Norte N/A. Tapachula, Chiapas. C.P. 30700	962 626 7644
Hospital General Tapachula Finca, Carretera Federal Tapachula - Pto Madero Km 10.5 s/n, Sta Teresa, 30807. Tapachula, Chis.	962 810 6080
Hospital Regional de Alta Especialidad "Ciudad Salud" Ctra. Tapachula Pto Madero S/N km. 15 + 200, Carretera Federal 225, Col. Los Toros, 30830	962 620 1100
Centro de Integración Juvenil 9a. Av. Norte No. 166. Col. Fracc. Jardines del Tacaná. Tapachula, Chiapas. C.P. 30720	962 626 1653
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones I (CECOSAMA I) Calle Vicente Guerrero, sin número. Colonia la antorcha. Tapachula, Chis. CP 30798. Casi esquina con Boulevard Akishino	9626284075
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones II (CECOSAMA II) Carretera antiguo aeropuerto, explanada del Hospital General, sin número. Tapachula, Chiapas. CP 30790	9626284029
Centro Ambulatorio para la Prevención y Atención en SIDA e Infecciones de Transmisión Sexual (CAPASITS) Calle Vicente Guerrero Lote 1 esq. con Boulevard Akishino. Fracc. la Antorcha Tapachula, Chiapas. CP 30798	962 628 4076
Protección Civil Municipal Carretera Puerto-Chiapas Km 6.3, Ejido Llano de la Lima. Tapachula, Chiapas, C.P. 30798	962 626 1085
Bomberos Tapachula 8a Avenida Sur S/N. Tapachula, Chiapas. C.P. 30700	962 625 2065
EMERGENCIAS	911