VIH ➢ Introducción

1.1 ¿Lo sabía?

1.2 ¿Cuál es la diferencia entre VIH y Sida?

1.3 ¿Cómo se trasmite el VIH?

1.4 ¿Cómo puede evitar contraer el VIH?

1.5 ¿Cómo averiguar si tengo el VIH?

1.6 ¿Cómo saber si alguien tiene VIH/SIDA?

1.7 Viajando al extranjero

1.8 Uso de intérpretes

1.1 ¿Lo sabía?

- El VIH es el virus que causa el SIDA
- El VIH / SIDA nos afecta a todos, independientemente de la edad, género, raza, origen cultural o religión.

- En el Mundo:
  - Hay más de 34 millones de personas que tienen VIH/SIDA. Más de la mitad de estas personas son mujeres y niños.
  - la vía mas común de trasmisión del VIH son las relaciones sexuales entre hombres y mujeres.
- En Australia:
  - Hay más de 24.000 personas que viven con el VIH/SIDA.
  - El VIH se transmite principalmente a través de relaciones sexuales entre hombres, pero la transmisión a través de relaciones sexuales entre hombres y mujeres se está incrementando.
- Existen tratamientos eficaces para el VIH y las personas pueden llevar una vida larga y saludable.
- El uso de condones durante el sexo vaginal y anal, y no compartir agujas u otro equipo de inyección siguen siendo los medios más eficaces para protegerse contra el VIH.

1.2 ¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?

VIH / SIDA a menudo se escribe como una sola palabra con un solo significado. Sin embargo, VIH y SIDA son cosas diferentes.

VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Humana. Una persona se infecta con el VIH (es VIH positivo) cuando el virus entra en su corriente sanguínea.

El VIH ataca el sistema inmunológico, que es la defensa del cuerpo contra las enfermedades. Si el sistema inmune de una persona está gravemente dañado por el virus, desarrollará el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida). Esto significa que es propensa a contraer infecciones y enfermedades que su cuerpo normalmente combatiría para erradicarlo.

Ser diagnosticado con el VIH no significa que una persona tiene SIDA o que va a morir. Los Tratamientos retrasan el daño al sistema inmunológico para que las personas con VIH puedan permanecer bien, viviendo una vida sana y plena.

1.3 ¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH se encuentra en los fluidos corporales como la sangre, el semen, los fluidos vaginales y la leche materna. La infección sólo se produce cuando los fluidos corporales de una persona infectada entran en la corriente sanguínea de otra persona.

El VIH **puede ser** trasmitido a través de:

- Sexo sin protección (relaciones sexuales sin condón)
- Compartiendo agujas, jeringas y cualquier otro elemento del equipo para inyectarse drogas
- Tatuajes o perforaciones para aretes realizadas con equipos que no han sido adecuadamente esterilizados
- De madre a hijo/a durante el embarazo, el nacimiento o lactancia materna.
- En algunos países a través de transfusiones de sangre y/o productos derivados de la sangre. **En Australia las transfusiones de sangre y productos de la sangre son seguras.**

El VIH **no puede** ser trasmitido a través de:

- Toser
- Estornudar
- Besar
- Escupir
- Llorar
- Compartir platos y cubiertos
- Ropa de cama
- Servicios sanitarios
- Duchas
- Insectos como los mosquitos.

1.4 ¿Cómo puedo evitar contraer el VIH?

Sexo

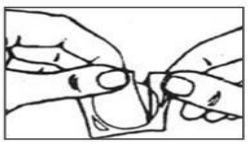
El VIH puede ser transmitido a través de cortes invisibles y rasguños en la superficie de la vagina, el pene o el ano durante las relaciones sexuales sin protección (sexo sin condón) con alguien que tiene el VIH.

Para evitar la transmisión del VIH, practique **sexo seguro**:

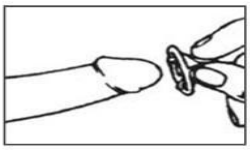
- Use condón nuevo y lubricante a base de agua (por ejemplo KY jelly o material húmedo) cada vez que tenga sexo vaginal o anal. Esto también lo protege de la mayoría de otras infecciones de transmisión sexual.

