



A infección polo **VIH** e a **SIDA**  
**Previr é posible**

**DE NÓS DEPENDE**

XUNTA DE GALICIA



## A transmisión

A **sida** (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) é a última etapa da infección polo virus da inmunodeficiencia humana (**VIH**). Este virus vai destruindo as defensas da persoa sen dar apenas síntomas. Arredor de 10 anos despois de contraer a infección desenvólvense algunhas enfermidades infecciosas ou cancros debido a esta baixada de defensas, dando lugar ao que chamamos **sida**.

### AS VÍAS DE TRANSMISIÓN DO VIH SON:

#### 1. Relacións sexuais sen preservativo:

A relación sexual de máis risco é o **coito anal** e a segunda é o **coito vaxinal**, sobre todo para a muller. O **sexo oral** supón unha menor probabilidade de transmisión de VIH.

#### 2. Compartir materiais de inxección de drogas ou calquera instrumento cortante en contacto co sangue:

nesta vía o virus pasa directamente do sangue dunha persoa infectada ao sangue doutra sa.

## A transmisión



Polo tanto, poden ser vehículos de transmisión os obxectos como as xiringas, agullas ou coitelas que non estean debidamente esterilizados.

- Vía materno-filial:** pódese transmitir durante o embarazo, parto ou lactación. Cando a nai recibe un seguimento médico durante o embarazo, parto e lactación pode evitar a transmisión ao seu fillo/a nun 99 %.





## As tendencias

Os últimos datos da infección polo VIH en Galicia mostran que a metade dos casos se infectaron por relacións sexuais entre homes e mulleres (vía heterosexual). Unha cuarta parte das infeccións ocorren en homes que teñen sexo con outros homes e outra cuarta parte en persoas que comparten utensilios para se inxectaren drogas.

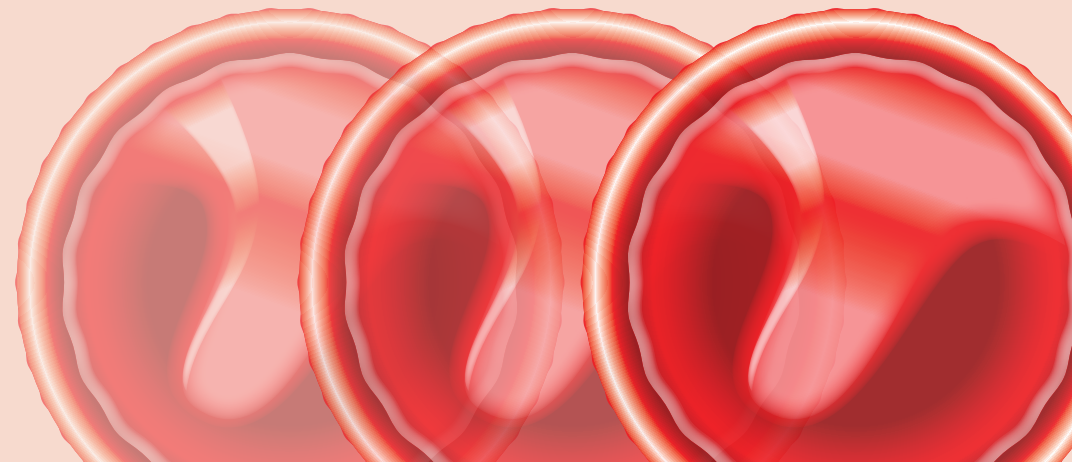
### A TENDENCIA NAS VÍAS DE TRANSMISIÓN NOS ÚLTIMOS ANOS FOI:

- elevada infección polo VIH por vía heterosexual
- aumento paulatino da vía de homes que teñen sexo con outros homes
- diminución da vía relacionada con compartir materiais de inxección de drogas.

## As tendencias



**A maioría dos casos en mulleres foi por transmisión heterosexual**





## A protección

**O VIH non se transmite:** por se bicar, acariciar, nin a través das bágoas ou a suor, nin pola convivencia no domicilio, no traballo, na escola, nin por compartir aseos públicos, piscinas, vasos, cubertos, nin por esbirros, tose, etc.

