

A microscopic view of several HIV particles, which are spherical and covered in a dense layer of small, rounded protrusions (spikes). They are set against a dark blue background.

**Información básica
sobre VIH | SIDA**

Es tiempo de ACTUAR

¿CÓMO SE PUEDE EVITAR O PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL VIH

■ Por vía Sexual:

- Retrasando el inicio de las relaciones sexuales.
- No teniendo relaciones sexuales (abstinencia sexual informada).
- Teniendo relaciones sexuales protegidas con una sola persona (exclusividad sexual).
- Evitando el contacto de fluidos corporales potencialmente infectores.
- Mediante la práctica del sexo seguro, es decir, sin penetración (besos, caricias, abrazos, autoerotismo o masturbación y/o eyacuación en piel sana).
- Practicar el sexo protegido, que consiste en usar una barrera que impida el contacto directo, como el condón masculino o el femenino, que usados siempre y de manera correcta pueden prevenir la transmisión o contraer el VIH y otras ITS.

■ Por vía Sanguínea:

- En las transfusiones usar solamente sangre que haya sido previamente analizada y esté libre de virus (sangre segura).
- Actualmente existen leyes que obligan a los bancos de sangre, laboratorios y hospitales a analizar toda la sangre que se utiliza en las transfusiones, por lo que es necesario exigir que se cumpla esta disposición.
- Deben analizarse previamente todos los órganos para trasplantes (riñón, córnea, corazón, médula, hígado, etc).
- En caso de manejar personas heridas con sangrado deberán usar guantes de latex o polietileno (pueden ser cualquiera aislante, como bolsas de plástico).
- Utilizar siempre jeringas y agujas desechables esterilizadas, ya que el virus también puede transmitirse al compartir agujas usadas sin esterilizar que hayan estado en contacto con sangre infectada por VIH.
- Los tatuajistas, pedicuristas y manicuristas, estilistas, acupunturistas, perforadores con aretes y similares también deben esterilizar todos los materiales punzocortantes o utilizar materiales punzocortantes o utilizar material desechables, al igual que los cirujanos, ginecólogos y odontólogos, para no transmitir el VIH de una persona a otra.

■ Por vía Perinatal:

La mujer que vive con VIH debe tomar la decisión informada, individualmente y/o con su pareja, de embarazarse o no, después de recibir asesoría sobre los riesgos que corren ella y su futuro bebe. En México se recomienda el nacimiento por cesárea y se asegura el tratamiento médico con antirretrovirales, ya que reducen la transmisión perinatal del virus.

¿EXISTEN OTRAS FORMAS O MECANISMOS DE TRANSMISIÓN?

- No. Está comprobado que el VIH no puede transmitirse por el contacto casual o cotidiano como los abrazos, las caricias, los besos o por compartir utensilios para comer o de baño, ni por nadar en albercas. Tampoco se transmite a través de los animales, ni por picaduras de insectos.

¿QUÉ SE PUEDE HACER PARA PARTICIPAR EN LA LUCHA CONTRA EL VIH/SIDA?

Platica del VIH/SIDA con tu pareja, con tu familia, con tus amigos, en tu centro de trabajo y en tu comunidad, con el fin de prevenir la transmisión o contraer el virus. Practicar el sexo protegido por tu salud, la de tu pareja y, sobre todo tener presente que nadie está exento de contraer el VIH/SIDA.

CENSIDA, a través de su línea telefónica, te responde todas tus dudas y te brinda la orientación que necesitas.

TELSIDA
52 07 40 77
sin costo en los estados
71 20 886
71 20 889
lun. a vie. de 9:00 a 21:30 hrs.

telsida@prodigy.net.mx

ATENDEMOS TODAS TUS DUDAS

<http://www.salud.gob.mx/conasida>

Información básica sobre VIH | SIDA

Es tiempo de ACTUAR



Es tiempo de ACTUAR

Secretaría de Salud

¿QUÉ ES EL SIDA?

