

Si me besas,
te transmitiré
ternura

Día Mundial del Sida

Documento Informativo para población general

Noviembre 2009

1 de Diciembre,
Día Mundial del SIDA



HIESaren atzean BIZIA dago • Darrera de la SIDA hi ha molta VIDA
Detrás da SIDA hai moita VIDA • Atrás do SIDA, há muita VIDA
A whole lifetime behind AIDS • Il y a de la vie derrière le SIDA
СПИД: НА ЭТОМ ЖИЗНЬ НЕ КОНЧАЕТСЯ • Z AIDS można jeszcze długo żyć
СЛЕД СПИН ЖИВОТЪТ ПРОДЪЛЖАВА • خلف السيدا يمكن للحياة أن تبدو مجيدة
Există viață după SIDA • 艾滋背后, 生命无限



¿Por qué se celebra el Día Mundial del Sida?

Esta jornada pretende **sensibilizar al mundo entero de la importancia de esta enfermedad**, de sus consecuencias y de la necesidad de incrementar las medidas para frenarla. Es una oportunidad para pedir a los gobiernos, las instituciones y a la ciudadanía su implicación en las medidas de prevención y tratamiento.

Es necesaria su celebración anual por la magnitud dramática de la epidemia y las graves consecuencias que tiene para el bienestar y desarrollo de las personas, grupos de población y sociedades más afectadas.

¿Qué causa el sida?

El sida es una enfermedad transmisible producida por un virus llamado “VIH” (Virus de la Inmunodeficiencia Humana). Se presenta cuando el virus ha destruido las defensas del organismo hasta tal punto que facilita la aparición de infecciones oportunistas y de algunos tipos de cáncer.

Al entrar el virus en el cuerpo, generalmente no aparece ningún síntoma de enfermedad o éstos son muy inespecíficos. Pero las personas infectadas por el virus producen anticuerpos frente al mismo y éstos pueden ser detectados en su sangre mediante un análisis. Sin embargo, es necesario que pasen años hasta que aparezcan infecciones oportunistas o determinados cánceres, momento en el que decimos que la persona con VIH tiene sida. Por ahora la infección por VIH no tiene un tratamiento curativo eficaz, pero existen tratamientos que frenan la actividad del virus y en la mayoría de los casos permiten vivir muchos años sin complicaciones graves. Aún así hay que recordar que el sida es una enfermedad muy seria y potencialmente mortal.

¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH se transmite por las siguientes vías:

- Vía sexual, a través del semen o de las secreciones vaginales que contengan el virus.
- Vía sanguínea, a través de jeringuillas u otros materiales de inyección contaminados con sangre infectada.
- Vía vertical, de una madre infectada a su hijo/a durante el embarazo, el parto o al dar el pecho.

No se ha detectado transmisión a través de los siguientes mecanismos:

- Aire, agua.
- Contacto con una superficie ambiental.
- Picaduras de insecto.
- Saliva, sudor, lágrimas.
- Convivencia habitual en el hogar, trabajo y en la escuela.

La transmisión/adquisición de la infección depende por tanto del comportamiento de cada persona, aunque dicho comportamiento está a su vez condicionado por cuestiones sociales

y culturales que hacen que algunas sociedades, grupos de población e individuos se encuentren en una situación de mayor vulnerabilidad a la transmisión del virus. La desigualdad entre hombres y mujeres, la discriminación que sufren algunos colectivos, el estigma de las personas afectadas o la pobreza son factores determinantes en la aparición y repetición de estos comportamientos que ponen en riesgo a las personas.

¿Hay tratamiento?

A pesar de los enormes avances realizados en los últimos años, de momento los tratamientos no son curativos. Aún así, se ha mejorado considerablemente la calidad de vida de las personas con VIH y se va consiguiendo reducir los efectos secundarios de la medicación. El empleo de tratamientos para evitar la transmisión materno-fetal ha conseguido reducir de forma muy significativa las cifras de VIH infantil.

¿Existe una vacuna para el VIH?

Existen en la actualidad diversas líneas de investigación que persiguen encontrar una vacuna frente al VIH. Por el momento, las características del virus y la severa inmunodepresión que causa en las personas afectadas dificulta enormemente el desarrollo de una vacuna eficaz.

No obstante, en septiembre de 2009 se anunciaron los resultados del mayor ensayo clínico llevado a cabo hasta ahora con una vacuna frente al VIH. Los resultados del estudio se han caracterizado como modestamente protectores; aún así son esperanzadores, pero queda mucho trabajo por realizar en relación al análisis de estos resultados, su aplicación a distintas partes del mundo y otras cuestiones.

¿Cómo es la situación de la epidemia de VIH y sida en el mundo?

