

¿Cómo se transmite el VIH?

Sólo cuatro fluidos, la sangre, el semen, las secreciones vaginales y, en menor medida, la leche materna de las personas infectadas tienen una concentración suficiente de VIH como para transmitirlo.

Además, para que se produzca la infección es necesario que el VIH entre en el organismo, y ello únicamente se produce cuando estos fluidos entran en contacto con la sangre o las mucosas (revestimiento del interior de la boca, vagina, pene y recto) de una persona.

La infección puede transmitirse por las siguientes prácticas:

1. Relaciones sexuales con penetración (anal, vaginal u oral) sin preservativo. Cuando una persona presenta otras infecciones de transmisión sexual (como gonorrea, sífilis, herpes, etc.) el riesgo de infección por VIH aumenta. Cuantas más relaciones sexuales sin protección se tengan, mayor es el riesgo de infección del VIH u otras infecciones de transmisión sexual.

2. Uso compartido de jeringas, agujas, otro material de inyección o cualquier instrumento cortante que haya estado en contacto con sangre infectada. Igualmente, el VIH se puede transmitir al compartir los instrumentos que se usan para los tatuajes, la acupuntura, el piercing, la perforación de orejas, etc.

3. Por vía materno-infantil. Una madre infectada por el VIH puede transmitir el virus a su futuro hijo/a, durante el embarazo, parto o lactancia.

El virus del sida NO se transmite en ningún caso...

-Por lágrimas, sudor, tos, estornudos, alimentos, ropa, cubiertos, o por objetos de uso común.

-Por darse la mano, abrazarse o besarse profundamente.

-Por compartir duchas, lavabos o WC en piscinas, instalaciones deportivas, lugares de trabajo, colegios y establecimientos públicos.

-Por animales, mosquitos u otros insectos.

-Por donar o recibir sangre, en los países en los que la donación está adecuadamente controlada.

Actúa

TELÉFONOS GRATUITOS

CRUZ ROJA: 900 111 000 **900-ROSA: 900 601 601**

ANDALUCÍA
Programa Andalúz de Actuaciones ante el VIH
Dirección General de Salud Pública y Participación
Avda. de la Innovación, s/n
Edificio Argem, 1-1ª planta
41071 Sevilla
Tel.: 955 006 569 - 955 006 300
Tel.: gratuito de información sobre sida: 900 850 100

ARAGÓN
Departamento de Salud y Consumo
Programa de Prevención y Control de la Infección por VIH/sida
Dirección General de Salud Pública
C/ Ramón y Cajal, 68
50004 Zaragoza
Tel.: 976 439 988 - 976 715 266 (Sida)
976 715 000 (centralita)

ASTURIAS
Dirección General de Salud Pública
Programa Regional de Control de la Infección VIH/sida
C/ General Elorza, 32
33001 Oviedo
Tel.: 985 668 967 - 985 338 832
(Comité Ciudadano Antisida)

BALEARES
Conselleria de Salut i Consum
C/ Cecilio Metelo, 18
07003 Palma de Mallorca.
Tel.: 971 176 868

Centre Insular de Sanitat de Menorca
Avda. de José María Cuadrado, 17-1º
07703 Maó (Menorca).
Tel.: 971 360 426

Centre Insular de Sanitat d'Eivissa
Via Romana, 81
07800 Eivissa.
Tel.: 971 306 700

CANARIAS
Dirección General de Salud Pública
Servicio de Promoción de la Salud
Rambla General Franco, 53
38005 Santa Cruz de Tenerife.

