



**El virus de inmunodeficiencia  
adquirida y sida.  
(VIH Y SIDA).**

## ¿Qué es el VIH? ¿y el sida?

El VIH es el virus de la inmunodeficiencia humana, que se transmite de diferentes maneras, y que, en su fase más avanzada, puede llegar a provocar el sida.

### No es lo mismo ser portador del VIH que tener sida

► Cuando una persona se infecta, el VIH se introduce en las células de su sistema inmunológico, especialmente en los linfocitos T4, y los va destruyendo lentamente.

En esta primera fase, normalmente no se presenta ningún síntoma.

► Transcurrido un tiempo, a veces años, pueden empezar a aparecer algunos síntomas, ya que el virus está debilitando el sistema inmunitario.

► **El sida es la forma más avanzada de la infección por el VIH** y consiste en la aparición de infecciones oportunistas o determinados cánceres, como consecuencia de la destrucción del sistema inmunitario.



# SEXU MUXU

## ¿Cómo se transmite el VIH?

A través de la sangre, semen, secreciones vaginales y leche materna.

EN LA ACTUALIDAD LA MAYORÍA DE LOS CASOS DE VIH SE TRANSMITEN A TRAVÉS DE RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN

### Riesgo muy alto

- Penetración vaginal sin preservativo.
- Penetración anal sin preservativo.

### Riesgo posible

#### Prácticas buco genitales:

- Felación (sexo oral a un hombre).
- Cunnilingus (sexo oral a una mujer).
- El riesgo es sólo para la persona que hace la felación o cunnilingus (por el contacto de semen o fluido vaginal con su boca).
- La persona a quien se le realiza no tiene riesgo (la saliva no transmite el VIH).



# SEXU MUXU

## Ausencia de riesgo

- Caricias.
- Besos boca a boca.
- Masturbación recíproca.

## ¿Cómo NO se transmite el VIH?

- Por vivir, trabajar o salir con una persona con VIH.
- Por ir al mismo colegio o guardería que un niño o niña con VIH.
- Por darse la mano, abrazarse o darse un beso.
- Por compartir cubiertos, utilizar el mismo plato o vaso.
- Utilizando aseos públicos, piscinas o duchas.
- Por la picadura de un mosquito ni por los animales domésticos.
- Por recibir o donar sangre.

## ¿Cómo puedo saber si soy portador/a del VIH?

- Sólo mediante un análisis de sangre específico que detecta si una persona tiene o no anticuerpos frente al VIH.
- Una persona, tras infectarse, tarda aproximadamente 3 meses en desarrollar los anticuerpos (que es lo que detectan los análisis). Por lo tanto, para que el resultado sea totalmente fiable, hay que esperar tres meses desde la práctica de riesgo.

**El “periodo ventana” que hay que esperar para realizarse el test del VIH es de 3 meses desde la práctica de riesgo**

## **¿Qué significa un resultado positivo en el test del VIH?**

- Que esa persona es seropositiva, es decir, portadora del VIH.
- La infección es para toda la vida, aunque en la actualidad existen tratamientos antirretrovirales que permiten tenerla controlada y vivir con una calidad de vida relativamente buena.
- Esa persona puede transmitir el virus a otras personas, a través de las prácticas de riesgo antes descritas.

## **¿Se puede curar el VIH?**

**EL VIH NO SE CURA  
UNA VEZ QUE ENTRA EN EL ORGANISMO NO ES POSIBLE DESTRUIRLO**

- Existen avanzados tratamientos antirretrovirales que bloquean la multiplicación del virus y, aunque no consiguen destruirlo definitivamente, lo mantienen en niveles muy bajos, que permiten mantener una relativamente buena calidad de vida.

**Aunque el VIH ya no es una enfermedad mortal, continúa siendo una enfermedad muy grave, por lo que es fundamental la prevención**



# SEXU MUXU

## La prevención es fundamental: utiliza preservativo

MANTENER RELACIONES SEXUALES SEGURAS ES LA MEJOR BARRERA FRENTE AL VIH

- Recordad que por el aspecto no podemos saber si una persona es portadora del VIH o si tiene alguna otra infección de transmisión sexual.

**Es imprescindible utilizar preservativo cuando se mantengan relaciones sexuales con penetración, con personas de las que no tenemos la total certeza de que no son portadoras del VIH**

## ¿Cómo usar correctamente el preservativo masculino?

1. Controla la fecha de caducidad del preservativo.
2. Maneja el preservativo con precaución, teniendo cuidado de no dañarlo con las uñas, dientes, anillos, etc.
3. Coloca el preservativo sobre el pene en erección antes de cualquier contacto genital.
4. Desenróllalo hasta la base del pene, apretando previamente la punta del preservativo para expulsar el aire
5. Si usas lubricantes, utiliza sólo los que sean solubles al agua (glicerina); evita los lubricantes grasos (vaselina, aceites, etc.) ya que dañan el preservativo
6. Usa el preservativo durante toda la penetración. Sujétalo por la base para retirarlo antes de que termine la erección y a continuación anúdalo.
7. Utiliza un preservativo nuevo en cada penetración.



# SEXU MUXU

8. Una vez utilizados, tira a la basura los preservativos anudados y no al WC.

9. Hay que proteger los preservativos del calor, la luz y la humedad excesivos, ya que estos elementos los deterioran. Los preservativos pegajosos, quebradizos o con otros defectos no deben utilizarse.

**¡HAY QUE TENERLOS A MANO!**

**UTILIZA EL PRESERVATIVO**