

agujas limpias o sin uso. Las agujas usadas y sucias NO deben compartirse. Algunas ciudades ofrecen programas de intercambio de agujas, en donde usted puede cambiar sus agujas usadas por nuevas.

SI VIVE CON VIH PUEDE EVITAR TRANSMITIRLE LA ENFERMEDAD A OTROS.

- No amamante.
- Reciba atención y tratamiento pre-natal.
- Infórmele a su parejas sexuales que está infectado de VIH antes de tener sexo. Practique el sexo seguro (use condones y protectores bucales).
- No comparta agujas para body piercing, inyecciones ni tatuajes.

¡APRENDA A UTILIZAR UN CONDÓN PARA HOMBRES CORRECTAMENTE!

- Abra el envase del condón con sus dedos NO CON SUS DIENTES.
- Apriete el extremo del condón para asegurarse de que no quede aire dentro del condón.
- Desenrolle completamente el condón por el pene ERECTO. Si no puede desenrollar el condón, debería desechar

el condón y comenzar otra vez con un condón nuevo.

- Después de tener sexo (relaciones sexuales), tome la parte inferior del condón inmediatamente después de eyacular y retire el pene.
- Deseche el condón usado en la basura y lávese el pene.
- NO USE NUEVAMENTE LOS MISMOS CONDONES.
- Practique antes de tener que usar un condón.

Para más información sobre servicios por VIH/SIDA en su comunidad, llame al 1-800-342-2437.

Para más información sobre el VIH en internet, visite:

www.cdc.gov

www.hivpositive.com

www.thebody.com

...

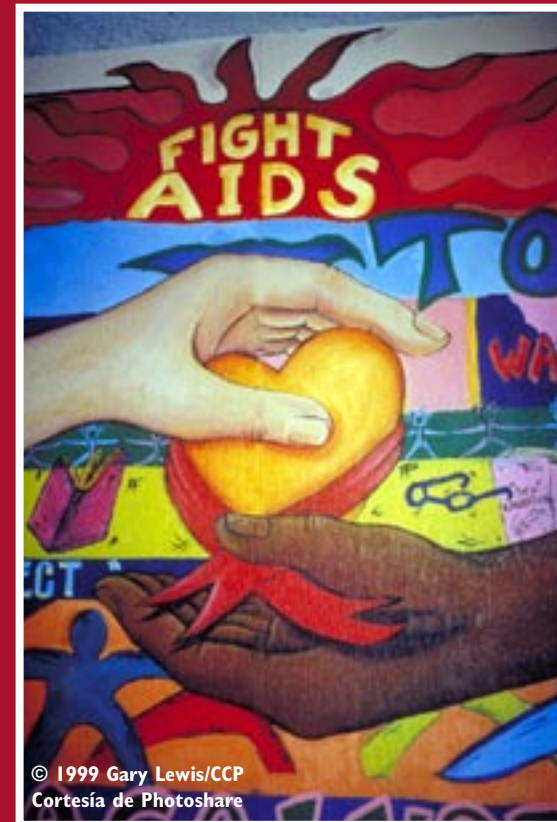
La información para este folleto fue adaptada de los materiales publicados por:

*El Consejo Nacional de Minorías sobre el SIDA
www.nmac.org*

*Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
www.cdc.gov*

*Body Health Resources Corporation
www.thebody.com*

Este folleto fue desarrollado con el financiamiento de la Oficina de Reasentamiento de Refugiados del Departamento de Salud y Servicios Humanos.



**¿Qué es el VIH?
(What is HIV?)
(Spanish)**



www.refugees.org

*Protecting Refugees, Serving Immigrants,
Upholding Freedom since 1911*

INFORMACIÓN DE CONTACTO:

riht@uscridc.org

U.S. Committee for Refugees and Immigrants

**1717 Massachusetts Ave., NW
Suite 200**

Washington, DC 20036

Teléfono: 202 • 347 • 3507

Fax: 202 • 347 • 7177

www.refugees.org

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH/SIDA

VIH—El Virus de Inmunodeficiencia Humano (VIH) es el virus que provoca el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida). El VIH provoca que el cuerpo pierda su protección natural contra la enfermedad, incluso enfermedades comunes como los resfrios. Un doctor dice que una persona tiene SIDA cuando su cuerpo se ha debilitado y no puede seguir combatiendo ciertas enfermedades.

