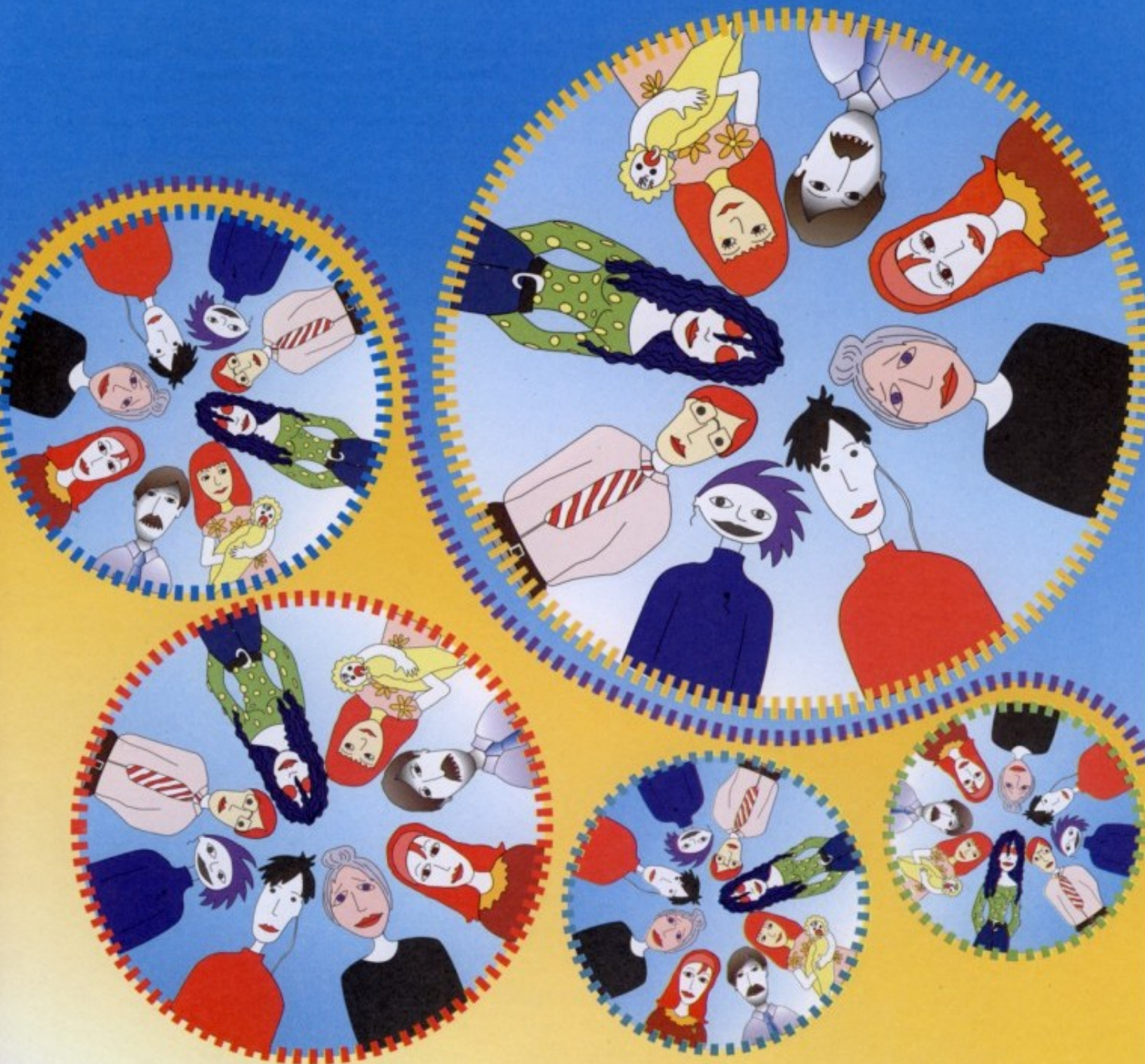


# Conversemos sobre VIH/SIDA







## ¿Qué es el VIH / SIDA?

El VIH, *Virus de la Inmunodeficiencia Humana*, es un virus que se transmite de una persona que lo tiene a otra, por vía sexual, sanguínea y perinatal.

Se le llama SIDA, *Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida*, a una etapa avanzada de la infección producida por este virus.



## ¿Qué pasa con el virus en nuestro cuerpo?

Este virus (VIH) tiene la particularidad de atacar y destruir en forma progresiva al Sistema Inmunológico, cuya función es defender al organismo de gérmenes y elementos potencialmente dañinos para la salud, así como impedir la aparición de cánceres y tumores.

