¿CUÁLES SON LAS CONDUCTAS QUE NOS PONEN EN RIESGO?

Cuando hablamos de VIH no hablamos de “colectivos de riesgo”, es decir, no hay personas que estén en mayor riesgo que otras por pertenecer a dicho colectivo, de lo que hablamos es de “conductas de riesgo”:

- Recibir penetración anal con eyaculación sin usar preservativo o con ruptura del mismo.
- Recibir penetración vaginal con eyaculación en las mismas condiciones anteriores.
- Recibir penetración anal sin preservativo sin eyaculación.
- Recibir penetración vaginal sin preservativo sin eyaculación.
- Penetrar analmente sin preservativo o con ruptura del mismo.
- Penetrar vaginalmente en las mismas condiciones anteriores.
- Felación (estimulación del pene a través de la boca) con eyaculación.

¿CÓMO SE PUEDE SABER SI UNA PERSONA ES PORTADORA O NO DEL VIH?

El no saber si una persona es portadora o no del VIH no significa que no lo sea…
La única forma de saber si una persona es portadora del VIH o no lo es, es haciéndose las pruebas, ya que EL VIH NO TIENE SÍNTOMAS. Muchas veces, incluso la propia persona desconoce si tiene o no el VIH, por lo que simplemente preguntando no es suficiente.

Subvencionado por :

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida

Autoría: Paula Cajide Lavandeira
Ilustraciones: Marisa Babiano Puerto.

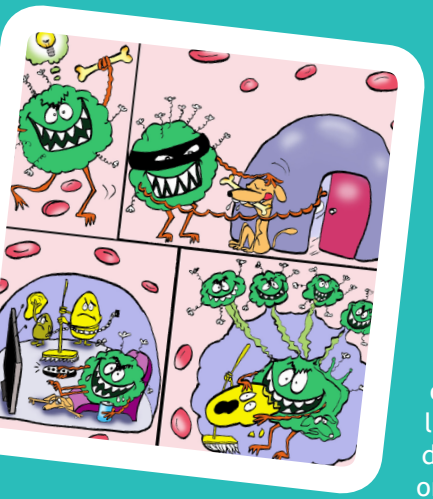
CEAPA
Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres del Alumnado
Puerta del Sol, 4-6° A - 28013 MADRID
Tel.: (+34) 917 014 710 - Fax: (+34) 915 217 392
e-mail: ceapa@ceapa.es
www.ceapa.es

¿Cómo podemos prevenir el VIH y el sida?

CEAPA

¿QUÉ ES EL VIH? ¿QUÉ ES EL SIDA?

Muchas veces hablamos de VIH y de sida como si fueran sinónimos, pero no es así… son dos cosas diferentes…



"Tener el VIH" significa ser portador del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH). Este virus lo que hace es alterar el sistema inmunitario de nuestro organismo destruyendo un tipo de glóbulos blancos que se encuentran en la sangre y se encargan de defender nuestro organismo de los virus o bacterias externas.

Si la persona portadora del VIH no lleva una vida saludable y un control médico, puede llegar un momento en que su organismo no pueda defenderse de los invasores, y aparezcan enfermedades infecciosas, es en este momento cuando se diagnostica el sida.

Sida son las siglas de Síndrome de InmunoDeficiencia Adquirida, decimos que una persona tiene sida cuando tiene una infección por el VIH y algunas de las enfermedades graves que lo definen como pueden ser tumores, infecciones o enfermedades neurológicas.

¿CUÁLES SON LAS VÍAS DE TRANSMISIÓN?

- **Semen:** En la eyaculación se expulsa semen y espermatozoides. En el líquido seminal hay linfocitos CD4 que son las células de defensa donde se integra el VIH. Recuerda que en el líquido preseminal también hay posibilidad de transmisión.
- **Fluidos vaginales:** Al igual que sucede con el líquido seminal, las secreciones que produce la vagina de

forma constante, tienen linfocitos CD4 (aunque en menor cantidad que el líquido seminal), por tanto, también puede contener el virus.

- **Sangre**
- **Leche materna**

Es importante tener en cuenta que estos fluidos corporales de una persona VIH+ DEBE ENTRAR EN CONTACTO CON LA MUCOSA DE LA PERSONA VIH-. Si estos fluidos entran en contacto con piel (en la que no haya heridas abiertas) de una persona VIH-, no hay NINGÚN RIESGO de transmisión.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

En las relaciones sexuales con penetración ORAL, ANAL O VAGINAL, el único método eficaz para prevenir el VIH es el preservativo, tanto el masculino como el femenino.

PRESERVATIVO FEMENINO

- Da más autonomía a las chicas, no tienen que negociar con su pareja el uso del preservativo.
- No hay que esperar a que haya una erección, se puede poner hasta 8h antes de la relación con penetración.
- No contiene látex, por lo que es una elección muy buena si uno de los dos es alérgico.
- Protege los genitales externos femeninos de posibles infecciones.

PRESERVATIVO MASCULINO

- Se puede comprar en muchos establecimientos, no sólo en farmacias.
- Hay una gran variedad de colores, sabores y texturas
- Es más pequeño y discreto.
- Es algo más económico.

¿QUIÉN TIENE MÁS POSIBILIDADES DE TENER VIH?

El riesgo de transmisión de VIH no depende del número de encuentros eróticos ni del número de personas con las que mantenemos esos encuentros, tampoco de cómo son esas personas. Sino que depende de si hemos mantenido relaciones con penetración anal, oral o vaginal de forma responsable utilizando preservativo masculino o femenino, independientemente de si hemos estado con una persona o con varias. Además, el uso responsable nos ayudará a tener una relación totalmente satisfactoria, permitiéndonos dejarnos llevar y disfrutar.

El riesgo de tener VIH no depende de si nos gustan las personas de nuestro mismo sexo o del sexo contrario, si tenemos más o menos relaciones sexuales, más o menos dinero o pertenecemos a una clase social, a una cultura o religión determinada.