- Es una enfermedad provocada por el Virus de la Insuficiencia Humana (VIH) que ataca al sistema (inmunológico) de defensa de las personas infectadas y lo deja desprotegido contra cualquier virus o microorganismo (bacterias, hongos o protozoarios).

Actualmente la epidemia del SIDA se ha convertido en un conjunto de problemas sociales, culturales, económicos y sanitarios que impacta en los planos:

personal, de pareja, familia y comunitario, de mujeres y hombres en todo el mundo.

SIDA SIGNIFICA:

- **SINDROME:**
Es el conjunto de signos y síntomas que existen al mismo tiempo y definen clínicamente un estado de enfermedad.
- **INMUNODEFICIENCIA:**
Se refiere a la alteración del sistema de defensas que el organismo tiene contra los virus, bacterias, hongos, parásitos o protozoarios que lo pueden atacar y enfermar.
- **ADQUIRIDA:**
Se refiere a que el **VIH**, que puede provocar el **SIDA** se contrae durante el embarazo o en otro momento de la vida por alguna de las vías de transmisión, lo que quiere decir, que es contraída, no hereditaria, ni congénita.

¿CÓMO ACTUA EL VIH?

El **VIH** afecta las células del sistema de defensa del cuerpo y se encuentra en la sangre, fluidos sexuales, (líquido preeyaculatorio, semen, líquidos vaginales) y en la leche materna, con capacidad de infectar. Una vez que el **VIH** se encuentra dentro de las células de defensa humanas las solicita para poder vivir y replicarse sin causar síntomas por mucho tiempo, es entonces cuando una persona es ceropositiva a una prueba de **VIH** —o con el **VIH**—, es decir, que está infectada por el virus, es asintomática y aún no ha desarrollado la enfermedad (el SIDA). El virus repite este proceso con otras de defensa sanas, y así la infección puede causar el **SIDA**. **Este puede constituir el cuadro final de la infección por VIH.**

¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH?

- Una persona puede infectarse con el **VIH** cuando la sangre, líquido preeyaculatorio, semen, fluido vaginal o sexual entra y leche materna tengan contacto con alguna vía de acceso al cuerpo, como es el caso de la mucosa (piel delgada y húmeda que recubre internamente algunos órganos como el pene, vagina, ano y boca) y algunas heridas abiertas.

Únicamente existen 3 vías de transmisión:

▪ SEXUAL

- Por contacto sexual no protegido (pene, ano, boca).

▪ SANGÜÍNEA

- Por transfusiones de sangre con el **VIH**, por compartir agujas (usuarios de drogas inyectables, tatuajes, perforaciones en orejas o cuerpo o cuerpo y acupuntura) que han sido usadas con anterioridad y no fueron esterilizadas previamente.
- Por reutilizar instrumental médico, quirúrgico, ginecológico y odontológico. Además los utilizados en las estéticas (navajas de rasurar, tijeras e instrumentos de manicure y pedicure) sin esterilizar.
- Por compartir rasillos, cepillos de dientes o cualquier objeto punzocortantes sin esterilizar.
- Y también por trasplantes de órganos infectados.

▪ PERINATAL

- Cuando una mujer que vive con el **VIH** se embaraza, o lo adquiere en cualquier momento del embarazo, lo puede transmitir a su hijo a través de la placenta o el cordón umbilical, durante el parto o por medio de la leche materna (lactancia).

¿QUIÉN PUEDE CONTRAER EL VIRUS DEL SIDA?

- Todas las personas (mujeres y hombres adultos, jóvenes y niños) que se expongan a cualquiera de las formas de transmisión, sin importar raza, sexo, edad, orientación sexual, religión o condición social.

¿CÓMO SABER SI SE HA CONTRAÍDO EL VIH?

- La única forma de saberlo es mediante una prueba de detección de anticuerpos del **VIH**, que se realiza con una prueba rápida o de laboratorio. Si están presentes dichos anticuerpos se dice que la prueba es positiva al **VIH** o la persona es sero positiva al **VIH** o que vive con el **VIH**.

¿CÓMO SABER SI UNA PERSONA VIVE CON EL SIDA?

