

www.osakidetza.euskadi.eus/sida



Si te preguntaran,
**¿QUÉ DIRÍAS
SOBRE EL
SIDA?**

ABRIL 2017



Osakidetza



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

¿QUÉ SIGNIFICAN LAS SIGLAS “SIDA”?

S

Síndrome: conjunto de síntomas que caracteriza a una enfermedad.

I

Inmuno: relacionado con el sistema de defensa de nuestro cuerpo contra las enfermedades.

D

Deficiencia: indica que el sistema de defensa no funciona correctamente.

A

Adquirida: no hereditario, sino provocado por un virus.

¿QUÉ CAUSA EL SIDA?

El sida es un estado avanzado de la infección causada por el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), que provoca la destrucción progresiva del sistema inmunitario.

¿QUÉ FLUIDOS DEL ORGANISMO TRANSMITEN EL VIH?

Solo cuatro fluidos, la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna tienen una concentración suficiente del VIH como para transmitirlo.

Esto significa que el VIH puede transmitirse por tres vías: sexual, sanguínea y de madre a hijo/a.



¿QUÉ OCURRE CUANDO UNA PERSONA SE INFECTA?

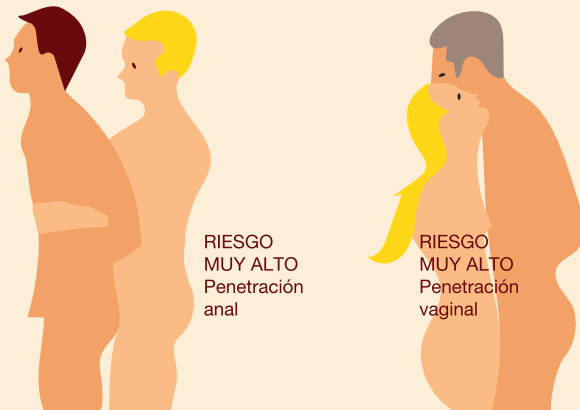
Cuando una persona se infecta puede permanecer sin síntomas durante años.

Al cabo del tiempo, pueden aparecer síntomas como: fiebre, pérdida de peso, diarreas, sudores nocturnos, etc. Estos síntomas, que también aparecen en otras enfermedades, indican que el sistema de defensa del organismo está alterado por el VIH y no funciona correctamente.

Cuando el sistema de defensa está muy debilitado, aparecen ciertas infecciones y cánceres oportunistas que indican que una persona ha desarrollado ya la enfermedad, es decir, el sida.

Todas las personas portadoras del VIH, tengan o no tengan síntomas, pueden transmitir el virus a otras personas.

No todas las prácticas sexuales tienen el mismo riesgo de transmisión:



¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH? ¿CÓMO SE PREVIENE?

El VIH se transmite por tres vías:

1. Sexual
2. Sanguínea
3. Madre-hijo

1. TRANSMISIÓN SEXUAL

En la actualidad el VIH se ha convertido fundamentalmente en una infección de transmisión sexual.

Las relaciones múltiples sin protección aumentan el riesgo; pero una sola relación sexual no protegida puede ser suficiente para infectarse.

RIESGO POSIBLE
Relaciones buco-
genitales (fellatio
cunnilingus)



SIN RIESGO
Masturbación recíproca,
caricias, besos íntimos,
masajes, etc.



Medidas preventivas

Cuando se mantienen relaciones sexuales, el uso del preservativo o condón es la medida más sencilla y eficaz de protegerse frente al VIH.

¿Quién y cuándo debe utilizar un condón?

Lo ha de usar quien mantenga relaciones sexuales de penetración con personas de las que desconozca su situación sanitaria respecto a esta infección, o con personas portadoras del VIH. Se ha de usar en todas las relaciones sexuales de penetración, desde su inicio hasta el final, incluso en las relaciones buco-genitales.

¿Son eficaces los preservativos en la prevención de la infección por el VIH?

Sí. Está demostrada la efectividad del preservativo como método barrera frente al VIH y a otras infecciones de transmisión sexual.

