



**SIDA**

**PROGRAMA DE INFORMACION  
Y EDUCACION SANITARIA  
SOBRE SIDA**



Dirección Provincial del  
**Ministerio de Educación y Ciencia**  
MURCIA



**Región de Murcia**  
Consejería de Sanidad  
y Asuntos Sociales

Dirección General de Salud y Consumo

# PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y EDUCACIÓN SANITARIA SOBRE SIDA

## BLOQUE I

### DIAPOSITIVA 1

El objetivo de estas diapositivas es servir de apoyo al educador para las actuaciones de información/educación en relación con la infección por VIH/SIDA. Están enfocadas principalmente hacia adolescentes, con el interés de que tengan una idea más clara de cómo evitar esta infección, y promocionar el desarrollo de un comportamiento solidario con las personas afectadas.

Estas diapositivas están basadas en la publicación "Educación para la Salud en Enseñanza Secundaria: SIDA", y pretenden ser un instrumento más en apoyo de la aplicación de programas de prevención.

### DIAPOSITIVA 2

El SIDA es una enfermedad **infecciosa** (es decir provocada por un agente externo) causada por un **virus** al que se conoce con el nombre de VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA o por sus iniciales V.I.H., o también simplemente como Virus del SIDA.

Es uno de los gérmenes que existen a nuestro alrededor, que pueden penetrar en el organismo y causar distintos problemas de salud.

Nuestro organismo tiene un sistema, llamado **sistema inmunológico**, que nos defiende de las agresiones de esos agentes provenientes del exterior.

### DIAPOSITIVA 3

El VIH afecta a este sistema inmunológico o de defensa. Ataca a los **linfocitos** que son las células más importantes del sistema inmune. De esta forma, el aparato defensivo del organismo se debilita y pueden penetrar gérmenes que se reproducen en nuestro cuerpo.

### DIAPOSITIVA 4

Cuando el Virus del SIDA penetra en el organismo, éste reacciona generando unas sustancias. Estas sustancias se llaman **anticuerpos** y son distintas para cada tipo de germen. En este caso serían anticuerpos específicos anti-VIH. Los anticuerpos normalmente se adhieren a los gérmenes impidiéndoles actuar. Los anticuerpos producidos por el organismo contra el VIH no son, sin embargo, suficientemente fuertes para eliminarlo.

### DIAPOSITIVA 5

La llamada prueba del SIDA es un **análisis de sangre** que detecta si existen estos anticuerpos o no.

Como estos anticuerpos tardan un tiempo en producirse, desde la entrada del virus al organismo, hay que esperar al menos **tres meses** desde el momento en que pudo producirse la infección para hacerse la prueba. Si no se espera este tiempo, la prueba puede arrojar un resultado negativo (porque el organismo no ha tenido tiempo de generar los anticuerpos), y sin embargo, la persona podría estar infectada y, por tanto, transmitir el virus

#### **DIAPOSITIVA 6**

La prueba del SIDA detecta sólo si hay o no hay anticuerpos. Por tanto, no nos dice si una persona tiene o no SIDA, sino solamente si el virus ha entrado en su organismo. Si una persona da positivo en esta prueba decimos que es "**seropositiva**" o "**portadora**" del virus.

Además, cuando el VIH entra en el organismo se introduce en los linfocitos y durante bastante tiempo no produce síntomas de la infección. Durante este periodo, la persona no tiene señales de la presencia del VIH en su organismo. Es una persona sana y no padece ningún síntoma. Por eso se dice que esa persona es un "**portador asintomático**".

**Ser "portador" o "seropositivo" no significa tener SIDA.** Sólo quiere decir que el virus está en su organismo, y que puede provocar la aparición de la enfermedad algún día. No quiere decir que se esté enfermo, ni siquiera que se vaya a desarrollar SIDA con seguridad, **pero sí significa que se puede transmitir el virus.**

#### **DIAPOSITIVA 7**

Después de un cierto tiempo, a menudo años, y por causas que aún no se conocen bien, el virus puede provocar un descenso en la capacidad defensiva del sistema inmune.

Según va destruyendo los linfocitos, la capacidad de respuesta del organismo ante ataques del exterior es menor.

Cuando una persona está en el estadio más severo de la infección, su sistema de defensa está bastante debilitado, lo que es aprovechado por otros microorganismos para producir infecciones, que por eso se llaman "**infecciones oportunistas**".

Es ahora, y dependiendo del tipo de infecciones oportunistas que padece, cuando se puede decir que una persona ha desarrollado SIDA.