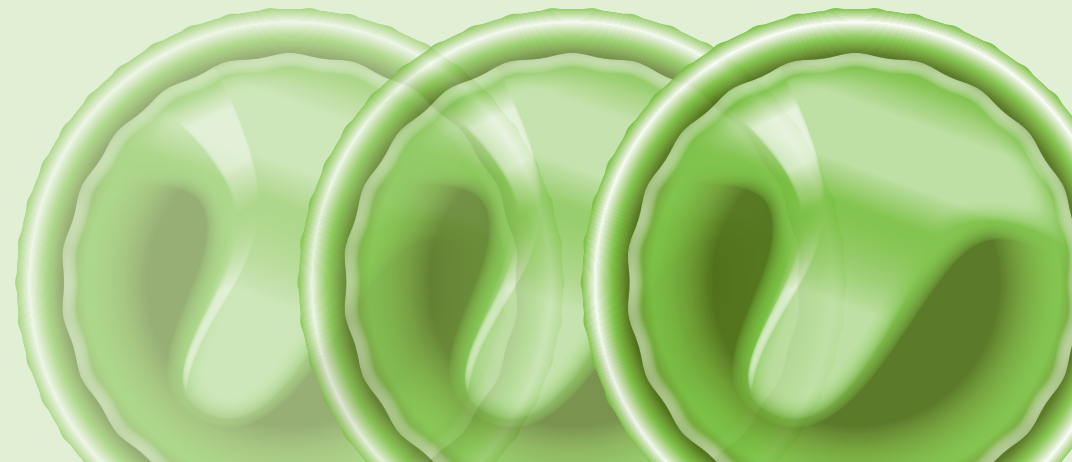
### AS CONDUCTAS QUE PROTEXEN FRONTE AO VIH SON:

1. **Usar sempre o preservativo** nas relacións sexuais é a maneira máis efectiva para evitar esta infección. Debe empregarse tanto no sexo con penetración (vaxinal e anal) coma no sexo oral.
2. As persoas que sexan usuarias de drogas inxectadas **NUNCA deben compartir o material de inxección**. Existen puntos de intercambio de xiringas por toda a xeografía de Galicia nos cales se pode solicitar gratuitamente material estéril para a inxección de drogas.

## A protección



3. **As embarazadas deben facer a proba do VIH** para que, no caso de ser positiva, se poidan beneficiar dun seguimento médico que elimina practicamente o risco de transmisión ao seu fillo/a.





## O diagnóstico

### VANTAXES DO DIAGNÓSTICO PRECOZ:

Se tivo algunha práctica de risco debe facer a proba de VIH. Durante os primeiros anos esta infección adoita pasar desapercibida por presentar síntomas moi leves, isto dá lugar a que **un terzo das persoas infectadas polo VIH descoñezan que o están** e poden infectar sen sabelo as súas parellas.

Un resultado positivo **permitiralle empezar un tratamento a tempo que lle asegure un aumento moi importante da calidade e esperanza de vida**

## O diagnóstico



**Para facer a proba do VIH pode acudir ao seu médico/a de atención primaria ou ao hospital de referencia da súa área de saúde. Esta proba tamén está dispoñible na rede sanitaria privada**





## Os dereitos das persoas afectadas

### RESPECTEMOS E GARANTAMOS OS DEREITOS DAS PERSOAS AFECTADAS

As persoas infectadas polo VIH sofren ás veces de discriminación e estigma por parte de persoas que teñen medo a se infectar por ignorar os coñecementos básicos sobre esta infección, a pesar de ser coñecido que a evidencia científica ten absolutamente demostrado que **non existe ningún risco de infección** na relación e convivencia diaria con estas persoas, exceptuando as relacións sexuais sen preservativo e compartir utensilios para se inxectaren drogas.

## Os dereitos das persoas afectadas



**Participa para que a información e o coñecemento contribúan a mellorar a situación e os dereitos das persoas afectadas**





## Enderezos

### **DIRECCIÓN XERAL DE SAÚDE PÚBLICA E PLANIFICACIÓN Servizo de Control de Enfermidades Transmisibles**

Edificio administrativo San Lázaro, s/n  
15703 Santiago de Compostela  
Teléfono: 881 542 960

### **DIRECCIÓN XERAL DE SAÚDE PÚBLICA E PLANIFICACIÓN Servizo de Drogodependencias e Trastornos Adictivos**

Edificio administrativo San Lázaro, s/n  
15703 Santiago de Compostela  
Teléfono: 881 541 858

### **TELÉFONO GRATUÍTO DE INFORMACIÓN SOBRE VIH/SIDA**

Plan Nacional sobre a Sida  
Teléfono: 900 111 000 (das 10 ás 20 horas)  
informacionvih@cruzroja.es



