

## ¿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:

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 parejas sexuales se tengan, mayor es el riesgo de contagio por VIH u otras infecciones de transmisión sexual.

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.

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, muebles, teléfonos o por objetos de uso común en la vida escolar, laboral y social.
- Por darse la mano, abrazarse o besarse.
- Por compartir duchas, lavabos o W.C. en piscinas, instalaciones deportivas, lugares de trabajo, colegios y establecimientos públicos.
- Por picaduras de mosquitos u otros insectos, o por mordeduras de animales domésticos.
- Por donar sangre.

## DIRECCIONES Y TELÉFONOS DE INTERÉS

### TELÉFONOS DE INFORMACIÓN GRATUITA

900-ROSA: 900 601 601

**ANDALUCÍA**  
Programa Andaluz de Actuaciones ante el VIH  
Dirección General de Salud Pública y Participación  
Avda. de la Innovación, s/n  
Edificio Arena, 1.º planta  
41071 Sevilla  
Tel.: 955 006 569 - 955 006 300 - 955 006 558  
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 (sida) - 976 715 000 (centralita)

**ASTURIAS**  
Dirección General de Organización de las Prestaciones Sanitarias  
Programa de Prevención y Atención a Personas Afectadas por VIH/sida  
C/ General Elorza, 32  
33001 Oviedo  
Tel.: 985 106 519

**BALEARES**  
Consellería de Salut i Consum  
C/ Cecilio Meleto, 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  
Programa de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual y Sida  
Servicio Canario de Salud  
C/ San Sebastián, 75  
38005 Santa Cruz de Tenerife  
Tel.: 922 279 397 - 902 114 444

Cruz Roja Española  
Muelle Deportivo s/n  
Las Palmas de Gran Canaria  
Tel.: 902 114 444 - 928 240 144

**CANTABRIA**  
Consejería de Sanidad y Servicios Sociales  
Dirección General de Salud Pública  
Servicio de Salud Pública  
C/ Marqués de la Hermita, 8  
39071 Santander  
Tel.: 942 207 745 - 942 207 732

**CASTILLA LA MANCHA**  
Consejería de Sanidad  
Avda. de Francia, 4  
45071 Toledo  
Tel.: 925 267 763 - 925 267 758

**CASTILLA Y LEÓN**  
Dirección General de Salud Pública  
Consejería de Sanidad  
Paseo Cornillo, 1  
47071 Valladolid  
Tel.: 983 413 600

**CATALUÑA**  
Departament de Salut  
Direcció General de Salut Pública  
Programa per la Prevenció i la Assistència de la Sida  
Travessera de les Corts, 131-159 Pavelló Ave Maria  
08028 Barcelona  
Tel.: 932 272 900 - 933 398 756  
Tel.: gratuito de información sobre sida 900 212 222 (ámbito autonómico)

CRUZ ROJA: 900 111 000

**EXTREMADURA**  
Dirección General de Atención Sociosanitaria y Salud  
Subdirección de Salud Pública  
Oficina de Coordinación de Sida  
Avda. de las Américas, 1  
06800 Mérida (Badajoz).  
Tel.: 924 382 641

**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.: 981 542 960

**MADRID**  
Dirección General de Salud Pública, Alimentación y Consumo  
Instituto de Salud Pública de la Comunidad de Madrid  
Programa de Prevención de la Infección por VIH/sida  
Julían Camarillo, nº4, edificio 4B, planta 2  
28037 Madrid  
Tel.: 912 052 350

**MURCIA**  
Consejería de Sanidad  
Servicio de Promoción y Educación para la Salud  
Programa de Información y Educación Sanitaria sobre Sida  
C/ Ronda de Levante, 11 - planta baja  
30008 Murcia.  
Tel.: 968 235 141  
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 Regional de Sida  
Consejería de Salud  
C/ Villamediana, 17  
26071 Logroño.  
Tel.: 941 291 197

**COMUNIDAD VALENCIANA**  
Servicio Plan del Sida  
Consellería 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 Bienestar Social  
C/ Juan de Juanes, 4  
51002 Ceuta.  
Tel.: 956 503 359  
Tel.: gratuito Consejo de la Juventud de Ceuta: 900 152 368

**MELILLA**  
Consejería de Sanidad y Consumo  
Casa de la Juventud  
C/ Música Granado s/n  
52004 Melilla.  
Tel.: 952 991 168

# El mundo aún necesita kilómetros de compromiso.



## Detén el SIDA. Tú puedes.

Respetar a las personas con VIH. Usa preservativo. Hazte la prueba del VIH.

STOP AIDS. ATURA LA SIDA. BARA EZAZU HIESA. DETEN A SIDA.

STOP SIDA. PARA LA SIDA. ОСТАНОВИТЕ СПИД. توقف الإيدز. 拒绝艾滋

DÍA MUNDIAL DEL SIDA 1 de Diciembre de 2006

INFORMACIÓN SIDA: 900 111 000



www.onusida.org



www.worldaidscampaign.info



www.msc.es



www.onusida.org



www.worldaidscampaign.info



www.msc.es

Desde 1987, el 1 de diciembre se conmemora el Día Mundial del Sida. Es el día destinado a la concienciación pública sobre la infección por el VIH. En el año 2001 todos los países del mundo prometieron detener el SIDA para el año 2015. A fin de lograrlo, tú también tienes que comprometerte. El lema propuesto para este año es: **DETÉN EL SIDA, TÚ PUEDES.**

**Quizás pienses que DETENER EL SIDA es tarea de otros, pero TÚ PUEDES evitar la propagación del VIH.**

## Respeto a las personas con VIH

**La respuesta al VIH es responsabilidad de todos 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.

Los grupos 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. Respeto los derechos de todos.

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

Las relaciones sexuales (vaginales y anales) suponen riesgo de infección por el 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 ésta última, y aumenta con la presencia de lesiones genitales e ITS. Si tienes relaciones sexuales con penetración con alguna persona que no sabes si están infectada por el VIH usa correctamente un preservativo.

En el **sexo oral**, la transmisión del VIH puede ocurrir si se 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.

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



## 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 siempre que ambos seáis VIH negativos.**

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, transcurridos tres meses, el organismo produce en respuesta al VIH.

La prueba del VIH/sida 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.