- El **SIDA** sólo puede ser clínicamente diagnosticado por un médico capacitado, con base en los síntomas y apoyado en las pruebas específicas de detección del **VIH**.

¿LA PRUEBA DEL VIH/SIDA ES OBLIGATORIA?

- No, y nadie puede obligar a otra persona a realizarse el examen de detección del **VIH** como requisito para entrar a un trabajo o para permanecer en su empleo, tampoco para ingresar a centros educativos, deportivos o sociales en ninguna parte del país. Hacerlo constituye una violación a la Modificación a la Norma Oficial Mexicana para la Prevención y Control de la Infección por el **VIH** (NOM-010-SSA2-1993).

Cada persona debe contar con información básica, suficiente y consejería previa y posterior para tomar una decisión individual y/o de pareja acerca de practicarse o no la prueba.

El respeto al resultado de las pruebas de detección, son derechos inviolables de todas las personas.

¿EXISTE UNA VACUNA?

Hasta la fecha no existe protección específica como una vacuna, pero sí un conjunto de medicamentos llamados antirretrovirales que, aunado a un tratamiento integral oportuno, permite a las personas afectadas por el **VIH/SIDA** tener una buena calidad de vida.



Este folleto habla abiertamente del uso correcto del **condón**, porque es necesario que **TODOS** conozcamos lo suficiente para no infectarnos del virus del **VIH/SIDA**.

EL CONDÓN

No te dejes engañar...
¡EL CONDÓN SÍ funciona!

¿Qué es?

Es una cubierta de látex que se coloca en el pene antes de la penetración en las relaciones sexuales.

- Te previene de la infección por **VIH/SIDA**, de otras **ITS** y de embarazos no deseados.
- Impide el intercambio de fluidos (líquido preeyaculatorio, semen, sangre y fluidos vaginales) que posiblemente tengan **VIH**.

Receptáculo para el semen
(PUNTA DEL CONDÓN)



Hecho de látex delgado, pero resistente

¿En dónde se consiguen?

- En más lugares de los que te imaginas, por ejemplo, en farmacias, supermercados, tiendas departamentales, bares, discotecas, en las clínicas de salud y con organizaciones de la sociedad civil.

¿Cómo se compran?

- Se venden por paquete. En algunos lugares puedes pedirlos al dependiente o puedes optar por comprarlos en las tiendas de autoservicio en dónde tu los escoges personalmente.

¿Cuáles son los mejores?

- Existen muchas marcas y modelos. La mejor opción es la que se adapta más a tus necesidades.

¡ LO IMPORTANTE ES QUE SEAN DE LÁTEX !

¿CON QUIÉN SE DEBE USAR?

Ya que no puedes determinar a simple vista cuando una persona tiene alguna **ITS** o es portador del virus que causa el **SIDA**, lo mejor es que utilices el condón cada vez que tengas una relación sexual.

¿CÓMO SE LE DICE A LA PAREJA?

Muchas cosas en torno al sexo suelen ser difíciles. No es fácil decirle que quieres usar un condón, especialmente cuando estás a punto de tener relaciones sexuales. Sin embargo, **DEBES INSISTIR** o **INCLUSIVE CONDICIONAR** la relación al uso del **CONDÓN**.

Tu SALUD o tu VIDA dependen de ello.

El condón se conserva en buena condición si lo guardas en lugares frescos, lejos del calor y la luz fluorescente, evita guardarlo en tu cartera, lejos de llaves u objetos punzocortantes.



Secretaría de Salud



1 Asegúrate

de que el **condón** todavía sirva. Cada empaque tiene escrita una fecha.

• MFG: 02-06
• CAD ó EXP: 02-11

MFG:

Fecha de manufactura dura 5 años a partir de esta fecha.

CAD ó EXP:

Fecha que indica la vida útil del condón.