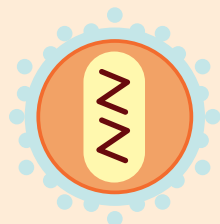
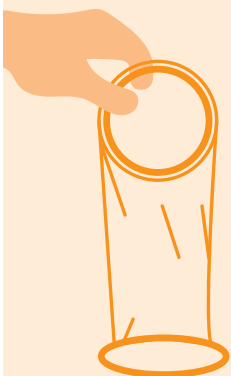
Si hay algún fallo del condón como método preventivo se deberá fundamentalmente a que:

- * No se usa siempre, es decir, no se usa en todas y cada una de las relaciones sexuales de penetración.
- * No se usa correctamente, por ejemplo, no se utiliza durante toda la penetración.

La rotura del preservativo es un hecho muy infrecuente y se debe, principalmente, a su incorrecto uso (utilización de condones caducados, uso de lubricantes grasos, etc.).

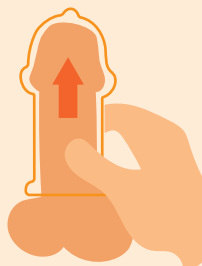
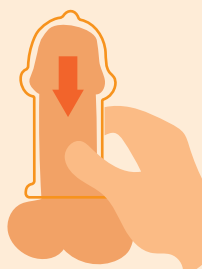
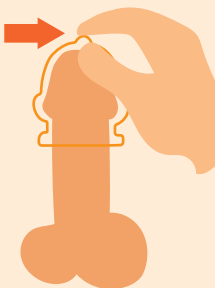
¿Es eficaz el preservativo femenino?

El preservativo femenino es también una barrera eficaz frente al VIH. Al igual que el preservativo masculino, es de un solo uso.



¿Cómo se usa correctamente el preservativo?

1. Comprar sólo preservativos homologados por las autoridades sanitarias.
2. Controlar la fecha de caducidad del condón.
3. Almacenarlo en un lugar fresco, seco y al abrigo del sol o la luz.
4. Manejar el condón con cuidado para no dañarlo con uñas, anillos, dientes, etc.
5. Colocar el preservativo sobre el pene en erección, antes de cualquier contacto genital.
6. Desenrollarlo hasta la base del pene, apretando previamente la punta del condón para expulsar el aire y dejar espacio para el semen.
7. Usar el condón durante toda la penetración. Tras la eyaculación, retirar el pene antes de que desaparezca la erección, sujetando el preservativo por la base, para evitar que salga el semen.
8. Tirar el condón a la basura, nunca al WC.
9. Nunca reutilizar los condones.



¿Con qué se puede lubricar un condón?

Los preservativos normalmente llevan una pequeña cantidad de lubricante. Si se desea una lubricación adicional, sólo deben utilizarse lubricantes solubles en agua (glicerina u otros lubricantes de venta en farmacia).

Los productos grasos (vaselina, aceites, cremas corporales, etc.) pueden dañar el preservativo.

2. TRANSMISIÓN POR LA SANGRE



Se produce, principalmente, a través del uso compartido de agujas, jeringuillas o de los instrumentos que se utilizan para preparar la droga.

Medidas preventivas

Nunca compartir las agujas, jeringuillas y otros útiles de inyección. Una sola vez puede ser suficiente para infectarse.

Hay que utilizar una nueva jeringuilla desechable cada vez.

No se deben compartir tampoco las cuchillas de afeitar, los cepillos de dientes, y otros utensilios que puedan estar en contacto con la sangre (instrumentos de tatuaje, de acupuntura, de perforación de orejas, etc.)

3. TRANSMISIÓN MADRE-HIJO

La transmisión madre-hijo se puede producir durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Sin embargo, en la actualidad gracias al tratamiento antirretroviral durante el embarazo y el parto, la cesárea electiva en los casos indicados y la supresión de la lactancia materna, el riesgo de transmisión del VIH de madre a hijo es prácticamente inexistente.



¿CÓMO NO SE TRANSMITE EL VIH?

El VIH no se transmite por la tos o el estornudo, ni por compartir cubiertos, vasos o platos. Tampoco se transmite por el uso de lavabos públicos, el uso de piscinas públicas, el estrechar la mano, etc. Ningún amigo, familiar, profesor, compañero de clase, de trabajo, etc. ha sido contagiado en la convivencia diaria.

Los animales (perros, gatos, mosquitos...) no transmiten el VIH.

¿CÓMO SE SABE SI UNA PERSONA ES PORTADORA DEL VIH?

Sólo podemos saberlo mediante una prueba específica: la prueba del VIH.

Para que el resultado de la prueba sea fiable hay que dejar transcurrir 3 meses desde la última práctica de riesgo hasta el momento de hacerse la prueba.

