

Muchos tratamientos han sido probados y no han tenido éxito. Estos incluyen los ungüentos, vacunas, exposiciones a la luz, y el uso de las ondas ultrasónicas y la terapia del rayo láser.

d) Clamidia

Hay varias enfermedades parecidas agrupadas bajo el encabezado de clamidia.

Clamidia es una enfermedad común que causa inflamación de la uretra en el hombre y de la vagina en la mujer. Este grupo de enfermedades no es tan serio como la gonorrea, pero representa un gran problema de salud a causa de las complicaciones cuando la persona infectada no acude al médico.

La clamidia es transmitida por el contacto sexual directo y puede ser llevado de las manos a los ojos. La incubación es de cinco a 12 días después del contacto con alguna persona infectada.

Los síntomas de estas enfermedades son parecidas a los de la gonorrea. Los hombres presentan dolor al orinar y descargas seminales y las mujeres comezón vaginal, entre otros.

En los hombres, la clamidia que no es tratada y se prolonga puede dejar inflamación del pene y testículos. En las mujeres la enfermedad no tratada puede causar problemas complicados de salud, tales como la gonorrea. En los recién nacidos, el riesgo de contraer la neumonía y desarrollar infección en los ojos es alto, cuando la madre tiene clamidia.

La clamidia se trata fácilmente con antibióticos. Mientras en otras enfermedades de transmisión sexual, la pareja debe ser tratada o el compañero no tratado puede volver a infectar al compañero ya curado.

e) Vaginitis

La inflamación general de la vagina es llamada vaginitis. Hay varios tipos de vaginitis. En muchos casos la vaginitis puede ser causada sin tener contacto sexual. La infección con

frecuencia resulta de el uso de antibióticos o de cambios hormonales. Es posible que estas enfermedades puedan contagiarse debido al contacto con artículos infectados tales como ropa y toallas. La vaginitis es muy infecciosa cuando hay inflamación.

Las mujeres tienen inflamación vaginal descargas y comezón. Como en otras ETS, los bebés recién nacidos y no nacidos pueden ser infectados por sus madres. La vaginitis es fácil de tratar.

f) Chancroide

Es una bacteria no común de las ETS en la cual los síntomas en los hombres son parecidos a los de la sífilis y su incubación permanece de 3 a 5 días.

Un chancro aparece en el pene o en el área genital. Difiere del chancro sífilico ya que este es más doloroso.

Tocar el chancro causa sangrado. Si no son limpiados y tratados, destruirán todo el tejido que les rodea. Los nudos linfáticos cerca del chancro acumulan una gran cantidad de pus y pueden romperse en la presión más delicada.

Las mujeres pueden tener síntomas similares. En la mitad de los casos, aunque, las mujeres no tienen síntomas pueden presentar inflamación en la cervix.

Los doctores identifican la enfermedad tomando una muestra de la descarga de pus de un chancro. El tratamiento y control del chancro es fácil.

g) Las verrugas genitales

Una de las ETS común es la llamada verruga genital.

Las verrugas genitales son causadas por un virus y son transmitidas a través del contacto sexual. La condición de la incubación es cerca de 1 a 6 meses. Las verrugas son muy infecciosas aun cuando no son visibles.

Las verrugas pueden ser pequeñas, o pueden crecer juntas y parecer una coliflor.

Los doctores pueden tomar una muestra de la verruga para asegurarse que no es cancerosa.

Con frecuencia las verrugas no son tratadas hasta que empiezan a crecer o empiezan a incomodar a la persona.

Enfermedades infecciosas más frecuentes en los deportistas

a) Pie de Atleta

Es una infección algunas veces dolorosa causada por hongos que se produce por la piel húmeda entre los dedos; una persona se puede contagiar al utilizar baños públicos o comunitarios, por el uso de zapatos tenis de otras personas que padecen de esta enfermedad así como por la falta de higiene personal en

especial de los pies.

b) Sarna o Enteritis bacteriana

Es una infección producida por bacterias que afecta principalmente a la piel. Algunas de las causas de esta enfermedad son el usar ropa ajena y sucia, dejar en los lockers ropa húmeda y sucia y ser utilizada días posteriores. Además el usar equipos deportivos (toallas, ropa y otros objetos) que tienen contacto directo con la piel.

c) Amibiasis

Es una infección que ataca el sistema digestivo produciendo diarrea.