El VIH no produce síntomas directamente. Cuando una Persona que Vive con VIH presenta síntomas, éstos corresponden a una enfermedad determinada, que le afecta como consecuencia del debilitamiento de su sistema inmunológico.







## ¿Cómo se detecta el VIH?

La única forma de saber si hemos adquirido el VIH es a través de un examen de sangre específico. El más utilizado se conoce como "Test de ELISA para VIH". En nuestro país, este examen puede efectuarse en el hospital o consultorio más cercano al domicilio y en laboratorios privados. El examen debe tomarse 3 meses después (periodo de ventana) de la última situación de exposición a un riesgo.

Por ley (19.779), está establecido que este examen debe ser voluntario, confidencial y acompañado de consejería. Es decir, usted, debe decidir si quiere o no hacerse, basándose en la información facilitada por quien le hará el examen. El resultado del test es confidencial y usted tiene el derecho a ser informado adecuadamente acerca del significado de su resultado.



## ¿Para qué hacerse el examen?

Para saber si hemos adquirido el VIH o no. Si lo hemos adquirido, saberlo nos sirve para iniciar tempranamente controles de salud, mejorando las posibilidades de vivir más y en mejores condiciones, así como iniciar tratamiento cuando sea necesario, y prevenir la reinfección y la transmisión a otras personas.

Si no lo hemos adquirido, nos sirve para adoptar medidas preventivas. Un resultado negativo es una oportunidad para reflexionar sobre nuestras conductas de riesgo y producir cambios que nos permitan hacer prevención efectiva en el futuro.

Para informarse del lugar más cercano a su domicilio donde realizarse el examen, llame a FONOSIDA: 800 20 21 20

## ¿Cuáles son las etapas de la infección?



### TRANSMISION DEL VIH

El virus se adquiere por tres vías: sexual, sanguínea, vertical (de la madre que vive con VIH a su hijo(a)).



### PERIODO DE VENTANA

Es el tiempo desde que una persona adquiere el VIH, hasta que pueda detectarse a través del examen de sangre (3 meses en Chile). En este período no existen anticuerpos contra el VIH suficientes para ser detectados por la técnica.

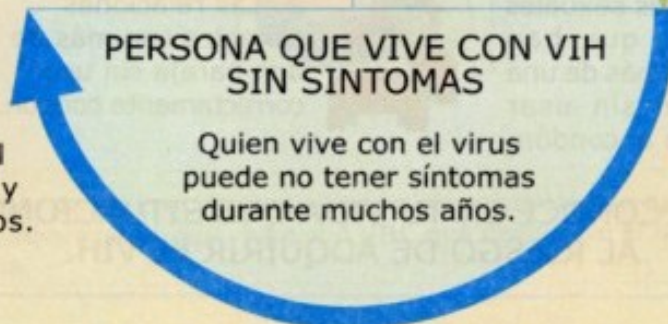
3 meses

**SIDA:** Etapa en que aparecen signos y síntomas de enfermedades como consecuencia del debilitamiento del sistema inmunológico por el VIH. Esta fase puede ser prevenida y revertida a través de la asistencia a controles de salud periódicos, el autocuidado de la salud y el uso de medicamentos.

SIDA

### PERSONA QUE VIVE CON VIH SIN SINTOMAS

Quien vive con el virus puede no tener síntomas durante muchos años.







# S I D A

S

## Síndrome

El SIDA es una sigla que alude a un síndrome o conjunto de enfermedades, entre las que puede señalarse:

- infecciones "oportunistas" que afectan principalmente a los pulmones, aparato digestivo, cerebro y piel.
- tumores de la piel y ganglios.
- enfermedades del sistema nervioso central y un compromiso del estado general del organismo.

I

D

## Inmuno - Deficiencia

Este síndrome es producido por un daño o deficiencia en el sistema inmunológico.

A

## Adquirida

Esta deficiencia en el sistema inmunológico se produce a causa de un virus (VIH) que se transmite de una persona a otra.



## ¿Cómo se adquiere el VIH?



El VIH se adquiere a través de la vía sexual, sanguínea y perinatal, cuando no se han tomado las medidas de prevención. Para protegernos, necesitamos reflexionar a partir de información adecuada y ser capaces de reconocer el riesgo real de adquirir el VIH, para prevenir de manera efectiva y acorde a nuestro estilo de vida.