Centro de Atención en Tenerife
C/ San Sebastián, 75
38005 Santa Cruz de Tenerife
Tel.: 922 279 397 - 902 114 444

Centro de Atención en Gran Canaria: Cruz Roja Española
Muelle Deportivo s/n
Las Palmas de Gran Canaria.
Tel.: 902 114 444

CANTABRIA
Dirección General de Salud Pública
C/ Federico Vial, 13
39071 Santander
Tel.: 942 207 745 - 942 207 732

CASTILLA LA MANCHA
Consejería de Sanidad
Dirección General de Planificación y Atención Sociosanitaria
Avda. de Francia, 4
45071 Toledo.
Tel.: 925 389 200

CASTILLA Y LEÓN
Dirección General de Salud Pública e Investigación, Desarrollo e Innovación
Consejería de Sanidad
Paseo Zorrilla, 1
47071 Valladolid.
Tel.: 983 413 600

CATALUÑA
Programa per la Prevenció i la Assistència de la Sida
Dirección General de Salud Pública
Departament de Salut
C/ Roc Boronat, 81-85
08005 Barcelona.
Tel.: 93 551 36 41
Tel. gratuito de información sobre sida 900 212 222
(ámbito autonómico)

EXTREMADURA
Dirección General de Atención Sociosanitaria y Salud
Oficina de Coordinación de Sida
Avda. de las Américas, 1
06800 Mérida (Badajoz).
Tel.: 924 38 26 20 - 900 210 994

GALICIA
Consellería de Sanidade
Dirección Xeral de Saúde Pública
Servicio de Prevención e Control das Enfermedades Transmisibles
Edificio Administrativo San Lázaro s/n
15781 Santiago de Compostela (A Coruña)
Tel.: 981 542 914

MADRID
Dirección General de Atención Primaria
Julán Camarillo, 4, edificio 4B, planta 2
28037 Madrid.
Tel.: 91 205 29 31/32

MURCIA
Consejería de Sanidad
Dirección General de Salud Pública
Programa de Educación Sanitaria sobre Sida
C/ Ronda de Levante, 11 - planta baja
30008 Murcia.
Tel.: 968 235 141

Unida de Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de enfermedades de transmisión sexual y VIH
Pza. de San Agustín, 3
30201 Cartagena
Tel.: 968 32 66 75

Tel. gratuito de información Sida 900 706 706 (ámbito autonómico no móviles)

NAVARRA
Instituto de Salud Pública
C/ Leyre, 15
31003 Pamplona - Iruña.
Tel.: 848 423 396

PAÍS VASCO
Plan de Prevención y Control del Sida
OSAKIDETZA
Avda. de Navarra, 4
20013 San Sebastián.
Tel.: 943 006 464

LA RIOJA
Plan de Prevención y Control de la infección por VIH/Sida
Dirección General de Salud Pública
Consejería de Salud
C/ Gran Vía, 18
26071 Logroño.
Tel.: 941 291 197

COMUNIDAD VALENCIANA
Servicio Plan del Sida
Conselleria de Sanidad
C/ Micer Mascó, 31-33
46010 Valencia.
Tel.: 963 866 695
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 702 020

CEUTA
Plan sobre Sida
Consejería de Sanidad y Consumo
C/ Juan de Juanes, 4
51002 Ceuta.
Tel.: 956 503 359
Tel. gratuito de información sobre Sida: 900 152 368

MELILLA
Dirección General de Sanidad y Consumo
Consejería de Bienestar Social y Sanidad
Ctra. Alfonso XIII, 52-54
52005 Melilla.
Tel.: 952 97 62 51

Actúa

行动起来 تصرف

Actua Actúa

Aurre egin Dziaľaj

Deliver S'activer

ACȚIONEAZĂ вземи мерки

Справиться с делом

Detén el sida. Unidos podemos.

Información
900 111 000

Día mundial del sida, 1 de diciembre.

20
1988-2008
ANIVERSARIO



ONUSIDA
PROGRAMA COORDINADO DE LAS NACIONES UNIDAS SOBRE EL SIDA

ACTUAR
UNIRSE
PAÍS
PAÍS
PAÍS
PAÍS

CEUTA
CEUTA
CEUTA
CEUTA

worldaids
campaign

GOBIERNO DE ESPAÑA
INSTITUTO COORDINADOR

www.msc.es

Actúa

Desde 1988, el 1 de diciembre se conmemora el Día Mundial del Sida. Hace ya 20 años que este día se destina a la concienciación pública sobre la infección por el VIH. Este año su tema es el liderazgo. En el año 2001 todos los países del mundo prometieron detener el sida para el año 2015. A fin de lograrlo, todas las personas tenemos que comprometernos también. El lema propuesto para este año es: **“ACTÚA. DETÉN EL SIDA. UNIDOS PODEMOS”**.

