

El VIH/Sida

- Es una enfermedad grave.
- La causa un retrovirus.
- Este retrovirus puede destruir poco a poco las defensas del cuerpo (Sistema Inmunitario)
- Mientras destruye las defensas, el cuerpo queda indefenso ante infecciones y enfermedades oportunistas.

Persona seropositiva

- Cuando se ha infectado con el VIH pero,
- Su sistema de defensas está todavía fuerte y no tiene enfermedades.
- Personas que a primera vista parecen sanas, pueden estar infectadas sin saberlo.

Persona con Sida

-Cuando ya no tiene casi defensas o tiene ciertas enfermedades, algunas de las cuales pueden causarle incluso la muerte.

-Todas las personas seropositivas y enfermas de Sida, aunque estén recibiendo tratamiento médico, tienen el VIH y pueden transmitirlo.

La mejor forma de protegerse
es la

PREVENCIÓN

No existe vacuna contra el virus del Sida,
aunque con tratamiento se puede retrasar
el desarrollo de la enfermedad

¿Cómo se transmite el VIH?

Líquidos corporales infectados

- 1.Sangre
- 2.Semen
- 3.Flujo vaginal

Puertas de entrada

- 1.En pequeñas lesiones, heridas y llagas de nuestra piel o dentro de la boca, garganta, uretra (por donde se orina), vagina, ano o recto.

Vías de Transmisión

EN LAS RELACIONES SEXUALES

- Penetración anal y vaginal sin protección (preservativo) con personas infectadas y,
- En el sexo oral, en menor medida.

Vías de transmisión

POR LA SANGRE

-Por compartir objetos punzantes o cortantes que puede haber estado en contacto con sangre infectada,

-Agujas

-Jeringuillas

-Maquinillas de afeitar

-Cuchillas

-Cepillos de dientes

Por eso, es importante **NO COMPARTIR**, los objetos de higiene personal, y utilizar agujas y jeringas de un solo uso o desinfectarlas con agua y lejía.

¿Cómo NO se transmite el VIH?

- A través de la piel (a no ser que haya alguna lesión, herida o llaga abiertas que entren en contacto con sangre o semen Infectado).
- El virus no puede vivir fuera del cuerpo humano.

Tampoco se transmite por:

- Darse la mano, abrazarse o besarse.
- Lágrimas, sudor, tos, estornudos, orina o heces.
- La ropa, los muebles, teléfonos, o por objetos de uso común.
- Los alimentos, los vasos o los cubiertos.
- Compartir duchas, lavabos o W.C.
- Picaduras de insectos u otros animales.
- Ni en los medios de transporte (autobuses, trenes y aviones).
- Ni en los lugares de trabajo, en las instalaciones deportivas o en los establecimientos públicos.

¿Qué es una práctica de riesgo?

-Aquella en la que el semen, flujo vaginal o sangre infectados entran en contacto con el torrente sanguíneo (heridas) de la pareja sexual.

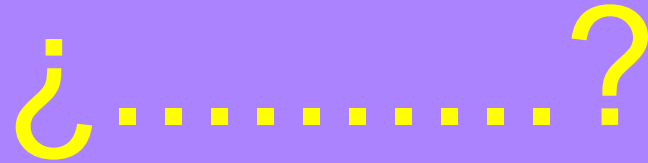
Una sola práctica de riesgo puede transmitir el virus del SIDA.

¿Cuáles son las prácticas de riesgo?

-Penetración anal y vaginal sin condón.

-Felación, especialmente si hay eyaculación dentro de la boca.

(Los besos, abrazos, caricias, masajes, masturbación mutua, no tienen ningún riesgo).



A algunos hombres no les gusta utilizar preservativos.

Debéis de saber que hacerlo sin condón os pone en riesgo de contraer el virus del Sida o una enfermedad de transmisión sexual, ya sea si penetras o eres penetrado o penetrada.

ES MUY IMPORTANTE:

- 1.Utilizar siempre condones en la penetración anal y vaginal, así como en la felación.
- 2.Tener una adecuada higiene bucal.
- 3.No cepillarse los dientes o pasarse el hilo dental antes de hacer sexo.