- La epidemia de VIH continúa siendo un importante problema de salud pública.
- Se estima que en el año 2007 vivían en el mundo 33 millones de personas con el VIH, siendo la vía de transmisión sexual la más frecuente.
- En términos generales, la vía de transmisión más frecuente es la sexual, seguida del uso de drogas inyectadas.
- Uno de los problemas de la epidemia en nuestro contexto es que hay un considerable retraso diagnóstico, las personas están siendo diagnosticadas cuando llevan varios años infectadas.

¿Qué se recomienda hacer para prevenir el VIH?

El condón masculino y el femenino han demostrado ser los métodos más eficaces en la prevención de la transmisión del VIH en las penetraciones vaginales, anales y en el sexo oral. Su uso también es una forma muy eficaz para prevenir otras infecciones de transmisión sexual.

Conviene utilizar siempre el preservativo, también con la pareja estable, a no ser que las dos personas sepan que no tienen el VIH. Usar el preservativo no debería ser un asunto de confianza o desconfianza sino de responsabilidad y afecto.

Si eres mujer, no temas ser protagonista, lleva preservativos y acuerda un sexo más seguro. Si eres hombre, cuídate y sé cuidadoso con tu pareja, usa preservativo.

El empleo de lubricantes con los preservativos disminuye el riesgo de transmisión del VIH en las relaciones sexuales porque disminuye la probabilidad de que se produzcan lesiones en las mucosas.

La presencia de otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) favorece la transmisión del VIH. Muchas de estas ITS pueden ser asintomáticas, es decir, pasar desapercibidas si no se hace un diagnóstico médico. Si tienes sospecha de estar padeciendo una ITS acude a tu centro de salud o a los centros monográficos de ITS para su diagnóstico y tratamiento.

Si usas drogas inyectadas no compartas agujas y jeringuillas que haya podido usar otra persona.

Todos los instrumentos que perforan la piel (instrumentos para poner pendientes y piercings, para hacer tatuajes o las agujas de acupuntura, por ejemplo) **deben ser de un solo uso o deben poderse esterilizar (esterilizables)**. Si no lo son, pueden transmitir infecciones como el VIH y la hepatitis.

Es recomendable realizarse una prueba de VIH si:

- Si está embarazada o piensa tener un/a hijo/a.
- Si ha tenido relaciones sexuales con penetración sin preservativo con una mujer o un hombre con VIH.
- Si ha tenido relaciones sexuales con penetración sin preservativo con una o diversas parejas de las que desconocía si estaban infectadas o no.
- Si presenta signos o síntomas indicativos de infección por VIH o enfermedad característica de sida.
- Si ha compartido el material para inyectarse drogas (jeringuillas, agujas, cucharas, filtros...)
- Si ha padecido alguna infección de transmisión sexual.
- Si tiene una pareja estable y quiere dejar de usar el preservativo en sus relaciones sexuales.
- Si ha tenido relaciones sexuales sin protección en países de alta prevalencia de infección por VIH

¿Dónde puede obtenerse más información acerca del VIH?

Prueba del VIH e información personalizada:

Puedes aclarar tus dudas y hacerte la prueba del VIH gratuitamente en cualquiera de los siguientes centros:

Centro Sanitario Sandoval.

C/ Sandoval, 7 (Metro Bilbao)

Teléfono: 91 445 23 28. Horario: de lunes a viernes de 8,45 a 12 h.

No es necesaria documentación alguna ni cita previa.

Programa Municipal de Prevención del SIDA y ETS.

C/ Montesa, 22 (Metro Manuel Becerra, Lista y Goya)

Teléfono: 91 588 51 42. Horario: de lunes a viernes de 8,30 a 11,00 h. Tardes previa petición de hora.

No es necesaria documentación alguna ni cita previa.

Centro Municipal de Salud del Distrito Centro.

C/ Navas de Tolosa, 10 (Metro Callao, Santo Domingo y Sol)

Teléfono: 91 588 96 60/61. Horario: de lunes a jueves de 9,30 a 10, 30 h.

No es necesaria documentación alguna ni cita previa.

CMS Centro Madrid Salud Joven

C/ Navas de Tolosa 8 (Metro Callao, Santo Domingo y Sol)

Teléfono información y citas: 91 588 96 77/78. cmsjoven@munimadrid.es Horario; de lunes a viernes de 9 a 20 horas (julio, agosto y septiembre hasta las 19 horas) Sábados, domingos y festivos de 10 a 14 horas.

Más información...

Sitelias.net

Sitio web institucional de información sobre sexualidad, con contenidos actualizados en prevención del VIH y otras ITS.

<http://www.sitelias.net>