Como Usar el condón

1. Abra el paquete con cuidado para evitar que dañe el condón.

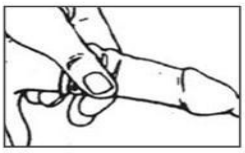


2. Corra hacia atrás la piel del prepucio, si es necesario. Tome la punta del condón entre los dedos índice y pulgar y apriételo asegurándose de sacar todo el aire. Desenrolle el condón completamente, cubriendo todo el pene.

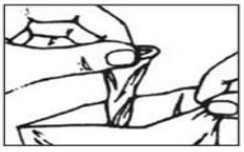


3. Una vez colocado el condón en el pene, cúbralo con lubricante a base de agua.

4. Sostenga el condón en la base del pene cuando lo retire luego de la relación sexual para evitar que el semen se derrame.



5. Ponga el condón en el cesto de la basura. Nunca rehúse un condón.



Inyectándose drogas , Tatuajes y perforaciones en el cuerpo para aretes

El VIH puede ser transmitido a través de compartir agujas y jeringas y por tener perforaciones para aretes y tatuajes realizadas con agujas usadas.

Para evitar la transmisión del VIH cuando se inyecten drogas:

- No comparta agujas, jeringas u otro material de inyección.

Para evitar la transmisión del VIH cuando se hace un tatuaje o perforación para aretes:

- Vaya a sitos especializados (registrados) donde las agujas y los equipos de inyectarse estén debidamente esterilizados o sean desechados después de su uso. Esto también lo protege de otros virus como la hepatitis B y la hepatitis C.

De Madre a Hijo

El VIH puede ser transmitido de una madre VIH positiva a su hijo/hija durante el embarazo, el nacimiento o a través de la lactancia materna. En Australia, las mujeres con VIH que están embarazadas se les da el tratamiento para el VIH durante el embarazo y tener el bebé por cesárea para evitar la transmisión del VIH. Si usted tiene el VIH, y está embarazada o planea tener un bebé, es importante que hable con su médico tan pronto como sea posible.

Se recomienda a las madres con el VIH de no amamantar. Hable con su médico acerca de otras maneras de alimentar a su bebé.

Transfusiones de sangre y productos derivados de la sangre

En Australia, las transfusiones de sangre son seguras. La sangre donada y todos los productos derivados de la sangre son chequeados para detectar el VIH y las personas que son VIH positivas no pueden donar sangre. Sin embargo, las transfusiones de sangre en algunos países extranjeros pueden ser no seguras.

1.5 ¿Cómo averiguar si tengo el VIH?

Para averiguar si tiene el VIH necesita hacerse un examen de sangre. Existen diferentes tipos de exámenes disponibles. Hable con su médico acerca de cuál es el mejor para usted.

Los exámenes para el VIH están disponibles gratuitamente en las clínicas de salud sexual ubicadas a través de toda Australia. En las clínicas, usted no tiene que dar su nombre o tener una tarjeta de Medicare. También puede hacerse el examen con su médico/a.

Estricta confidencialidad está garantizada en todo momento. En Australia, es contra la ley para cualquier profesional de la salud de hablar sobre su información privada con los demás.

1.6 ¿Cómo puedo saber si alguien tiene el VIH / SIDA?

Usted no puede decir 'que con sólo mirar "si alguien tiene el VIH / SIDA. La mayoría de las personas que tienen el virus se ven saludables y no tienen síntomas. De hecho, muchas personas que tienen VIH no lo saben ni ellos mismos. La única manera de saberlo es a través de un examen para el VIH.

1.7 Viajando al extranjero

El VIH /SIDA se encuentra en todos los países del mundo. Donde sea que viaje, siempre use condones y lubricante a base de agua durante las relaciones sexuales (sexo seguro). No comparta agujas u otro elemento del equipo de inyectarse. Si se hace un tatuaje o una perforación, asegúrese de que el equipo está esterilizado.

1.8 Uso de intérpretes

Usted puede tener un intérprete cuando le esté hablando a los trabajadores de la salud u otros servicios.

El uso de un intérprete puede ayudarle a:

- Entender todo lo que le están diciendo
- Asegurándose de que todo lo usted dice es entendido
- Hacer preguntas y obtener respuestas
- Dar permiso para exámenes o tratamientos.

Los intérpretes deben proteger su confidencialidad.

Pida un intérprete cuando usted haga una cita con un trabajador de la salud.

Intérpretes telefónicos (TIS National) están disponibles desde cualquier parte de Australia.

Llame al 131 450 (por el costo de una llamada local) para ser conectado con el servicio que desea hablar a través de un intérprete.