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH?

1. Usa siempre condones para la penetración anal y vaginal.
2. Evita que se eyacule en tu boca.

Si ha habido eyaculación en la boca:

- A) no te tragues el semen.
- B) escúpelo.
- C) enjuágate la boca con agua y
- D) no te cepilles los dientes.

Si quieres más protección, hay condones de sabores para la felación. Esta clase de condones NO sirven para la penetración.

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH?

Sexo en grupo:

El que penetra tiene que cambiar el condón si va a penetrar a otra persona, porque de lo contrario el condón podría transmitir a través de restos de sangre, el VIH, u otra enfermedad de transmisión Sexual, de una a otra persona.

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH?

Juguetes sexuales:

Es preferible usar uno para cada persona

Pero si los compartes:

A) debes de ponerle un condón nuevo cuando metas el consolador en otro ano o vagina.

B) después de usarlo lava el consolador con agua y jabón.

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH?

Si metes tus dedos en el ano de otra persona:

- Cuidado con los padrastrros de los dedos.

- Para más seguridad puedes utilizar un condón colocado en tus dedos.

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH?

Fist-Fucking (meter el puño por el recto o la vagina):

- Hay riesgo si existen lesiones, heridas o llagas en los dedos o mano.
- Es una práctica muy traumática que suele producir desgarros internos.
- Utiliza guantes de látex y mucho lubricante, no lleves anillos y ten las uñas bien cortadas y limadas. No debes utilizar cremas anestésicas.

Reglas de oro del Sexo más Seguro:

1. En la penetración anal o vaginal usa siempre condón desde el principio hasta el final.
2. En la felación, no eyacules en su boca ni que eyaculen en la tuya.

¿Cómo saber si te has infectado con el VIH?

La única forma de saberlo es con un análisis de sangre. Si has tenido alguna práctica de riesgo debes esperar tres meses (período ventana) antes de hacerte la prueba, porque ese es el tiempo que el cuerpo tarda en desarrollar los anticuerpos que la prueba detecta.

Un resultado positivo significa:

- Que la persona es VIH positiva.
- Que es portadora del virus y debe tomar precauciones para no transmitirle el virus a alguien más.
- Que debe acudir a un especialista para que valore su estado e inicie, si es necesario, un tratamiento.

Un resultado positivo NO significa:

- Que la persona tenga el Sida.
- Que necesariamente vaya a desarrollar el Sida.
- Que sea inmune al Sida por tener los anticuerpos.

Un resultado negativo significa:

-Que no se encontraron anticuerpos al VIH en la muestra de sangre.

Un resultado negativo NO significa:

- Que la persona no pueda tener el VIH, ya que puede haber errores en el análisis o que se ha realizado en el “periodo ventana”, en el cual no se detectan aún los anticuerpos en sangre.
- Que la persona sea inmune al VIH o sida.
- Que tenga resistencia a la infección.
- Que nunca vaya a desarrollar el Sida.

Una persona seropositiva necesita seguir haciendo sexo seguro.

La reinfección con el VIH puede hacer que se debilite el sistema de defensas y que algunos tratamientos para el Sida no sirvan.

¿Por qué hacerse la prueba del VIH?

Cuanto antes lo sepas antes podrás cuidarte y recibir tratamiento médico.

- La prueba del VIH es gratuita, voluntaria y confidencial.
- Es ilegal pedir una prueba de VIH para realizar cualquier trabajo o para conceder un permiso de residencia en España.
- Si decides hacerte la prueba, es importante que hables de ello con alguien en quien confíes y que te apoye.
- También puedes llamar a una línea telefónica de información, como por ejemplo el Info Rosa (96 391 3238) del Colectivo Lambda, para que te asesoren.

¿Dónde hacerse la prueba del VIH?

