

## El VIH y el SIDA

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) destruye las defensas de nuestro organismo y hace que se padezcan infecciones, tumores y otras enfermedades. El sida es la fase más grave de la infección del VIH.

No todas las personas infectadas por el VIH desarrollan el sida. Actualmente, gracias a los tratamientos antirretrovirales la progresión de la enfermedad se puede retrasar durante muchos años. Estos tratamientos mejoran la calidad de vida y aumentan la supervivencia.

Sólo el **preservativo (masculino y femenino)** protege frente a la transmisión del VIH y otras ITS. Úsalo en todas tus relaciones sexuales.

Si tienes una ITS es conveniente que **avises a las personas** con quienes hayas mantenido relaciones sexuales recientes para informarles sobre la posibilidad de transmisión aunque no tengan síntomas.

Información sobre

**VIH/SIDA  
y otras  
INFECCIONES DE  
TRANSMISIÓN  
SEXUAL**

Información gratuita desde cualquier lugar de España

Cruz Roja > 900 111 000  
900 ROSA > 900 601 601

Información por Comunidades y Ciudades Autónomas

Andalucía	900 850 100	Cataluña	900 212 222
Aragón	900 111 000	Extremadura	900 210 994
Asturias	985 338 832	Galicia	881 542 914
Baleares	971 715 566	Madrid	912 052 350
	71 31 23 57	Murcia	900 706 706
	971 723 058	Navarra	848 423 396
Canarias	902 114 444	País Vasco	943 006 464
	922 235 023	La Rioja	941 291 197
Cantabria	942 207 745	Comunidad Valenciana	900 702 020
	/732	Ceuta	900 152 368
Castilla-La Mancha	925 267 763		856 205 009
	/758	Melilla	952 976 251
Castilla y León	983 413 600		

Esta información se ha elaborado con la colaboración de:

Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos  
Consejo General de Enfermería  
Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria  
Sociedad Española de Farmacia Comunitaria  
Federación de Asociaciones de Enfermería Comunitaria y Atención Primaria  
Sociedad Española de Contracepción  
Federación de Planificación Familiar Estatal  
Sociedad Española de Intervención en Sexología



Información sobre  
**VIH/SIDA  
y otras  
INFECCIONES DE  
TRANSMISIÓN  
SEXUAL**



[www.msps.es](http://www.msps.es)

## ¿Cómo se transmite el VIH?

Sólo cuatro fluidos, **la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna**, infectados por VIH pueden transmitirlo.

Además, para que se produzca la infección es necesario que el VIH penetre en el organismo y ello únicamente se produce cuando estos fluidos entran en contacto con las mucosas (revestimiento del interior de la boca, vagina, pene y recto) o la sangre de una persona.

Existen tres vías de transmisión:

- **Sexual:** en las relaciones sexuales con penetración anal o vaginal sin preservativo o sexo oral para quien recibe la eyaculación en la boca. Cuando una persona presenta otras infecciones de transmisión sexual (ITS) el riesgo de infección por VIH aumenta.
- **Sanguínea:** al compartir jeringas, agujas, otro material de inyección o cualquier instrumento cortante que haya estado en contacto con sangre infectada. Igualmente el VIH se puede transmitir al compartir los instrumentos que se usan para los tatuajes, piercing, acupuntura, perforación de orejas, etc. si éstos no están desinfectados adecuadamente.
- **Vertical:** cuando la transmisión se produce durante el embarazo, el parto o la lactancia de una mujer VIH positiva a su hijo/ a.

## ¿Cómo NO se transmite el VIH?

El VIH no se transmite por besarse o acariciarse, ni en la convivencia en el domicilio, trabajo o escuela, y tampoco por compartir los cubiertos, vasos o las instalaciones deportivas o de ocio.

## ¿Cómo puedes prevenir la infección por VIH?

- Usando preservativo (masculino o femenino) en las relaciones sexuales con penetración. El uso del preservativo impide la transmisión sexual del VIH, otras infecciones de transmisión sexual y los embarazos no deseados.
- Utilizando siempre material estéril y evitando el uso compartido de jeringuillas, agujas y otros útiles de inyección si se consumen drogas inyectadas.
- Si estás embarazada y tienes VIH, hay tratamientos que reducen eficazmente el riesgo de la transmisión del virus durante el embarazo y el parto. Una mujer con VIH no debe dar el pecho.

## La prueba del VIH

La prueba del VIH consiste en un análisis de sangre específico que detecta los anticuerpos que el organismo produce en respuesta al VIH. No te la pueden hacer sin tu permiso, su resultado es confidencial y puede hacerse de forma anónima. Es gratuita en todos los centros sanitarios de la red pública, y en los centros de enfermedades de transmisión sexual y algunas ONG no te pedirán la tarjeta sanitaria.

Si crees haber tenido una práctica de riesgo, no debes esperar: acude a tu centro de salud, donde valorarán tu caso, te indicarán la prueba y, en caso de obtener un resultado negativo, te dirán si debes repetírtela y cuando.



## Otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)

Las ITS en su mayoría se transmiten de una persona a otra durante las relaciones sexuales. Están causadas por bacterias, virus, hongos o parásitos. Entre las ITS más frecuentes se encuentran el VIH, la Sífilis, la Gonorrea, la Chlamydia, el Herpes Genital, el Virus del Papiloma Humano y la Hepatitis B.

Muchas de estas infecciones pasan desapercibidas, sobre todo al principio. La mayoría se tratan y previenen de forma sencilla, pero si no se tratan adecuadamente pueden tener importantes consecuencias.

Hay algunos síntomas que pueden indicar que has contraído una ITS. Si los tienes, acude a tu centro de salud o centro de enfermedades de transmisión sexual para realizarte una revisión y seguir las prescripciones médicas.

### Mujeres:

- Flujo anormal en la vagina con o sin olor desagradable.
- Úlceras, ronchas, verrugas o ampollas cerca de los genitales, ano o boca.
- Inflamación de uno o más ganglios cercanos a la úlcera.
- Dolor en la zona de la pelvis.
- Escozor o picor alrededor de los genitales.
- Ardor al orinar o defecar.
- Sangrado por la vagina sin tratarse de la menstruación o tras la relación sexual.
- Dolor en la vagina durante las relaciones sexuales, de aparición repentina.

### Hombres:

- Secreción por la uretra.
- Úlceras, ronchas, verrugas o ampollas cerca de los genitales, ano o boca.
- Inflamación de uno o más ganglios cercanos a la úlcera.
- Dolor e inflamación en los testículos.
- Escozor o picor alrededor de los genitales.
- Ardor y dolor al orinar o defecar.