

Ce trebuie să faci CA SĂ NU TE INFECTEZI?

Folosește prezervativul de fiecare dată când ai relații sexuale cu o persoană infectată sau cu o persoană despre care nu știi dacă este infectată. Există persoane care nu știu că sunt infectate. De aceea trebuie să te protejezi. Prezervativul este metoda cea mai eficientă de a preveni sida și alte boli care se transmit prin contact sexual și în plus evită sarcina. Modul de folosire este foarte simplu. Urmează instrucțiunile pe care le vei găsi în cutiile prezervativelor.

Nu folosi niciodată seringi sau ace pe care le-au folosit alte persoane.

Nu folosi instrumente tăioase care au fost în contact cu sângele altor persoane.

De ce SE RECOMANDĂ analizele pentru SIDA ?

Deși nu există vindecare definitivă pentru SIDA, de la sfârșitul anului 1996 se utilizează în Spania noi și puternice tratamente care permit ca persoanele infectate să trăiască mai mult timp și în condiții de sănătate mai bună. În caz că ești infectat, cu cât știi mai repede cu atât vei putea să urmezi tratamentul pe care ți-l recomandă medicul.

În Spania se recomandă testul specific HIV tuturor femeilor gravide. Trebuie să știi că dacă ești însărcinată și infectată există tratamente care micșorează mult riscul de a-ți infecta copilul. De asemenea există posibilitatea de a se întrerupe sarcina. Dacă știi că ești infectată, nu trebuie să-ți alăptezi copilul.

Știind că ești infectat sau infectată, vei avea grijă mult mai mult și vei folosi **ÎNTOTDEAUNA** prezervativul în relațiile sexuale pentru a nu infecta și pe alte persoane.

Și nu uita, respectul și solidaritatea contribuie la prevenirea SIDA

Adrese și telefoane utile

ANDALUCÍA
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 - 955 006 558
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 850 100

ARAGÓN
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)

ASTURIAS
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

BALEARES
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

CANARIAS
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

CANTABRIA
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

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

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

CATALUÑA
Departament de Salut
Direcció General de Salut 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)

GALICIA
Consellería de Sanidade
Dirección Xeral de Saúde Pública
Servicio de Prevención e Control das Enfermidades 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

MURCIA
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 VASCO
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

C 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
Área Funcional de Sanidad
Avda. Marina Española, 3
52001 Melilla
Tel.: 952 991 168

TELÉFONOS INFORMACIÓN GRATUITA

900-ROSA:
900 601 601

FASE - Médicos del Mundo:
900 111 000



www.msc.es



Ce este SIDA ?

SIDA este o boală cauzată de un virus care se numește **HIV** sau virusul SIDA. Acest virus atacă sistemul de imunitate al corpului, provocând infecții și unele tipuri de cancer. O persoană care are virusul HIV în corpul său este o persoană infectată.



VIH: virusul SIDA

O persoană infectată poate să se simtă bine și să nu-și închipuie că are virusul HIV, dar dacă nu primește tratament medical, va experimenta simptomele bolii după aproximativ 10 ani. Chiar dacă nu are simptomele de SIDA, **poate să infecteze și pe alte persoane** dacă nu ia măsurile de precauție de rigoare.

Pentru a ști dacă ești infectat sau infectată trebuie să-ți faci o simplă analiză de sânge. Această probă se poate face în orice dispensar (centru de sănătate), fără plată și chiar fără să-ți dai numele. **Pentru mai multe informații sună la telefoanele pe care le găsești pe ultima pagină.**

În lume există 40 de milioane de persoane infectate de SIDA. Spania este una din țările cele mai afectate din Europa. Virusul HIV **nu face distincție între țări, sexe, rase sau vârste: toți putem fi infectați iar evitarea lui depinde de comportamentul nostru.** Mai întâi trebuie să știm:

Cum se transmite virusul HIV?

Prin relațiile sexuale (vaginale, anale sau orale) fără prezervativ, între bărbați și femei sau între bărbați.



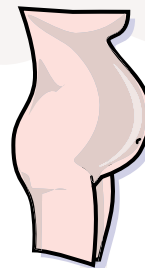
Prin injecții cu seringi sau ace folosite de alte persoane infectate.



Prin folosirea de instrumente tăioase cum ar fi ace de tatuaj și de piercing, lame și brice de bărbierit care au fost în contact cu sângele unei persoane infectate sau prin legăminte de sânge.

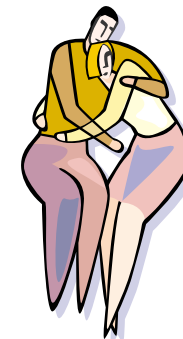


O femeie însărcinată infectată de SIDA poate să-i transmită virusul copilului pe timpul sarcinii, la naștere și pe timpul alăptării.



Cum NU se transmite virusul HIV?

Locuind, lucrând sau făcându-i companie unei persoane infectate.



Mergând la aceeași școală cu un copil infectat.

Prin acțiunea de a îmbrățișa, de a săruta sau a da mâna cu o persoană infectată.



Dormind în același pat.

În contactele sexuale fără penetrație.



Prin folosirea aceluiași tacâmuri, vase sau pahare.

Prin folosirea toaletelor, piscinelor sau dușurilor publice.

Prin înțepătura unui țânțar sau prin intermediul animalelor domestice.



În Spania nu există riscul contagierii nici în transfuziile sau donările de sânge.

Cum se transmite?

Ce trebuie să faci ca să nu te infectezi?

Dacă ai avut vreuna din aceste practici sau ești însărcinată, e bine să-ți faci testul specific HIV. Informează-te.

În viața cotidiană nu există riscul contagierii cu HIV