Quizás pienses que DETENER EL SIDA es tarea de otros/as pero UNIDOS PODEMOS evitar la propagación del VIH. Hay muchas cosas que tú también puedes hacer en el Día Mundial del Sida. **¡Actúa!**

Respetar a las personas con VIH.

La respuesta al VIH es responsabilidad de todos/as y tú puedes contribuir a detener el sida respetando los derechos y no discriminando a las personas con VIH.

Las personas con VIH son iguales a las personas que no están infectadas por este virus. Tienen derechos: derecho a una vida digna sin ser discriminadas, a ser atendidas en los servicios sanitarios, a tener un empleo, una vivienda y un seguro, y a ser queridas por sus familias y amigos/as.

Las personas vulnerables, incluyendo a las personas que se inyectan drogas, las que ejercen la prostitución o cualquiera cuyo comportamiento esté criminalizado a menudo tienen menor acceso a la información y a los servicios sociosanitarios. Como consecuencia, a veces no pueden o no quieren acceder a las medidas de prevención, diagnóstico, apoyo y tratamiento. Respetar los derechos de todos/as.

No discriminar a las personas que están infectadas por el VIH o que son vulnerables a la infección es un aspecto fundamental en la prevención y el tratamiento del VIH.

Usa preservativo.

El preservativo, cuando se usa correctamente, constituye una protección eficaz contra la transmisión del VIH, otras ITS y los embarazos no deseados.

Las relaciones sexuales (vaginales y anales) suponen riesgo de infección por VIH y otras ITS (Infecciones de Transmisión Sexual).

El riesgo de infección por VIH existe tanto para el que penetra como para la persona que es penetrada, aunque es mayor para esta última, y aumenta con la presencia de lesiones genitales e ITS.

Si tienes relaciones sexuales con penetración anal o vaginal con alguna persona con VIH o que no sabes si está infectada por el VIH usa siempre un preservativo.

En el sexo oral, la transmisión del VIH puede ocurrir si te eyaculan en la boca. También hay riesgo de transmisión de otras ITS (gonorrea, sífilis). Para no infectarte por el VIH puedes usar un preservativo o evitar la eyaculación en la boca.

Hazte la prueba del VIH.

Es importante realizarse la prueba del VIH si las prácticas sexuales no han sido seguras o si quieres dejar de usar el preservativo con tu pareja.

En España se estima que hay entre 120.000 y 150.000 personas con VIH, de las cuales una cuarta parte aún no lo sabe. Esto significa que más de 35.000 personas podrían transmitir el VIH a sus parejas sin saberlo.

Conocer tempranamente un resultado positivo a la prueba del VIH permite beneficiarse del seguimiento médico, acceder a un tratamiento eficaz que mejora la calidad de vida y aumenta la supervivencia, y adoptar las medidas necesarias para evitar la transmisión de la infección. Hoy en España el 40% de las infecciones por VIH se diagnostican muy tarde, cuando ya han desarrollado la enfermedad.

La prueba del VIH consiste en un análisis de sangre que detecta los anticuerpos que el organismo produce en respuesta al VIH.

La prueba del VIH no te la pueden hacer sin tu permiso, su resultado es confidencial, y también puede hacerse de forma anónima. Esta prueba es gratuita en todos los centros sanitarios de la red pública. Además, en los centros de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) no te pedirán la tarjeta sanitaria.

Actúa

“¿Y qué más puedo hacer?”

- Informarte sobre cómo prevenir el VIH.
- Combatir el estigma y la discriminación.
- Conocer los compromisos que han adquirido nuestros representantes políticos.
- Llevar un lazo rojo y pedir a los/as demás que hagan lo mismo.