**Riesgo:** Es la posibilidad de que ocurra o no un hecho. Frente al VIH/SIDA podemos eliminar o disminuir el riesgo. El RIESGO de adquirir el VIH aumenta o disminuye según nuestras conductas. Por ejemplo son CONDUCTAS DE RIESGO:



1. Las relaciones sexuales con personas que han tenido o tienen más de una pareja sexual sin usar correctamente el condón.



2. Las relaciones sexuales con más de una pareja sin usar correctamente condón.

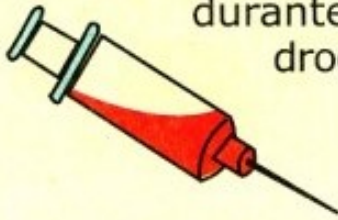
3. El intercambio de jeringas.



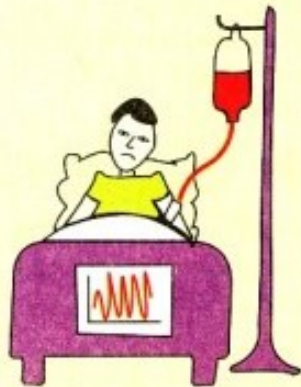
REFLEXIONA Y RECONOCE EN TU VIDA QUE SITUACIONES TE ACERCAN AL RIESGO DE ADQUIRIR EL VIH.



- Por compartir jeringas durante el consumo de drogas intravenosas



Esta es la práctica de mayor riesgo. Cuando se comparten jeringas, los restos de sangre que quedan en el interior de la jeringa después de ser usada por una persona, pueden inyectarse directamente al torrente sanguíneo de la persona que la utiliza después, pudiendo transmitirse el virus de esta manera.



- Por transfusión de Sangre

Una persona puede contraer el VIH si recibe una transfusión de sangre de una persona que vive con el virus.

**En Chile ese riesgo está controlado, ya que desde 1987 la sangre donada es sometida a exámenes para detectar el virus del SIDA.**

**Donar sangre no implica riesgo de infección.**



- Por relaciones sexuales

En Chile, es la forma más frecuente de transmisión del VIH.

No todas las prácticas sexuales tienen el mismo riesgo. Algunas hacen más fácil la transmisión. De mayor a menor riesgo son:

#### Prácticas de mayor riesgo

- penetración anal sin condón
- penetración vaginal sin condón

#### Prácticas de menor riesgo

- contacto de la boca con los genitales o
- sexo oral

Para resguardar el período de ventana del examen, las personas deben abstenerse de donar sangre si han tenido prácticas de riesgo en los últimos tres meses, tales como:

- relaciones sexuales con personas que han tenido o tienen más de una pareja sexual sin condón
- relaciones sexuales con más de una pareja sin condón
- intercambio de jeringas

- De una madre viviendo con VIH al hijo(a)

Una mujer que vive con el VIH puede transmitir el virus al hijo(a) de tres formas:

1. Durante el embarazo por el paso del VIH a través de la placenta



2. Durante el parto



3. Al amamantar a su hijo(a), una mujer que vive con el VIH puede transmitir el virus al recién nacido a través de la leche



En Chile existe el Protocolo de Prevención de la Transmisión Vertical que asegura tratamiento disponible para todas las mujeres embarazadas que viven con VIH, que disminuye el riesgo de transmisión del virus de la madre al niño o niña.





# ¿Cómo prevenir?



## • La transmisión por VÍA SEXUAL

### Ausencia de actividad Sexual (Abstinencia)

La ausencia de relaciones sexuales, representa la seguridad total de no adquirir el virus por vía sexual. Esta medida de prevención puede ser temporal o definitiva.

### Prácticas de Sexo Más Seguro

Las prácticas sexuales que no implican penetración, permiten una actividad sexual segura. Entre ellas podemos mencionar los besos, caricias y masturbaciones mutuas.



### Pareja Sexual exclusiva

Acordar ser pareja mutuamente exclusiva, o sea, comprometerse ambos miembros a mantener relaciones sexuales exclusivamente con el otro, es seguro, siempre que ambas personas comprueben a través del examen que no viven con VIH, y respeten el acuerdo.

### Uso correcto del Preservativo

Usar correctamente el preservativo o condón en cada relación sexual, nos protege de adquirir el VIH.

Estas opciones previenen la transmisión sexual del VIH. Elige en conciencia la que mejor se ajuste a tu estilo de vida actual y aplícala de manera correcta.

Recuerda que la prevención es posible.

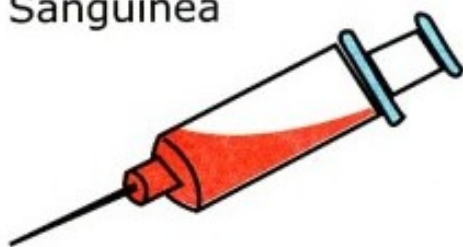
En caso de decidir el uso del preservativo recuerde la siguiente información:



- Deben utilizarse durante todo el acto sexual, y en todas las relaciones sexuales.
- Deben ser de látex, y necesitan conservarse en un lugar fresco y seco.
- Tienen fecha de vencimiento. Duran de tres a cinco años, dependiendo del fabricante. Observe la fecha de envase y asegúrese que tengan control de calidad.
- Siga las instrucciones de uso del envase. Asegúrese de no abrirlo con tijeras o con las uñas, y de presionar la punta al momento de colocarlo, para evitar que quede con aire y se rompa.
- Son desechables. Se usan una sola vez y se botan.

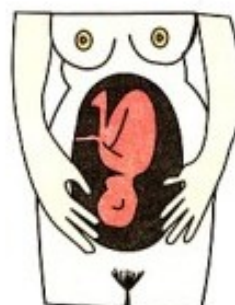
Todos los condones que se venden en Chile deben tener certificación de calidad de organismos acreditados por el ISP. (Decreto Ex. (S) N° 342, 12 de mayo de 2004)

## • La transmisión por Vía Sanguínea



No compartir jeringas.

## • La transmisión de la Madre que vive con VIH al hijo(a)



Antes de decidir tener un hijo(a) consulte al médico. Existe tratamiento para disminuir el riesgo de transmisión de una mujer que vive con VIH a su hijo(a). Si usted está embarazada, puede realizarse el examen para aplicar el tratamiento adecuadamente. Consulte a su médico o matrona.





# ¿Por qué hablar sobre el SIDA ?

## Todos necesitamos hablar y conocer sobre el SIDA para:

- Satisfacer una curiosidad natural, especialmente en los niños y adolescentes.
- Reducir los temores frente a la epidemia.
- Analizar nuestras conductas y así conocer el riesgo real que tenemos de adquirir el VIH.
- Reflexionar sobre algunas dificultades que pueden surgir en la prevención para superarlas.
- Analizar las medidas de prevención que mejor se adaptan a nuestros estilos de vida actuales y motivarse a aplicarlas.
- Decidir solos y en pareja cómo enfrentar la vida sexual y la prevención del VIH.



## ¿ Cómo y cuándo hablar del Tema?

- Con naturalidad, apoyándose en información correcta y clara, facilitando la conversación abierta.
- Aprovechar todas las oportunidades que brindan los niños y jóvenes al preguntar sus dudas.
- Este folleto, un programa de televisión, una canción, el problema de un conocido, una noticia del diario, una película, son algunas ocasiones que pueden servir como estímulo para una conversación.
- Recordar que no es necesario saber todo, lo que no se sabe lo puede consultar. El apoyo que se brinde a los niños y jóvenes en el desarrollo de su autoestima, en la toma de decisiones y la apertura al diálogo son herramientas que contribuyen a la formación de una actitud preventiva.

