

Què has de fer PER NO INFECTAR-T'HI?

Utilitza el preservatiu sempre que tinguis relacions sexuals amb penetració amb una persona infectada o que no saps si està infectada. Hi ha persones que desconeixen que estan infectades. Per això has de prendre precaucions. El preservatiu és el mètode més eficaç per prevenir el VIH i altres malalties de transmissió sexual i a més evita embarassos. Usar-lo és molt senzill. Segueix les instruccions que trobaràs a les capses de preservatius.

No utilitzis mai xeringues ni agulles que hagin estat utilitzades per altres persones.

No comparteixis objectes tallants que hagin estat en contacte amb la sang d'altres persones.

Perquè és BO fer-se LA PROVA DEL VIH?

Encara no hi ha una cura definitiva contra la SIDA. Des de finals de 1996 a Espanya s'utilitzen uns tractaments nous i potents que permeten que les persones infectades visquin més temps i amb millor salut. En cas d'estar infectat, quan abans ho sàpigues, abans podràs prendre els medicaments que el teu metge et recomani.

A Espanya es recomana fer-se la prova del VIH a totes les embarassades. Has de saber que si estàs embarassada i infectada existeixen tractaments que disminueixen molt el risc d'infectar el/la teu/teva fill/a. També pots optar per interrompre legalment el teu embaràs. Si saps que estàs infectada no li has de donar el pit quan neixi el teu fill/a.

Si saps que estàs infectat/da, tindràs molta més cura d'utilitzar **SEMPRE** un preservatiu en les teves relacions sexuals amb penetració, per tal de no infectar altres persones.

I recorda, el respecte i la solidaritat contribueixen a prevenir la **SIDA**

Adreces i telèfons d'interès

ANDALUSIA

Programa andaluz de Actuaciones ante el VIH
Dirección General de Salud Pública y Participación
Avda. de la Innovación, s/n
Edificio Arena, 1-1ª planta
41071 Sevilla
Tel.: 955 006 569 - 955 006 300 - 955 006558
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 850 100

ARAGÓ

Departamento de Salud y Consumo
Programa de Prevención y Control de la Infección por VIH/Sida
Dirección General de Salud Pública
C/ Ramón y Cajal, 68
50004 Zaragoza
Tel.: 976 439 988 (Sida) - 976 715 000 (centralita)

ASTÚRIES

Dirección General de Organización de las Prestaciones Sanitarias
Programa de Prevención y Atención a Personas Afectadas por VIH/sida
c/ General Elorza, 32
33001 Oviedo
Tel.: 985 106 519

ILLES BALEARS

Conselleria de Salut i Consum
C/ Cecilio Metelo, 18
07003 Palma de Mallorca
Tel.: 971 176 868

Centre Insular de Sanitat de Menorca
Avda. de José María Cuadrado, 17-1º
07703 Maó (Menorca)
Tel.: 971 360 426

Centre Insular de Sanitat d'Eivissa
Via Romana, 81
07800 Eivissa
Tel.: 971 306 700

ILLES CANÀRIES

Dirección General de Salud Pública
Programa de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual y Sida
Servicio Canario de Salud
C/ San Sebastián, 75
38005 Santa Cruz de Tenerife.
Tel.: 922 279 397 - 902 114 444

Cruz Roja Española
Muelle Deportivo s/n
Las Palmas de Gran Canaria
Tel.: 902 114 444 - 928 240 144

CANTÀBRIA

Consejería de Sanidad y Servicios Sociales
Dirección General de Salud Pública
Servicio de Salud Pública
C/ Marqués de la Hermita, 8
39071 Santander.
Tel.: 942 207 745 - 942 207 732

CASTELLA - LA MANXA

Consejería de Sanidad
Dirección General de Planificación y Atención Sociosanitaria
Avda. de Francia, 4
41005 Toledo
Tel.: 925 267 763 - 925 267 758

CASTELLA I LLEÓ

Dirección General de Salud Pública
Consejería de Sanidad
Paseo Zorrilla, 1
47071 Valladolid
Tel.: 983 413 600

CATALUNYA

Departament de Salut
Dirección General de Salud Pública
Programa per la Prevenció i la Assistència de la Sida
Travessera de les Corts, 131-159 Pavelló Ave Maria
08028 Barcelona
Tel.: 932 272 900 - 933 398 756
Tel. Gratuito información sobre sida 900 212 222 (ámbito comunitario)

EXTREMADURA

Dirección General de Atención Sociosanitaria y Salud
Subdirección de Salud Pública
Oficina de Coordinación de Sida
Avda. de las Américas, 1
06800 Mérida (Badajoz)
Tel.: 924 382 641
Tel. gratuito información sobre drogas y sida:
900 210 994 (ámbito comunitario)

GALÍCIA

Conselleria de Sanidade
Dirección Xeral de Saúde Pública
Servicio de Prevención e Control das Enfermedades Transmisibles
Edificio Administrativo San Lázaro s/n
15781 Santiago de Compostela (A Coruña)
Tel.: 981 542 960