Si la prueba es positiva, decimos que esa persona es seropositiva. El que una persona sea seropositiva no quiere decir que tenga la enfermedad, pero sí indica que tiene el virus en su cuerpo y que lo puede transmitir a otras personas.

La prueba del VIH se debe realizar siempre con el consentimiento de la persona interesada, garantizando la confidencialidad del resultado.

Quien desee realizarse la prueba del VIH de forma anónima y confidencial, puede acudir a:

- **San Sebastián:** Plan del Sida e Infecciones de Transmisión Sexual. Avda. Navarra 14-8º. T: 943 00 64 64
- **Bilbao:** Servicio de ITS. Pl. Bombero Etxaniz 1-1º. T: 94 600 69 69
- **Vitoria:** Centro Salud Olaguibel. C/Olaguibel 31. T: 945 00 79 10
- **Farmacias**

Por el aspecto externo no se puede saber si una persona está infectada o no por el VIH.

PARA MÁS INFORMACIÓN...

- **PLAN DEL SIDA E INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL**
T: 943 00 64 64 www.osakidetza.euskadi.eus/sida
- Comisión ciudadana anti sida de Bizkaia T: 94 416 00 55
- Comisión ciudadana anti sida de Álava T: 945 25 77 66
- Asociación ciudadana anti sida de Gipuzkoa T: 943 29 07 22
- Asociación T4 de lucha contra el sida T: 94 422 12 40
- Asociación anti sida Harri Beltza T: 943 49 35 44
- Itxarobide T: 94 444 92 50

NOLA JAKIN DAI- TEKE PERTSONA BAT GIBAREN ERA- MAILEA OTE DEN?

Proba espezifiko bat besterik ez dago horretarako:
GIBaren proba.

Probaren emaitza fidagarria izateko, azkeneko
arriskuzko jardueratik 3 hilabete pasatzen utzi behar dira
proba egiteko unera arte.

Proba positiboa baldin bada, pertsona hori
seropositiboa dela esaten dugu. Pertsona hori
seropositiboa izateak ez du gaixotasuna duenik esan
nahi, baina bai, ordea, birusa gorputzean daukala eta
beste pertsona batzuei transmititu diezaiekeela.

GIBaren proba, beti ere, egingo dioten pertsonaren
onespenaz burutu beharra dago, eta gainera emaitzak
isilpean gordeko direla bermatu.

GIBaren proba egin nahi dutenek, izenik eman gabe eta
isilpean, honako hauetara jo dezakete:

- **Donostia:** Hiesaren eta Sexu Transmisiozko Infekzioen Plana. Nafarroa hiribidea 14, 8.a. T: 943 00 64 64
- **Bilbo:** STlen Zerbitzua. Etxaniz Suhiltzailearen plaza 1, 1.a. T: 94 600 69 69
- **Gasteiz:** Olagibeleko Osasun Zentroa. Olagibel kalea, 31. T: 945 00 79 10
- **Farmaziak**

Kanpoko itxuragatik ez dago jakiterik inor GIBaz
kutsaturik dagoen ala ez.

INFORMAZIO GEHIAGO NAHI IZANEZ GERO

- **HIESAREN ETA SEXU TRANSMISIOZKO INFEKZIOEN PLANA**
T: 943 00 64 64 www.osakidetza.euskadi.eus/sida
- Bizkaiko hiesaren kontrako batzordea T: 94 416 00 55
- Arabako hiesaren kontrako batzordea T: 945 25 77 66
- Gipuzkoako hiesaren kontrako elkarte T: 943 29 07 22
- Hiesaren aurkako T4 elkarte T: 94 422 12 40
- Harri Beltza, hiesaren aurkako elkarte T: 943 49 35 44
- Itxarobide T: 94 444 92 50

3. AMARENGANDIK HAURRARENGANAKO TRANSMISIOA

Amarengandik haurrarenganako transmisioa haurdunaldian, erditzean edota edoskitzaroan gerta daiteke.

Hala ere, gaur egun, haurdunaldian eta erditzean tratamendu antirretobirala emanda, edo aipatutako kasuetan hautapenezko zesarea eginda, edo haurrari amaren bularra kenduta, ia ez dago arriskurik amak haurrari GIBa kutsatzeko.



NOLA EZ DA TRANSMITITZEN GIBAREN BIRUSA?