## Enderezos / Comités antisida



### **Comité Cidadán Antisida da Coruña (casco)**

Rúa Padre Sarmiento, 24 baixo  
15005 A Coruña  
Teléfono: 981 144 151  
comitecasco@mixmail.com

### **Comité antisida Ferrolterra “LAZOS PRO-SOLIDARIEDADE”**

Rúa Fernando VI, 18 baixo  
15403 Ferrol  
Teléfono: 981 350 777  
comiteantisidaferrol@gmail.com

### **Comité Cidadán Galego Antisida**

Rúa Pescadería Vella, 7 baixo  
15703 Santiago de Compostela  
Teléfono: 981 573 401  
ccgantisida@hotmail.com

### **Comité Antisida de Lugo**

Parque Milagrosa. Avda. da Coruña, s/n  
Nave Asociación, local 3  
27003 Lugo  
Teléfono: 982 263 098  
info@ccantisidalugo.com

### **Comité Cidadán Antisida de Ourense**

Pena Trevinca, 22-2º soto  
32005 Ourense  
Teléfono: 988 233 000  
antisidaou@hotmail.com

### **Comité Cidadán Antivih Arousán “CCANVIHAR”**

Rúa Castelao, 13-2º esq. (Apdo. de correos 431)  
36600 Vilagarcía de Arousa  
Teléfono: 986 508 901  
ccanvihar@ccanvihar.org  
Casa Azul, andar 3-sala 4  
Rúa Sor Lucía, 2  
36001 Pontevedra  
Teléfono: 695 557 373  
infosidapontevedra@ccanvihar.org  
Rúa Zaragoza, 1-A, locais: C-E  
36203 Vigo  
Teléfono: 693 409 274  
infosidavigo@ccanvihar.org



## Enderezos / Unidades de seguimento do VIH/sida hospitalarias

**Complexo Hospitalario Universitario A Coruña**  
**Servizo de Medicina Interna**  
As Xubias de Arriba, 84  
15006 A Coruña  
Teléfono: 981 178 394

**Hospital Clínico Universitario de Santiago**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Travesía da Choupana, s/n  
15706 Santiago de Compostela  
Teléfono: 981 951 266

**Hospital Arquitecto Marcide**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Estrada San Pedro de Leixa, s/n  
15045 Ferrol  
Teléfono: 981 334 504

**Complexo Hospitalario Xeral-Calde**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Rúa Doutor Severo Ochoa, s/n  
27004 Lugo  
Teléfono: 982 296 000 (Ext.: 246260)

**Complexo Hospitalario de Ourense**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Rúa Ramón Puga, 54  
32005 Ourense  
Teléfono: 988 385 355

**Hospital Provincial de Pontevedra**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Rúa Loureiro Crespo, 2  
32002 Pontevedra  
Teléfono: 986 800 000 (Ext.: 287252)

**Complexo Hospitalario Universitario de Vigo**  
**Hospital Xeral Cís**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Rúa Pizarro, 22  
36204 Vigo  
Teléfono: 986 816 000 (Ext.: 16104)

**Hospital do Meixoeiro**  
**Servizo de Medicina Interna**  
O Meixoeiro, s/n  
36200 Vigo  
Teléfono: 986 811 111

**Hospital Povisa**  
**Servizo de Medicina Interna**  
Rúa Salamanca, 5  
36211 Vigo  
Teléfono: 986 413 144

**Enderezos da internet**  
<http://dxsp.sergas.es>

Dirección Xeral de Saúde Pública e Planificación  
Xunta de Galicia

<http://www.unaids.org>  
Programa Conxunto das Nacións Unidas sobre o VIH/sida  
(ONUSIDA)

<http://www.msc.es>  
Ministerio de Sanidad y Política Social

<http://www.cdc.gov>  
Centros para o Control e a Prevención de Enfermidades (CDC).  
VIH/sida

<http://www.usc.es/nutrivih>  
Universidade de Santiago de Compostela.  
Nutrición

## Outros enderezos de interese



**As seguintes entidades na túa zona:**  
Unidades asistenciais de Drogodependencias (UAD)  
Centros de Orientación Familiar (COF)







Consellería  
de Sanidade

Saúde Pública  
e Planificación  
Información divulgativa

# Usa preservativo



XUNTA  
DE GALICIA



XACOBEO 2010  
Galicia