

no sí no sí no SÍ
 SÍ no SÍ sí no SÍ no
 SÍ

Què és elVIH?

El virus de la immunodeficiència humana (VIH) destrueix les defenses del nostre organisme i fa que es pateixin infeccions, tumors i altres malalties. La sida és la fase més greu de la infecció del VIH.

El VIH només es pot transmetre per:

- No fer servir preservatiu en les relacions sexuals amb penetració (vaginal, anal o oral).
- Compartir un objecte tallant que hagi estat en contacte amb sang infectada (xeringues, agulles, instruments per a l'acupuntura, tatuatges, pircings, etc).
- Transmetre-lo una mare VIH+ al seu fill o filla durant l'embaràs, el part o la lactància.

COM ET POTS PROTEGIR DEL VIH?

Fes servir el preservatiu en les relacions sexuals amb penetració. Evita l'ús compartit de xeringues, agulles i altres estris d'injecció si consumeixes drogues injectades.

El VIH no es transmet en cap cas per:

- Petons, abraçades, carícies, donar-se la mà o tocar-se.
- Llàgrimes, suor, saliva, tos, esternut.
- Compartir objectes d'ús comú (telèfon, coberts...), la roba o aliments.
- Compartir dutxes, lavabos o vàters, a piscines, instal·lacions esportives o d'oci, centres laborals, escoles i establiments públics.
- Animals, mosquits o altres insectes.
- Donar o rebre sang al país on està controlat adequadament.

El desconeixement o coneixement erroni sobre la sida, el VIH, com es transmet i, sobretot, com no es transmet, són causes d'estigma i discriminació vers les persones amb VIH.

INFORMA-TE'N I NO DISCRIMINIS

SÍ no SÍ sí no SÍ sí no
 SÍ no SÍ sí no SÍ sí no
 no SÍ sí sí no SÍ sí no

Diagnòstic precoç de la infecció pel VIH:

UNA PRIORITAT

A Espanya s'estima que hi ha entre **120.000** i **150.000** persones infectades pel VIH, una quarta part de les quals encara no ho sap. Això vol dir que més de **35.000** persones no s'estan beneficiant dels tractaments existents i podrien transmetre el VIH a les seves parelles sexuals sense saber-ho.

120.000-150.000

35.000

Per això, aquest any el tema central del Dia Mundial de la Sida, destinat a la conscienciació pública respecte de la infecció pel VIH, és la promoció de la **PROVA DEL VIH**

Conèixer aviat el resultat de la prova del VIH, si és positiu, et permetrà:

- Beneficiar-te del seguiment mèdic.
- Accedir a un tractament eficaç que millori la teva qualitat de vida i augmenti la teva supervivència.
- Adoptar les mesures necessàries per evitar la transmissió de la infecció a altres persones.



INFORMA-TE'N

Des de qualsevol punt d'Espanya, informa-te'n gratuïtament:

Creu Roja: 900 111 000/informacionvih@cruzroja.es
 900-ROSA: 900 601 601

Informació per comunitats i ciutats autònomes:

ANDALUSIA	900 850 100/ www.juntadeandalucia.es/salud/vih
ARAGÓ	900 111 000/ www.saludpublicaaragon.es
ASTÚRIES	985 338 832/ www.pruebadeamor.org
BALEARS	971 176 855/ www.portalsalut.caib.es
CANÀRIES	902 114 444/ 922 237590 www.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/sida.htm
CANTÀBRIA	942 207 745/ 732/ www.saludcantabria.org
CASTELLA-LA MANXA	900 111 000 / www.jccm.es
CASTELLA I LLEÓ	983 413 600/ www.salud.jcyl.es
CATALUNYA	900 212 222/ www.gencat.cat/salut
EXTREMADURA	924 382 641/ 924 382 594/ www.saludextremadura.com
GALÍCIA	881 542 914/ http://dxsp.sergas.es
MADRID	900 111 000/ www.madrid.org / www.sitelias.net
MÚRCIA	900 706 706/ www.murciasalud.es
NAVARRA	848 423 396/ www.isp.navarra.es
PAÍS BASC	943 006 464/ www.euskadi.net/sida
LA RIOJA	941 291 976/ www.riojasalud.es
COMUNITAT VALENCIANA	900 702 020/ www.sp.san.gva.es
CEUTA	856 205 009/ www.ceuta.es:8080/sanidad/principal
MELILLA	952 976 251 / www.melilla.es



En què consisteix la prova del VIH?

- És una anàlisi específica que **detecta la infecció pel VIH**.
- **No te la poden fer sense el teu permís**, el resultat és confidencial i es pot fer anònimament.
- És **gratuïta** en tots els **centres sanitaris de la xarxa pública** i, a més, als **centres de malalties de transmissió sexual** i en algunes **ONG** no et demanaran la targeta sanitària.
- En alguns centres hi ha les **proves ràpides** de detecció del VIH **el resultat de les quals es pot obtenir en menys de 30 minuts**. Un resultat positiu a aquestes proves només té caràcter provisional i necessita una confirmació posterior. Un resultat negatiu no necessita cap confirmació.

Si has tingut una pràctica de risc, quan abans millor, acosta't a algun d'aquests centres. Allà valoraran el teu cas, t'indicaran la prova i, en cas de resultat negatiu, et diran si l'has de repetir quan ho has de fer.

Qui s'hauria de fer la prova del VIH?

- Les dones **EMBARASSADES** o que estiguin pensant a tenir un fill o filla.
- Les persones que han patit alguna infecció de transmissió sexual, tuberculosi o hepatitis.
- Les persones que tenen una parella estable i volen deixar de fer servir el preservatiu amb la parella.
- Totes les persones que hagin tingut **QUALSEVOL** d'aquestes **pràctiques de risc**:
 - Relacions sexuals amb penetració (anal, vaginal i també oral si hi ha hagut ejaculació) sense preservatiu amb alguna persona amb VIH o que no se sap si n'està infectada.
 - Si han compartit el material per injectar-se drogues (xeringues, agulles, culleres, filtres...).



Estima't
Fes-te la prova. Fes servir el preservatiu.

1 de desembre, Dia Mundial de la Sida.

DETÉN EL SIDA. STOP SIDA. PARA LA SIDA
 STOP AIDS. ATURA LA SIDA. GELDIARAZI HIESA. DETÉN A SIDA.
 ОСТАНОВИТЕ СПИД. 拒绝爱滋. لتوقف الإيدز.



A MÉS...

El preservatiu, quan es fa servir correctament, constitueix la protecció més eficaç contra la transmissió del VIH, altres infeccions de transmissió sexual i els embarassos no desitjats.

- El risc d'infecció pel VIH existeix tant per a qui penetra com pel a la persona que és penetrada, encara que és més gran per a aquesta última, i augmenta amb la presència de lesions genitals i infeccions de transmissió sexual (ITS).
- Si tens relacions sexuals amb penetració (anal o vaginal) amb alguna persona amb VIH o que no saps si està infectada pel VIH, fes servir sempre un preservatiu. Utilitza, a més, lubricant si la penetració és anal.
- En el sexe oral, la transmissió del VIH pot tenir lloc si t'ejaculen a la boca. També hi ha risc de transmissió d'altres ITS (gonorrea, sífilis). Per no infectar-te pel VIH, pots fer servir un preservatiu o evitar l'ejaculació a la boca.