GIBa ez da transmititzen ez tularen edo doministikuaren bidez, ezta mahai-tresnak, edalontziak nahiz platerak elkarri trukatzu ere. Halaber, hiesa ez da transmititzen komun publikoak edo igerileku publikoak erabiltzeagatik, eskua luzatuz, eta abar. Inoren lagun, senitarteko, irakasle, ikaskide, lankiderik, eta abar ez da kutsatu eguneroko bizitza normalean.

Animaliek (zakurrak, katuak, eltxoak...) ez dute transmititzen GIBa.

2. ODOLAREN BIDEZKO TRANSMISIOA



Orratz, xiringa eta droga prestatzeko erabiltzen dituzten tresnak elkarri trukatzearen bidez gertatzen da nagusiki.

Prebentziorako neurriak

Ez orratzik, ez xiringarik eta ez injektatzeko bestelako tresnarik elkarri trukatu. Nahikoa da behin trukatzea infektatzeko.

Xiringa botagarri berria erabili behar da aldiro.

Bizarra mozteko aitzurrak, hortz-eskuila, eta odola ukitu dezaketen beste tresna batzuk (tatuajerako edota akupunturarako tresnak, belarriak zultatzekoak, eta abar) ere ez zaizkio elkarri trukatu behar.

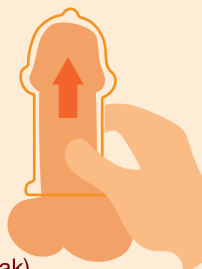
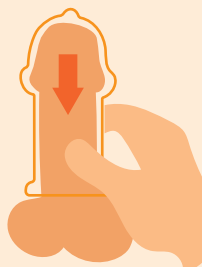
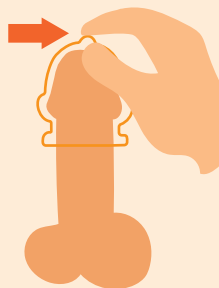
Nola erabiltzen da preserbatiboa era egokian?

1. Soilik osasun-agintariek homologatutako preserbatiboak erosi.
2. Kondoia irenbatze-data kontrolatu.
3. Leku fresko, lehor eta eguzkitik edota argitik babesean gorde.
4. Kondoia kontu handiz maneiatu, azkazal, eraztun, hortz eta abarrekin ez hondatzeko.
5. Kondoia zakila tente dagoenean jarri, edozein kontaktu genital izan aurretik.
6. Zakilaren oinarriaraino zabaldu, lehenago kondoia muturra estutuz, airea iraitzeko eta haziarentzat lekua uzteko.
7. Kondoia koito osoan erabili. Isurketaren ondoren, zakila atera, oraindik tente dagoela, kondoia behealdetik helduta hazirik ez dela ateratzen ziurtatzeko.
8. Kondoia zakarretara bota, inoiz ez komunera.
9. Kondoia inoiz ez berrerabili.

Nola lubrifikatzen dira kondoia?

Kondoia, normalean, lubrifikatzaile pixka bat daramate. Lubrifikazio handiagoa nahi izanez gero, ur bidezko lubrifikatzaileak besterik ez dira erabili behar (glizerina edo botiketan saltzen diren bestelako lubrifikatzaileak).

Olioak duten produktuek preserbatiboa honda dezakete.



Prebentziorako neurriak

Sexu-harremanak izatean, GIBaren aurrean babesteko erarik errazen eta eraginkorrena preserbatiboa edo kondoia erabiltzea da.

Nork eta noiz erabili behar du kondoia?

GIBa duten pertsonekin penetraziozko sexu-harremanak dituzten guztiek preserbatiboa erabili behar dute; bai eta edozein pertsonarekin ere, infekzioarekiko zer egoeratan dauden jakiten ez bada. Penetraziozko sexu-harreman mota guztietan erabili behar da preserbatiboa, hasi eta bukatu arte; harreman bukogenitaletan ere bai.

Eraginkorrak dira preserbatiboak GIBak eragindako infekzioaren prebentzioan?

Frogatuta dago preserbatiboa barrera-metodo eraginkorra dela, bai GIBari, bai sexu bidez kutsatzen diren beste infekzio batzuei, kontra egiteko.

Preserbatiboak prebentzio-metodo gisa huts egiten badu, honegatik izango da ziurrenik:

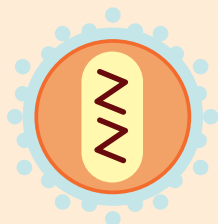
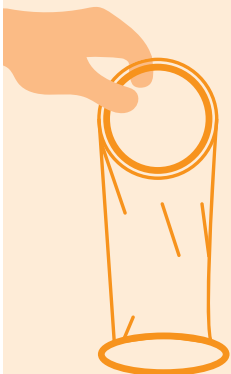
* Ez da beti erabiltzen, hau da, ez da koito guztietan erabiltzen.