¡La infección de VIH se puede prevenir! Las personas infectadas con el VIH pueden vivir una vida larga y saludable con buena atención médica y detección temprana.

¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH?

El VIH se transmite a través de la sangre, el semen, la leche materna y los fluidos vaginales de personas con el VIH. El VIH puede transmitirse de una persona a otra durante las relaciones sexuales, compartiendo agujas para inyecciones, por el body piercing (incluyendo las orejas) o tatuajes, en el parto y amamantamiento.

En los Estados Unidos, la sangre para transfusiones es controlada, para que no haya riesgo al donar o recibir sangre en un entorno médico. No puede adquirir el VIH por donar sangre.

Las probabilidades de que una madre le transmita el VIH a su hijo durante el parto pueden disminuirse notablemente con atención pre-natal y tratamiento del VIH. Es importante que las mujeres embarazadas se hagan una prueba de VIH para evitar que las madres le transmitan el VIH a sus bebés.

REALIZARSE UNA PRUEBA DE VIH

No se puede saber si una persona está infectada con el VIH. Las personas podrían verse saludables, podrían estar en buen estado físico o gordas y podrían no tener dolencias ni moretones y aún

así estar infectadas con el VIH y transmitirle la enfermedad a otros. La única manera de saber con seguridad si una persona tiene el VIH es realizándose una prueba de VIH.

La prueba de VIH es sencilla y fácil. En la mayoría de las ciudades, hay lugares gratuitos o de bajo costo para pruebas de VIH. Las pruebas de VIH son mediante exudado de fauces o pinchazo en el dedo. Los resultados se obtienen en tan sólo 20 minutos. En la mayoría de las ciudades, las pruebas se ofrecen de manera confidencial o anónima.

Pruebas confidenciales: Se registra el nombre de la persona siendo evaluada y se informa el nombre de manera privada a las autoridades de salud pública (como ser los departamentos de Salud del Estado).

Pruebas anónimas: No requiere que se use un nombre. En su lugar, se usa un código único para identificar a la persona. Esto significa que la persona que reciba la prueba es la única que puede comentarle a quien quiera los resultados.

Usted no puede infectarse con el VIH:

- Por contacto ocasional
- Al estrechar manos
- Al abrazar, besar
- Al toser, estornudar
- Al donar sangre
- Al usar piscinas
- Al sentarse en retretes
- Al compartir ropa de cama
- Al compartir tenedores, cucharas, escarbidentes, cuchillos, recipientes o vasos
- Por picaduras de mosquitos u otros insectos



¿CÓMO PUEDE PROTEGERSE?

Sin riesgo de VIH

- Abstinencia (no tener sexo con otra persona)

Si usted y su pareja sexual han sido evaluados por VIH en los últimos 6 meses Y:

- Ambos dieron negativo por VIH
- **Únicamente** teniendo sexo entre ustedes
- No compartiendo agujas para inyecciones, body piercing ni tatuajes

Cierto riesgo de VIH

- Practicar el sexo seguro
- Practicar el uso seguro de agujas

¿QUÉ ES EL SEXO SEGURO?

El sexo seguro impide el contacto directo del semen, fluidos vaginales y sangre mediante el uso correcto de condones de látex (hombres y mujeres) y protectores bucales (barreras de látex).

Antes de tener sexo:

- Hable con su pareja sobre el sexo seguro.
- Practique usando condones de látex (hombres y mujeres) para aprender a usarlos correctamente antes de tener sexo.
- No tenga sexo después de haber consumido drogas o alcohol.
- Use lubricantes a base de agua (NO vaselina ni lubricantes viscosos derivados del petróleo).

Las pastillas para el control de la natalidad, inyecciones para el control de la natalidad, anillos para el control de la natalidad, parches para el control de la natalidad y esponjas para el control de la natalidad no evitan la transmisión de VIH/SIDA. Igualmente deberá utilizarse un condón de látex (hombres o mujeres).

¿QUÉ ES EL USO SEGURO DE AGUJAS?

El uso seguro de agujas evita el contacto directo con la sangre a través del uso de agujas limpias y sin uso para inyectar drogas, medicamentos, realizar body piercing o tatuajes. Al inyectar drogas o medicamentos, deben emplearse