MADRID

Dirección General de Salud Pública,
Alimentación y Consumo
Instituto de Salud Pública de la Comunidad de Madrid
Programa de Prevención de la Infección por VIH/sida
C/ Julián Camarillo, 4b, 2.ª planta
28037 Madrid
Tel.: 912 052 350

MÚRCIA

Consejería de Sanidad
Servicio de Promoción y Educación para la Salud
Programa de Información y Educación Sanitaria sobre Sida
C/ Ronda de Levante, 11 - planta baja
30008 Murcia
Tel.: 968 235 141
Tel. gratuito de información Sida: 900 706 706 (ámbito comunitario no móviles)

NAVARRA

Instituto de Salud Pública
C/ Leyre, 15
31003 Pamplona-Iruña
Tel.: 848 423 396

PAÍS BASC

Plan de Prevención y Control del Sida
OSAKIDETZA
Avda. de Navarra, 4
20013 San Sebastián
Tel.: 943 006 464

LA RIOJA

Plan Regional de Sida
Consejería de Salud
C/ Villamediana, 17
26071 Logroño
Tel.: 941 291 197

COMUNITAT VALENCIANA

Servicio Plan del Sida
Conselleria de Sanidad
C/ Micer Mascó, 31-33
46010 Valencia
Tel.: 963 866 695
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 702 020

CEUTA

Plan sobre Sida
Consejería de Sanidad y Bienestar Social
C/ Juan de Juanes, 4
51002 Ceuta
Tel.: 956 503 359

MELILLA

Delegación del Gobierno
Area Funcional de Sanidad
Avda. Marina Española, 3
52001 Melilla
Tel.: 952 991 168

ALTRES TELÈFONS GRATUÏTS D'INTERÈS

900-ROSA:
900 601 601

FASE - Médicos del Mundo:
900 111 000



La **SIDA**
existeix...

...i la forma
d'evitar-la
també

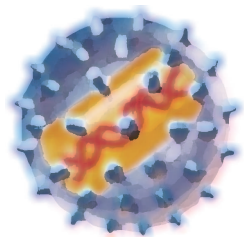


www.msc.es



Què és la **SIDA**?

La **SIDA** és una malaltia causada per un virus que s'anomena **VIH** o virus de la SIDA. Aquest virus ataca les defenses del cos i fa que tinguem més infeccions i alguns tipus de càncer. Una persona que té el VIH al seu cos és una persona infectada.



VIH: virus de la SIDA

Una persona infectada es pot trobar bé i no sospitar que té el VIH, però si no rep tractament mèdic desenvoluparà la SIDA després d'uns 10 anys, Encara que no l'hagi desenvolupat la SIDA **pot infectar altres persones** si no pren les precaucions degudes.

Per saber si està infectat o infectada cal fer una senzilla **anàlisi de sang**. Aquesta prova es pot fer a qualsevol centre de salut, sense que calgui pagar i fins i tot sense que calgui donar el nom. **Demana informació als telèfons que trobaràs a l'última pàgina.**

Al món hi ha 40 milions de persones infectades pel VIH. Espanya és un dels països més afectats d'Europa. El virus de la SIDA **no distingeix entre països, sexes, races o edats: ens pot infectar a tots i evitar-ho depèn del nostre comportament.** El primer que cal saber és:

Com es transmet el **VIH**?

En les relacions sexuals amb penetració (vaginal, anal o oral) sense preservatiu, entre homes i dones o entre homes.



Per injectar-se amb xeringues o agulles que hagin estat utilitzades per persones infectades.



Usant instruments tallants com agulles de tatuar i de piercing, ganivetes i navalles d'aftaitar que hagin estat en contacte amb la sang d'una persona infectada, o per pactes de sang.



Una dona embarassada infectada pel VIH el pot passar al seu fill/a en l'embaràs, durant el part o en donar-li el pit.



Com **NO** es transmet el **VIH**?

Per viure, treballar o sortir amb una persona infectada.



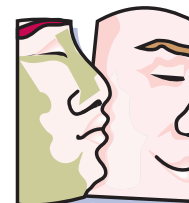
Per anar a la mateixa escola que un nen o una nena infectats.

Per donar-se la mà, abraçar-se o fer-se un petó.



Per dormir al mateix llit.

En contactes sexuals sense penetració.



Per compartir coberts, menjar en el mateix plat o beure del mateix vas.

Utilitzant lavabos públics, piscines o dutxes.

Per la picadura d'un mosquit ni pels animals domèstics.



A Espanya tampoc hi ha risc per rebre o donar sang.

Com es transmet?

Què has de fer per no infectar-te?

Si has tingut alguna d'aquestes pràctiques o estàs embarassada, és convenient que et facis la prova del VIH. informa-te'n.

A la vida quotidiana, no hi ha risc de transmissió del VIH.