* Ez da era egokian erabiltzen, hau da, ez da koito osoan zehar erabiltzen.

Preserbatiboa oso gutxitan hausten da, batez ere behar bezala erabiltzen ez delako (iraungitako kondoiak erabiltzea, olio lubrifikatzaileak erabiltzea).

Emakumezkoentzako preserbatiboa eraginkorra da?

Emakumezkoentzako preserbatiboa ere eraginkorra da GIBari aurre egiteko.



NOLA TRANSMITITZEN DA HIESAREN BIRUSA? NOLA PREBENITZEN DA?

Hiru dira hiesaren birusa transmititzeko:

1. Sexua
2. Odola
3. Amarengandik haurrarengana

1. SEXU BIDEZKO TRANSMISIOA

GIBa, gaur egun, batez ere sexu bidez transmititzen da.

Arriskua handiagoa da babesik gabeko sexu-harremanak maiz izanez gero; baina, babestu gabe, behin bakarrik egitea nahikoa izan daiteke infektatzeko.



**BALIZKO
ARRISKUDUNAK**
Aho-genitalen
bidezko harremanak
(fellatio, cunnilingus)



ARRISKURIK GABEKOAK
Elkarri egindako masturbazioa,
laztanak, musu intimoak,
masajeak, eta abar.

ZER GERTATZEN DA PERTSONA BAT INFEKTATZEN DENEAN?

Infekzioa duen pertsona bat urteak egon daiteke sintomarik gabe.

Denbora igaro ahala, kutsatutako pertsona gehienetan, sintoma batzuk azaltzen dira, hala nola sukarra, pisu-jaitsiera, beherakoak, gauez izerditzea, eta abar. Sintoma horiek beste gaixotasun batzuetan ere ageri dira, baina kasu horretan organismoaren babes-sistemak aldaketak jasan dituela eta behar bezala ez dabilela adierazten dute.

Defentsa-sistema oso makalduta dagoenean infekzio eta minbizi oportunistak batzuk agertzen dira. Horiexek adierazten dute pertsonak gaixotasuna garatu duela; hiesa, alegia.

GIBaz kutsatutako pertsona guztiek, sintomak izan edo ez, transmititu transmititu diezaiekete birusa beste pertsona batzue.

Sexu-praktika guztiek ez dute birusa transmititzeko arrisku bera.



ARRISKU
HANDIKOAK
Uzki bidezko
koitoak



ARRISKU
HANDIKOAK
Bagina bidezko
koitoak

ZERK ERAGITEN DU HIESA?

Hiesa, hartutako giza immunoeskaziaren birusak (GIB) sortzen duen infekzioaren egoera aurreratua da, immunitate-sistemaren suntsitze progresiboa eragiten duena.

ORGANISMOAREN ZER FLUIDOK TRANSMITITZEN DUTE GIB-A?

Lauk bakarrik: odolak, semenak, baginako jariakinek eta amaren esneak. Horiek bakarrik dute GIBa transmititzeko adina kontzentrazio.

Horrela, bada, GIBa hiru bide hauetatik kutsa daiteke: sexu bidez, odolaren bidez eta amak haurra.



ZER ADIERAZTEN DUTE “HIES” SIGLEK?

H

Hartutako: ez herentziaren bidez, birus batek eraginik baizik.

I

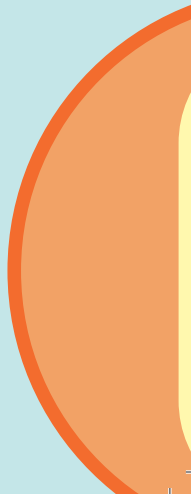
Immuno: gure gorputzak gaixotasunetatik babesteko duen sistemarekin lotuta dagoela.

E

Eskasia: babes sistema behar bezala ez dabilela adierazten du.

S

Sindromea: gaixotasun baten ezaugarri diren sintomen multzoa.



www.osakidetza.euskadi.eus/sida



galdetuko balizute,
**ZER ESANGO
ZENUKE
HIESAZ?**

2017 APIRILA



Osakidetza



**EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO**

OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD