

[www.osakidetza.euskadi.net/sida](http://www.osakidetza.euskadi.net/sida)



Si te preguntaran,  
¿QUÉ DIRÍAS  
SOBRE EL  
SIDA?

MAYO 2014



**Osakidetza**



**EUSKO JAURLARITZA**  
**GOBIERNO VASCO**

OSASUN SAILA  
DEPARTAMENTO DE SALUD

# ¿QUÉ SIGNIFICAN LAS SIGLAS "SIDA"?

S

Síndrome: conjunto de síntomas que caracteriza a una enfermedad.

I

Inmuno: relacionado con el sistema de defensa de nuestro cuerpo contra las enfermedades.

D

Deficiencia: indica que el sistema de defensa no funciona correctamente.

A

Adquirida: no hereditario, sino provocado por un virus.

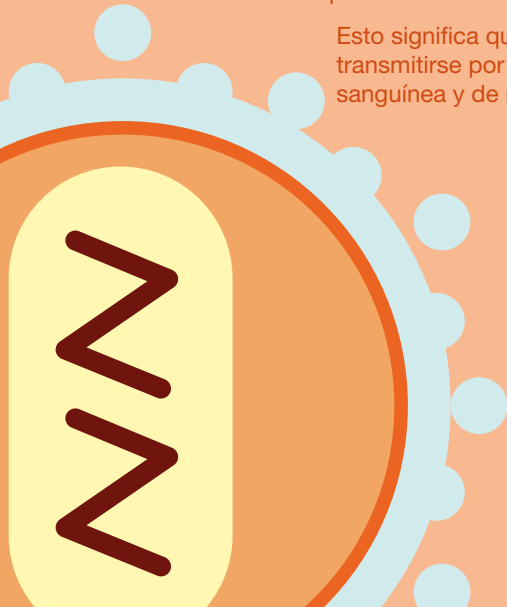
# ¿QUÉ CAUSA EL SIDA?

El sida es un estado avanzado de la infección causada por el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), que provoca la destrucción progresiva del sistema inmunitario.

# ¿QUÉ FLUIDOS DEL ORGANISMO TRANSMITEN EL VIH?

Solo cuatro fluidos, la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna tienen una concentración suficiente del VIH como para transmitirlo.

Esto significa que el VIH puede transmitirse por tres vías: sexual, sanguínea y de madre a hijo/a.



# ¿QUÉ OCURRE CUANDO UNA PERSONA SE INFECTA?

Cuando una persona se infecta puede permanecer sin síntomas durante años.

Al cabo del tiempo, pueden aparecer síntomas como: fiebre, pérdida de peso, diarreas, sudores nocturnos, etc. Estos síntomas, que también aparecen en otras enfermedades, indican que el sistema de defensa del organismo está alterado por el VIH y no funciona correctamente.

Cuando el sistema de defensa está muy debilitado, aparecen ciertas infecciones y cánceres oportunistas que indican que una persona ha desarrollado ya la enfermedad, es decir, el sida.

Todas las personas infectadas por el VIH, tengan o no tengan síntomas, pueden transmitir el virus a otras personas.

No todas las prácticas sexuales tienen el mismo riesgo de infección:



RIESGO  
MUY ALTO  
Penetración  
anal



RIESGO  
MUY ALTO  
Penetración  
vaginal

# ¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH? ¿CÓMO SE PREVIENE?

El VIH se transmite por tres vías:

1. Sexual
2. Sanguínea
3. Madre-hijo

## 1. TRANSMISIÓN SEXUAL

En la actualidad el VIH se ha convertido fundamentalmente en una infección de transmisión sexual.

Las relaciones múltiples sin protección aumentan el riesgo; pero una sola relación sexual no protegida puede ser suficiente para infectarse.

**RIESGO POSIBLE**  
Relaciones buco-genitales (fellatio cunnilingus)



**SIN RIESGO**  
Masturbación recíproca, caricias, besos íntimos, masajes, etc.



# Medidas preventivas

Cuando se mantienen relaciones sexuales, el uso del preservativo o condón es la medida más sencilla y eficaz de protegerse frente al VIH.

## ¿Quién y cuándo debe utilizar un condón?

Lo ha de usar quien mantenga relaciones sexuales de penetración con personas de las que desconozca su situación sanitaria respecto a esta infección, o con personas portadoras del VIH. Se ha de usar en todas las relaciones sexuales de penetración, desde su inicio hasta el final, incluso en las relaciones buco-genitales.

## ¿Son eficaces los preservativos en la prevención de la infección por el VIH?

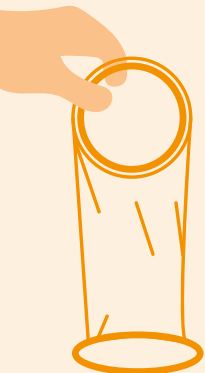
Sí. Está demostrada la efectividad del preservativo como método barrera frente al VIH y a otras infecciones de transmisión sexual.

Si hay algún fallo del condón como método preventivo se deberá fundamentalmente a que:

\* No se usa siempre, es decir, no se usa en todas y cada una de las relaciones sexuales de penetración.

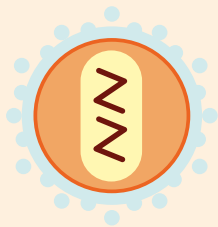
\* No se usa correctamente, por ejemplo, no se utiliza durante toda la penetración.

La rotura del preservativo es un hecho muy infrecuente y se debe, principalmente, a su incorrecto uso (utilización de condones caducados, uso de lubricantes grasos, etc.).



## ¿Es eficaz el preservativo femenino?

El preservativo femenino es también una barrera eficaz frente al VIH. Al igual que el preservativo masculino, es de un solo uso.



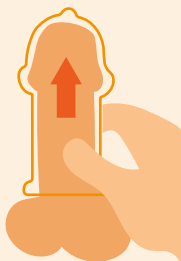
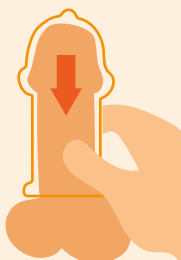
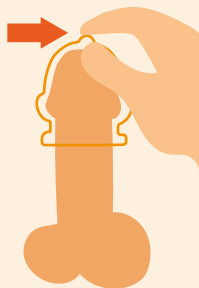
# ¿Cómo se usa correctamente el preservativo?

1. Comprar sólo preservativos homologados por las autoridades sanitarias.
2. Controlar la fecha de caducidad del condón.
3. Almacenarlo en un lugar fresco, seco y al abrigo del sol o la luz.
4. Manejar el condón con cuidado para no dañarlo con uñas, anillos, dientes, etc.
5. Colocar el preservativo sobre el pene en erección, antes de cualquier contacto genital.
6. Desenrollarlo hasta la base del pene, apretando previamente la punta del condón para expulsar el aire y dejar espacio para el semen.
7. Usar el condón durante toda la penetración. Tras la eyaculación, retirar el pene antes de que desaparezca la erección, sujetando el preservativo por la base, para evitar que salga el semen.
8. Tirar el condón a la basura, nunca al WC.
9. Nunca reutilizar los condones.

## ¿Con qué se puede lubricar un condón?

Los preservativos normalmente llevan una pequeña cantidad de lubricante. Si se desea una lubricación adicional, sólo deben utilizarse lubricantes solubles en agua (glicerina u otros lubricantes de venta en farmacia).

Los productos grasos (vaselina, aceites, cremas corporales, etc.) pueden dañar el preservativo.



## 2. TRANSMISIÓN POR LA SANGRE



Se produce, principalmente, a través del uso compartido de agujas, jeringuillas o de los instrumentos que se utilizan para preparar la droga.

### Medidas preventivas

Nunca compartir las agujas, jeringuillas y otros útiles de inyección. Una sola vez puede ser suficiente para infectarse.

Hay que utilizar una nueva jeringuilla desechable cada vez.

No se deben compartir tampoco las cuchillas de afeitar, los cepillos de dientes, y otros utensilios que puedan estar en contacto con la sangre (instrumentos de tatuaje, de acupuntura, de perforación de orejas, etc.)



# 3. TRANSMISIÓN MADRE-HIJO

La transmisión madre-hijo se puede producir durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Sin embargo, en la actualidad gracias al tratamiento antirretroviral durante el embarazo y el parto, la cesárea electiva en los casos indicados y la supresión de la lactancia materna, el riesgo de transmisión del VIH de madre a hijo es prácticamente inexistente.



## ¿CÓMO NO SE TRANSMITE EL VIH?

El VIH no se transmite por la tos o el estornudo, ni por compartir cubiertos, vasos o platos. Tampoco se transmite por el uso de lavabos públicos, el uso de piscinas públicas, el estrechar la mano, etc. Ningún amigo, familiar, profesor, compañero de clase, de trabajo, etc. ha sido contagiado en la convivencia diaria.

Los animales (perros, gatos, mosquitos...) no transmiten el VIH.

# ¿CÓMO SE SABE SI UNA PERSONA ES PORTADORA DEL VIH?

Sólo podemos saberlo mediante una prueba específica: la prueba del VIH.

Para que el resultado de la prueba sea fiable hay que dejar transcurrir 3 meses desde la última práctica de riesgo hasta el momento de hacerse la prueba.

Si la prueba es positiva, decimos que esa persona es seropositiva. El que una persona sea seropositiva no quiere decir que tenga la enfermedad, pero sí indica que tiene el virus en su cuerpo y que lo puede transmitir a otras personas.

La prueba del VIH se debe realizar siempre con el consentimiento de la persona interesada, garantizando la confidencialidad del resultado.

Quien desee realizarse la prueba del VIH de forma anónima y confidencial, puede acudir a:

- **San Sebastián:** Plan del Sida e Infecciones de Transmisión Sexual. Avda. Navarra 14-8º. T: 943 00 64 64
- **Bilbao:** Servicio de ITS. Pl. Bombero Etxaniz 1-1º. T: 94 600 69 69
- **Vitoria:** Centro Salud Olaguibel. C/Olaguibel 31. T: 945 00 79 00 (ext 2013)
- **Médico de Familia** • **Farmacias**

Por el aspecto externo no se puede saber si una persona está infectada o no por el VIH.

## PARA MÁS INFORMACIÓN...

- **PLAN DEL SIDA E INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL**  
T: 943 00 64 64 [www.osakidetza.euskadi.net/sida](http://www.osakidetza.euskadi.net/sida)
- **Comisión ciudadana anti sida de Bizkaia** T: 94 416 00 55
- **Comisión ciudadana anti sida de Álava** T: 945 25 77 66
- **Asociación ciudadana anti sida de Gipuzkoa** T: 943 29 07 22
- **Asociación T4 de lucha contra el sida** T: 94 422 12 40
- **Asociación anti sida Harri Beltza** T: 943 49 35 44
- **Itxarobide** T: 94 444 92 50