El CONDÓN

2 Fijate que el empaque no esté roto y que al oprimirlo forme una bolsa de aire; si no es así utiliza otro.

¿Cómo se usa?

a) Abre el empaque con la yema de los dedos. No uses dientes, uñas ni tijeras porque lo puedes romper.



b) Fijate para qué lado se desenrolla, presiona la punta del condón para quitarle el aire y quede espacio para recibir el semen. Si no lo haces, **EL CONDÓN PUEDE ROMPERSE.**

c) Sin soltar la punta del condón colócalo sobre la cabeza del pene cuando está erecto.

d) Con la otra mano desenrolla el condón hacia la base del pene hasta cubrirlo por completo.

e) Si usas lubricante utiliza uno a base de agua. El aceite para bebe, cremas, etc., rompen el condón.

f) Después de que eyaculaste y antes de que el pene se ponga flácido, retírate sosteniendo el condón con la mano para que no se quede dentro de tu pareja.

g) Anuda el condón para que no se derrame el semen y tíralo al bote de basura.



Se ha demostrado que el CONDÓN es en la actualidad uno de los métodos más efectivos para la prevención del VIH/SIDA, otras ITS y embarazos no planeados, cuando se usa correctamente y en cada relación sexual.

Si deseas información sobre el condón o las formas de prevenir el SIDA, llama a:



01 800

TELSIDA
52 07 40 77

sin costo en los estados

71 20 886
71 20 889

lun. a vie. de 9:00 a 21:30 hrs.

telsida@prodigy.net.mx

ATENDEMOS TODAS TUS DUDAS

México 2011

Es tiempo de ACTUAR



gto
seguridad y
bienestar
de todos

Secretaría de Salud

¿ME LA DEBO HACER?

■ Antes de tomar esta decisión es conveniente hacerse las siguientes preguntas:

- ¿Has tenido relaciones sexuales con una o varias parejas sin protección?
- ¿Has recibido transfusiones sanguíneas antes de 1980?
- ¿Has tenido o tienes alguna infección de transmisión sexual (ITS), como sífilis, gonorrea, herpes genital, condilomas, etc.?
- ¿Has usado drogas inyectadas, con las que hayas compartido agujas o jeringas sin desinfectar con otras personas?
- ¿Has compartido objetos punzocortantes o jeringas sin desinfectar?
- ¿Has sufrido algún accidente en el que hayas estado en contacto con sangre de otras personas?
- ¿Planeas tener un bebé?
- ¿Estas embarazada?

Si contestaste "SI" a alguna de estas preguntas es recomendable que platicues con tu médico (a) sobre la posibilidad de hacerte la prueba de detección de anticuerpos del VIH.

Es importante que sepas que nadie puede obligarte ni condicionarte a practicar esta prueba, ya que es una decisión personal, voluntaria, informada y el resultado debe ser confidencial.

¿DÓNDE ME PUEDO REALIZAR LA PRUEBA?

- En los Centros de Información del CENSIDA se realiza el examen de detección del virus del SIDA, donde el servicio es gratuito, anónimo, confidencial y el resultado se entrega sólo al interesado en 7 días hábiles.

Trabajadores (as) sociales, psicólogos (as) médicos (as) y enfermeras te pueden dar este apoyo, resolver todas tus dudas y brindarte atención psicológica y médica en caso de ser necesario.

Porque TÚ ERES lo más IMPORTANTE



Conoce **A TIEMPO** si has contraído la **INFECCIÓN DEL VIH**

Es tiempo de ACTUAR



NO TE DUERMAS, CADA MINUTO DE LA VIDA CUENTA...



IMPULSO
A TU CALIDAD DE VIDA

- Censida a través de la línea telefónica, responde tus dudas y te brinda la orientación que necesitas.

INFÓRMATE, LLAMA A:

TELSIDA

52 07 40 77

sin costo en los estados

71 20 886
71 20 889

lun. a vie. de 9:00 a 21:30 hrs.

ATENDEMOS TODAS TUS DUDAS

telsida@prodigy.net.mx

<http://www.salud.gob.mx/conasida>

No te **DUERMAS**, cada minuto de la **VIDA** cuenta...



¿QUÉ GANO SI ME HAGO LA PRUEBA DEL VIH/SIDA?

