# Hechos que debe saber El VIH y El SIDA

## Esté bien informado sobre el VIH y el SIDA:

- El VIH es el virus que causa el SIDA, una enfermedad que impide que el cuerpo combata infecciones.
- No hay cura para el VIH o el SIDA.
- El SIDA frecuentemente causa la muerte.
- La gente se infecta con el VIH por lo que hace no por lo que es.
- Hay sólo pocas maneras en que se puede infectar con el VIH.
- Usted se puede proteger para no infectarse con el VIH.
- Una prueba del VIH puede indicar si usted ha sido infectado. La prueba es confidencial.
- Si usted está infectado con el VIH, hay cosas que puede hacer para mantenerse saludable.

## ¿Qué son el VIH y el SIDA?

El VIH (o el Virus de Inmunodeficiencia Humana) es el virus que causa el SIDA (o el Síndrome de Inmune Deficiencia Adquirida). El VIH daña al sistema inmunológico, la parte del cuerpo que combate la infección. Con el tiempo, el sistema inmunológico se debilita tanto que enfermedades e infecciones empiezan a invadir al cuerpo. Cuando estas condiciones empeoran, la persona es diagnosticada con SIDA.

## ¿Cómo podemos saber si alguien está infectado con el VIH?

No se puede saber si una persona tiene el VIH o el SIDA con tan sólo verla. Una persona que esté infectada con el VIH puede verse saludable y sentirse bien, sin embargo hasta puede transmitir el virus a otra persona. La única manera de que una persona puede saber si está infectada con el VIH es por medio de una prueba de VIH.

**Cualquier** persona puede infectarse con el VIH. Esto no tiene nada que ver con la raza, edad, religión, nacionalidad, ni orientación sexual. La gente se infecta con el VIH por lo que hace, no por quien es.

## ¿Cómo se pueden infectar las personas con el VIH?

El VIH se transmite por medio de **la sangre, el semen, las secreciones vaginales, y la leche materna.** El contacto con estos fluidos corporales lo ponen a riesgo de contraer la infección del VIH.

Las maneras más comunes de infectarse con el VIH son:

- **Teniendo relaciones sexuales** (oral, vaginal, o anal), con alguien que esté infectado con el VIH, y
- **Compartiendo agujas o jeringas** con alguien que esté infectado con el VIH. Esto incluye compartiendo agujas para inyectarse drogas o vitaminas, agujerar partes del cuerpo, hacerse tatuajes.
- Una mujer con la infección del VIH puede transmitirle el virus a su bebé durante el embarazo o al nacer. Algunos bebés también se han infectado al ser alimentados de pecho por su mamá que está infectada.
- Aunque toda la sangre que ha sido donada se ha sometido a pruebas para detectar el VIH desde 1985, algunas personas se contagiaron con el virus al recibir productos de sangre infectada con el VIH entre 1978 y 1985. No se puede contagiar con el VIH al donar sangre.

## Cómo no se puede infectar.

No se puede infectar con el VIH por medio del aire o por contacto casual. El VIH no se transmite por medio de:

- Vivir, trabajar, o ir a la escuela con alguien que esté infectado con el VIH
- Saludando de mano, abrazando, o besando

*-REVERSO-*

# Hechos que debe saber El VIH y El SIDA

- Estornudando o tosiendo
- Compartiendo alimentos, platos, tazas o tenedores
- Escusados, baños, o albercas
- Zancudos u otros insectos.

## ¿Cómo puede prevenir contagiarse con la infección del VIH?

- **No tenga relaciones sexuales.** Esta es la manera de estar 100% seguro de no contagiarse con el VIH por medio de relaciones sexuales.
- **No comparta agujas ni jeringas** para inyectarse drogas o para ninguna otra cosa.
- **Use un condón de látex cada vez que tenga relaciones sexuales** a menos que esté seguro de que su pareja no está infectada. Cuando se usan correctamente, los condones pueden ayudar a prevenir el VIH y otras enfermedades transmitidas sexualmente.
- **Mantenga una relación** con una persona que únicamente tenga relaciones sexuales con usted. Use condones al menos que esté seguro que su pareja no está infectada con el VIH.

## ¿Debería ir usted a que le hagan la prueba del VIH?

Usted debe hacerse la prueba del VIH si:

- Ha tenido relaciones sexuales sin condón (anal, vaginal, u oral) con alguien de quien no sabe su estatus del VIH – aunque esa persona sea su novio/a, o esposo/a
- Ha compartido agujas, jeringas, o equipo para inyectarse
- Ha tenido más de una pareja sexual, sean hombres o mujeres (entre más parejas tiene, tanto más riesgo tiene de contagiarse)
- Le ha diagnosticado un medico con – o usted se ha tratado para – la hepatitis, la tuberculosis, o cualquier enfermedad trasmitida sexualmente
- Ha ofrecido las relaciones sexuales por el dinero, las drogas, u otras cosas
- Ha recibido sangre o productos de la sangre entre el 1978 y el 1985
- Ha tenido relaciones sexuales – aunque sea una sola vez – con alguien que ha hecho cualquiera de estas cosas.

## ¿Cómo puede prevenir contagiarse con el VIH?

Si usted está infectado con el VIH, hay cosas que puede hacer ahora para mantenerse saludable por más tiempo. Los estudios muestran que el tratamiento a temprana etapa puede ayudar a retrasar el desarrollo del SIDA. Usted también puede tomar medidas para evitar que infecte a otras personas con el VIH. Si usted está embarazada y está infectada con el VIH, hay medicinas que puede tomar para reducir el riesgo de que su bebé contraiga el VIH.

Si busca lugares en Texas en los cuales se puede pedir examinarse para el VIH y otras enfermedades transmitidas por vía del sexo, llame al: **2-1-1**
Para otras preguntas o información acerca del VIH y otras enfermedades transmitidas por vía del sexo, llame al:
**1 (800) CDC-INFO/1 (888) 232-6348 (TTY)**
Internet: www.dshs.state.tx.us/hivstd

DSHS TB/HIV/STD Unit
DSHS Stock E13-11898a
Revised 1/2008

TEXAS Department of State Health Services