## Marco Legal y Etico en Chile

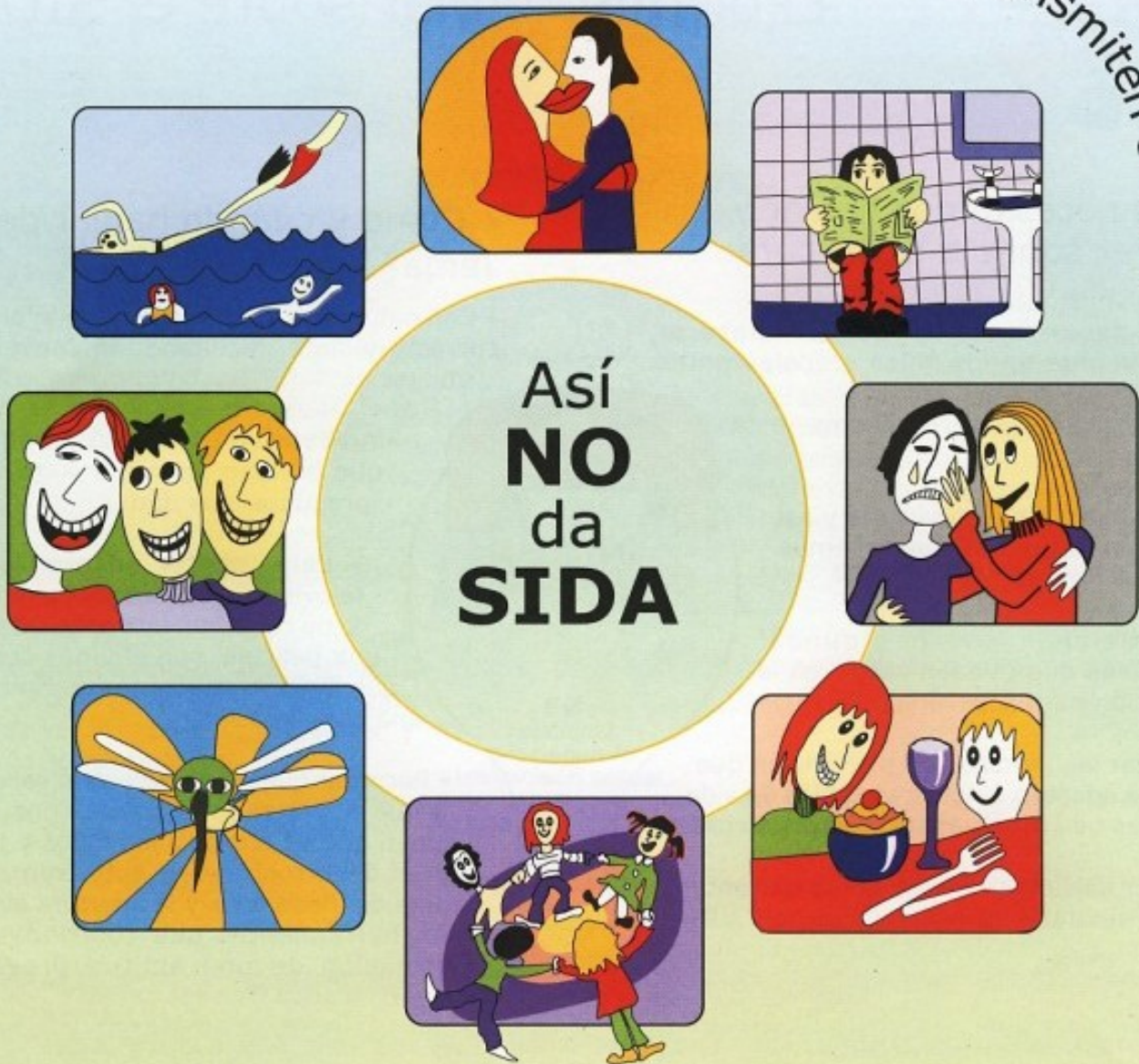
En nuestro país, la prevención y la atención de las personas viviendo con VIH/SIDA se ha desarrollado resguardando el cumplimiento de los siguientes Principios Eticos:

- Derecho a la vida.
- Respeto por la dignidad de las personas.
- Derecho a la decisión en conciencia libre e informada.
- Respeto a los valores y creencias de las personas.
- Derecho a la privacidad y confidencialidad.
- No discriminación.
- Solidaridad.
- Derecho a acceder a técnicas y recursos disponibles y científicamente comprobados como efectivos.

En este mismo marco, la **Ley 19.779** resguarda los derechos de las personas, al legislar en torno a la prevención, diagnóstico y control del VIH/SIDA, así como la asistencia y el libre e igualitario ejercicio de sus derechos por parte de las personas que viven con VIH, impidiendo las discriminaciones de cualquier índole.



Los contactos de la vida cotidiana no transmiten el VIH.



El VIH/SIDA es una situación que involucra a todas las personas de nuestra sociedad. Por ello, asumamos y enfrentemos este tema a través de la conversación y la reflexión, que facilitan la prevención y el respeto por los derechos de las personas que viven con VIH/SIDA.

Si desea orientación, apoyo, información y derivación, acuda a Fonosida, un servicio telefónico nacional, confidencial y gratuito.

**FONOSIDA**  
800 • 20 • 21 • 20  
GRATUITO Y CONFIDENCIAL



GOBIERNO DE CHILE  
MINISTERIO DE SALUD



CENTRO REGIONAL  
DE INFORMACIÓN Y  
APOYO PARA LA  
PREVENCIÓN  
SOCIAL DEL VIH/SIDA

Este folleto fue actualizado por CONASIDA, con los aportes del equipo Fonosida.  
Reproducción financiada por CRIAPS.