- **TRANQUILIDAD**
- **CONOCIMIENTO**
- **CALIDAD DE VIDA**

Siempre se gana algo, y más aún tratándose de tu salud con relación al Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), agente causal de **SIDA** (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida).

En este caso es importante considerar qué ganas:

- **Tranquilidad**
Al eliminar la angustiosa duda de saber si vives o no con el virus.
- **Conocimiento**
Sobre la infección y las medidas que debes adoptar para no adquirir o transmitir el virus.
- **Calidad de Vida**

Al recibir atención médica y psicológica adecuada y oportuna, en caso de resultar positivo a la prueba de detección del **VIH**.

La única forma de saber si tienes o no el **VIH**, es mediante una prueba de laboratorio. Existen diversos métodos:

- **Pruebas rápidas**
- **Pruebas de ELISA**

Todos los métodos son buenos, las pruebas rápidas también, pero siempre en caso de resultado positivo en estas pruebas se debe realizar otra prueba confirmatoria.

Para tomar la decisión sobre hacerte o no la prueba, es necesario que valores el riesgo al que has estado expuesto o expuesta, ya que cada persona lo puede vivir de diferente manera, incluso algunas personas nunca han tenido prácticas de riesgo.

La valoración de riesgo se debe hacer con base en:

- **Historia sexual**
- **Uso de drogas inyectables**
- **Transfusiones sanguíneas**
- **Planeación del embarazo**
- **Accidentes laborales**
- **Antecedentes de violación**

¿QUÉ NECESITO PARA REALIZARME LA PRUEBA?

- Información y orientación sobre el **VIH/SIDA** y otras infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Tomar en cuenta el período de ventana (tres meses).
- Hacer una valoración mediante una entrevista, del riesgo de haber contraído la infección por el **VIH**.
- Tomar la decisión de manera personal de practicársela o no.
- Acudir en ayunas o seis horas después de haber comido el último alimento.

Una muestra de sangre (que tomarán en el laboratorio, clínica u hospital donde se realice, la cual no causa debilitamiento).

Mientras se espera el resultado hay mucho en que pensar.

- ¿Qué hacer con cada posible resultado (positivo o negativo)?
- ¿Cómo actuar respecto a la forma de vida que se lleva?

¿QUÉ RESULTADOS PUEDE DAR LA PRUEBA?

- Las pruebas de detección del VIH se basan en determinar la presencia de anticuerpos contra este virus, que son sustancias producidas en la sangre para combatir infecciones y enfermedades ante la presencia de un agente extraño en el organismo (como los virus).

▪ Resultado Negativo (-)

Significa que no se encontró la presencia de anticuerpos contra el **VIH** en la muestra, lo que indica que la persona no vive con el virus. En este caso es muy importante adoptar las medidas de prevención para no contraer el virus.

- **¿Qué significa el resultado negativo?**

Que por el momento no se ha contraído el virus que puede causar el **SIDA**. Sin embargo, no se está libre de contraerlo, ya que la prueba no es una vacuna para no infectarse, y para mantenerse sin el virus es necesario cuidarse.

Si aún no han pasado tres meses entre la fecha de probable infección y la de la prueba, el resultado no será confiable.

▪ Resultado Positivo (+)

Significa que se encontraron anticuerpos* contra el **VIH** en la muestra de sangre, lo que indica que la persona vive con el **VIH** o que es **VIH positivo**.

▪ Tener el VIH NO significa tener SIDA

Pero es necesario comprobar cualquier resultado positivo con una prueba confirmatoria llamada **WESTERN BLOT**.

El resultado de la prueba del **VIH/SIDA** lo debe entregar un médico (a) o un psicólogo (a) capacitado.

- Solo con una prueba confirmatoria se puede estar seguro de que el resultado es positivo.

Un resultado positivo NO significa:

- Que se vive con el **SIDA**
- Que se está en riesgo de muerte cercana
- Que se deben evitar las relaciones sexuales
- Que sea imposible llevar una buena calidad de vida

* Anticuerpos: sustancias producidas en la sangre para combatir las enfermedades.