- En los Centros de Atención Primaria.
- En los CIPS, Centros de Información y Prevención del Sida:

CIPS Valencia: 96 3170445

CIPS Alicante: 96 5240563

CIPS Castellón: 96 4358349

Los preservativos

- Son fundas de látex para el pene.
- Los de mejor calidad se venden en farmacias, supermercados y Sex Shops.
- No te fíes de los que no son de marcas conocidas o muy baratos.
- Usa siempre un preservativo desde el principio hasta el final de la penetración

Los preservativos

- Después de usarlo tíralo a la basura, nunca al váter.
- El calor, el sol y la humedad deterioran el látex.
- Guárdalos en sitios secos y frescos y procura que no se estropeen en los bolsillos traseros de los pantalones o en la cartera.

En caso de que se rompa o deslice un condón dentro del recto o la vagina

Si no ha habido eyaculación:
no te asustes, el riesgo es bajo.

Espera tres meses para hacerte la prueba de anticuerpos anti-VIH

En caso de que se rompa o deslice un condón dentro del recto o la vagina

Si ha habido eyaculación:

- Puedes ir al váter y expulsar el semen que haya quedado dentro del recto.
- Lávate solo con agua, con suavidad y evitando hacerte alguna herida.
- No uses jabón ni ninguna otra sustancia irritante.
- Espera tres meses para hacerte la prueba de anticuerpos anti-VIH.

En caso de que se rompa o deslice un condón dentro del recto o la vagina

Si la otra persona es seropositiva:

-Intenta contactar con su médico lo antes posible y dile lo que ha pasado.

-Él te dirá qué hacer. Existe un tratamiento post-exposición.

Instrucciones del uso del condón

- Corta el envoltorio con los dedos cuidadosamente haciendo a un lado el preservativo para evitar romperlo, especialmente con objetos puntiagudos, tales como uñas, dientes o tijeras.
- Pellizca la punta del condón mientras se desenrolla para sacar el aire y dejar espacio para el semen.
- Colocar el condón desenrollándolo directamente en el pene erecto hasta su base (no desenrollarlo antes de colocarlo). Pon lubricante, cuanto más mejor, en el preservativo desenrollado y en el ano o la vagina de la otra persona.
- Después de la eyaculación, sostener el borde del condón y sacar el pene antes de que pierda la erección para evitar que el condón se deslice y quede dentro. Sacar el pene del condón sin derramar el semen.
- Finalmente tira el condón a la basura, no al WC.

Sobre los lubricantes

- Facilitan la penetración anal o vaginal.
- Las mujeres producen un lubricante natural que es el flujo vaginal.
- El recto, tanto de hombres como de mujeres, no produce lubricantes naturales por lo que con el frotamiento del pene con el recto el condón puede romperse.
- Utiliza lubricantes que sólo sean solubles en agua (hidrosolubles) y cómpralos en farmacias o Sex Shops

Sobre los lubricantes

- La vaselina, las cremas hidratantes, los aceites corporales, las cremas solares o la mantequilla deterioran el látex haciendo que el condón se rompa.
- Hay gente que utiliza la saliva como lubricante, pero no es ni suficiente ni adecuada.
- Cuanto más lubricante uses menor riesgo de rotura.

El alcohol y las drogas pueden provocar prácticas de riesgo ya que puedes olvidar usar el condón.

El sida no tiene nada que ver con el sexo en sí mismo o con la droga, ni por supuesto con la opción sexual, sino con la naturaleza del VIH, que utiliza unos determinados vehículos de entrada en el organismo humano.

Es necesario romper los tabúes que protegen falsamente a ciertas personas, haciéndolas creer que están al margen del problema y libres de transmisión.

La solución a los problemas relacionados con el VIH/Sida no sólo está en manos de la ciencia, sino de todos nosotros modificando actitudes absurdas y desterrando tabúes y prejuicios.

El sida es una enfermedad más ante la cual hay que tener una actitud solidaria y responsable.

Cualquier persona puede ser portadora del VIH. Cada persona debe estar a la cabecera simbólica de quienes ya sufren la enfermedad.

La solidaridad es una de las mejores formas de combatir la enfermedad.

Toda la colectividad representa una fuerza excepcional que es necesario movilizar para controlar el VIH/Sida.

Erradica el miedo infundado en tu vida y en la de tu contexto. La información clara y veraz sigue siendo la mejor solución a los problemas del VIH/Sida.