

## VIH 101

¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH se transmite de una persona a otra cuando los siguientes fluidos infectados entran en el torrente sanguíneo de otra persona:

- Sangre
- Semen
- Fluidos vaginales
- Leche Materna
- El fluido pre-eyaculación (semen pre)

Usted PUEDE contraer el VIH de una persona que se infecta a través de:

- Sexo - teniendo relaciones sexuales sin protección anal, vaginal u oral (sin condón)
- Agujas - compartiendo agujas contaminadas y jeringas para inyectarse drogas, esteroides o vitaminas o compartir agujas para perforaciones en el cuerpo, tatuajes o convertirse en "hermanos de sangre"
- Madre a hijo - durante el embarazo, el parto o la lactancia
- Productos contaminados con sangre - Antes de 1985 la sangre donada no era revisada. Hoy en día todos los productos de la sangre donada y productos sanguíneos son revisados para detectar el VIH. Desde 2002, el CDC informó que nadie se ha infectado con el VIH a través de productos sanguíneos y transfusiones.

El VIH no se transmite por contacto casual

Usted NO PUEDE contraer el VIH por:

- Abrazar
- Besar
- Compartir comidas o bebidas
- Tocar o estar cerca de alguien que está estornudando o tosiendo

No hay necesidad de preocuparse por el contacto diario en el lugar de trabajo, en la escuela, con cocineros, meseros o familiares y amigos que tienen el VIH.

No hay evidencia que muestra que VIH se puede transmitir por la saliva, las lágrimas o el sudor. La orina y las heces no transmiten el VIH si no hay sangre en ellas.

Trabajadores de la salud tales como médicos, dentistas, enfermeras técnicos de emergencias, médicos y otros que proporcionan atención médica practican "precauciones universales", es

decir, que usan guantes de látex y máscaras para protegerse y proteger a sus pacientes de VIH y otras infecciones. Asimismo, tienen que limpiar y esterilizar los instrumentos o utilizar los instrumentos desechables para su protección.

**RECUERDE:** Si la sangre infectada, el semen, fluidos vaginales, líquido pre-eyaculatorio o la leche materna no entrar en el torrente sanguíneo, no hay riesgo de infección por el VIH.

Sexo oral sin protección ha demostrado ser un menor riesgo de infección por el VIH en comparación con el sexo sin protección anal o vaginal. La persona que realiza el sexo oral (pareja que inserta) se encuentra en menor riesgo que la persona que recibe el sexo oral (pareja que recibe) a causa de posible contacto con fluidos de transmisión.

Ahora que usted tiene los hechos sobre el VIH / SIDA, hable con los demás y comparta lo que ha aprendido. La enfermedad del VIH se puede prevenir.

Si conoces a alguien que tiene la enfermedad de VIH o sida, la cosa más importante que puedes hacer es ser solidario y compasivo. Hay tratamiento médicos efectivos, así como el apoyo a la salud mental y servicios sociales que pueden ayudar a las personas vivir una vida larga y productiva.

Si los servicios de VIH no se ha ofrecido apropiadamente, por favor comuníquese con nuestra línea de asistencia de OAPP al (800) 260-8787.