Algunas de las causas que producen esta enfermedad son: ingerir agua contaminada (no potable) en los campos deportivos. Consumir alimentos o frutas que son preparadas sin medidas higiénicas adecuadas o bien consumir aguas frescas que contienen hielo de barra que es fabricado con agua contaminada.

ACTIVIDADES DEL CAPÍTULO

1.- Contesta brevemente las siguientes preguntas:

1.- Define con tus propias palabras que son las enfermedades infecciosas.

2.- Describe 3 de las causas por las cuales se produce una enfermedad infecciosa.

3.-Cuál es la función de las vacunas para combatir las enfermedades infecciosas.

4.- Cuáles son las enfermedades infecciosas más comunes en tu entorno.

5.- Menciona 2 medidas preventivas contra las enfermedades infecciosas de transmisión sexual.

1)

2)

Relaciona ambas columnas colocando la letra que corresponda en el paréntesis de la izquierda.

- () Son organismos vivos que causan las enfermedades. a) Virus
() Organismos unicelulares formados por una pequeña cantidad de materia viva y se pueden duplicar cada 30 minutos. b) Pie de atleta
() Simple unidad de material genético, solo pueden vivir y multiplicarse dentro de la célula viva. c) Bacterias
() Son organismos que viven alimentados de o en otros animales. d) Defensas celulares
() Formas en las que se pueden propagar las enfermedades. e) Enfermedades de Transmisión Sexual
() Son defensas que tiene el cuerpo como la piel, las lágrimas, la saliva. f) Contacto directo e indirecto
() Es un tipo de resistencia heredada o adquirida para un patógeno específico. g) Hepatitis
() Son enfermedades que se transmiten por contacto sexual. h) Sarna
() Infección causada por hongos en la piel debido a humedad en los pies. i) Enfermedades genéticas
() Infección que ataca el sistema digestivo produciendo diarrea. j) Gripe
k) Inmunidad
l) Defensas estructurales
m) Parásitos animales
n) Amibiasis
ñ) Patógenos

III.- Escribe una historia donde un adolescente adquiere una enfermedad infecciosa. Menciona, además, cuál sería la forma de prevención más adecuada.

NOMBRE DE LA ENFERMEDAD:

TIPO DE ENFERMEDAD:

LUGAR DE CONTAGIO:

PARTE DEL CUERPO QUE SE AFECTA:

FORMA DE CONTAGIO:

MEDIDAS PREVENTIVAS:

Narración de la historia:

Lined area for writing the history of the disease.

Menciona 2 medidas preventivas contra las enfermedades infecciosas de transmisión sexual.

(1)

(2)

Músculo en tensión: pectoral mayor, menor y deltoides

Extiende los brazos hacia arriba y hacia atrás, lo más posible de forma pasiva y permanece así unos 20 segundos, sujetándolo en una red. La extensión puede efectuarse asimismo con la ayuda de un compañero que te sujete por las muñecas.

Nota: Este ejercicio puede efectuarse en su totalidad entre dos personas. Apoyar espalda contra espalda, tomarse de las manos y mantener los brazos estirados lateralmente. En primer lugar, haciendo tensión muscular activa, intentar presionar los brazos hacia adelante. Efectuar luego la extensión de los brazos separándose un paso al compañero y sujetándose fuertemente de los brazos.



Musculatura pectoral

Apéndice

Músculo en tensión: gemelos

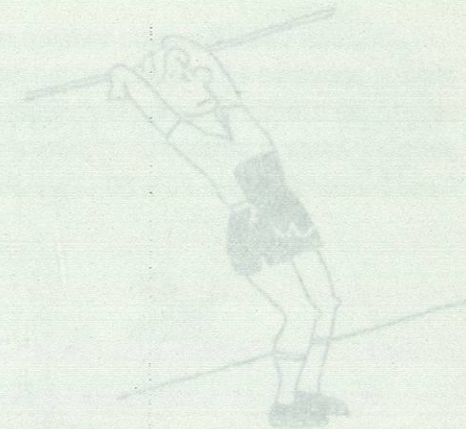
Con los pies juntos apoyar el cuerpo hacia adelante, con los brazos extendidos hacia adelante, lo más posible a fin de que la tensión se note en las pantorrillas. Permanece así de 20 a 30 segundos.



Musculatura de las pantorrillas

Músculo en tensión: Abdominales

Con los pies juntos apoyar sobre las manos. Dejar caer el cuerpo hacia atrás en la pared, un árbol o similar. Procura apoyarte lo más alto posible, a fin de hacer tensión en la parte abdominal.



Musculatura abdominal