#### **DIAPOSITIVA 8**

Es muy difícil calcular el número de personas afectadas por este problema. En realidad, sólo sabemos el número de personas que padecen la enfermedad. La parte sumergida del iceberg sería la compuesta por las personas infectadas que no han desarrollado la enfermedad. Si a esto añadimos a sus parientes, amigos, etc..., que también se ven afectados, aunque de distinta forma, tendremos una idea de la importancia del problema.

## BLOQUE II

### DIAPOSITIVA 9

La prevención de la infección por VIH es sencilla. Al principio, hace más de 10 años, no sabíamos muy bien cómo se transmitía la infección, pero ahora ya sabemos cómo se transmite y cómo no. Por consiguiente también sabemos cómo se puede evitar.

### DIAPOSITIVA 10

El VIH no se transmite fácilmente, ya que apenas puede sobrevivir fuera del organismo. La transmisión sólo se produce cuando existe un contacto directo y una cantidad suficiente de virus llega al torrente sanguíneo de una persona.

Pero el virus sólo se encuentra en una concentración importante en la sangre, el semen y las secreciones vaginales; y, en menor medida, en la leche materna.

Por lo tanto, la transmisión se podrá producir cuando existe un contacto directo con alguno de estos fluidos. Es decir, el VIH se transmite:

- **por contacto con sangre**
- **a través de las relaciones sexuales**

El virus puede estar presente en la saliva, las lágrimas y otros líquidos corporales. Sin embargo, estos fluidos no contienen la suficiente concentración de virus para producir la infección. No se conoce ningún caso en el que se haya producido la infección por contacto con saliva, lágrimas, etc...

### DIAPOSITIVA 11

El Virus del SIDA puede transmitirse por contacto con sangre contaminada.

Cuando dos o más personas utilizan la misma aguja y/o jeringuilla (o los demás instrumentos que se utilizan para "pincharse") se produce un intercambio de sangre que puede resultar en infección si una de las personas es portadora del VIH. A esto se debe el gran porcentaje de usuarios de drogas inyectables que han contraído la infección.

También hay otros medios por los que se podría producir un intercambio de sangre, como compartir las cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, agujas para tatuajes no esterilizadas,...

### DIAPOSITIVA 12

En un principio, cierto número de infecciones se produjeron por transfusiones de sangre contaminada. Sin embargo, desde hace años, toda la sangre que se utiliza para transfusiones, es **controlada y desechada** si el resultado del análisis es positivo.

Por supuesto que no existe ningún riesgo al donar sangre, ni cuando se realizan extracciones para análisis, ya que el material utilizado es de un sólo uso.

#### **DIAPOSITIVA 13**

La transmisión de la madre al hijo puede producirse durante el embarazo, a través de la placenta, durante el parto, o, en algún caso durante la lactancia. Una mujer seropositiva tiene alrededor de un 20% de posibilidades de tener un bebé infectado.

#### **DIAPOSITIVA 14**

El VIH se transmite por las **relaciones sexuales**. Durante las prácticas sexuales se pueden producir pequeñas lesiones o heridas microscópicas en las mucosas de la vagina, pene o ano. Estas permiten el contacto del virus contenido en el esperma o en las secreciones vaginales con la corriente sanguínea.

#### **DIAPOSITIVA 15**

Cuanto mayor sea la lesión, mayor será el riesgo de contraer la infección. Por eso, el riesgo se incrementa si se tienen relaciones mientras se padece alguna otra Enfermedad de Transmisión Sexual (gonorrea, sífilis, herpes genital,...) o durante la menstruación.

La posibilidad de contraer la infección se incrementa, por supuesto, cuanto mayor sea el número de relaciones sexuales. Sin embargo, una sola relación con una persona portadora puede bastar para infectarse.

Por otro lado, aunque parece que el riesgo de transmisión es mayor de hombre a mujer que de mujer a hombre, es necesario resaltar que **cualquiera de los dos sexos** puede transmitir el virus a sus parejas.

**Los contactos buco-genitales**, en los que hay contacto de la boca con semen o secreciones vaginales, pueden transmitir el VIH, aunque el riesgo de transmisión es menor que cuando existe penetración.

#### **DIAPOSITIVA 16**

Con respecto a los **besos**, como ya se ha dicho, la concentración de virus en la saliva es muy baja para resultar peligrosa. Teóricamente, la infección podría ser posible en caso de haber llagas o heridas en la mucosa bucal que aporten una cantidad suficiente de sangre a la saliva, pero esta condición no es frecuente y no se conocen casos de infección por VIH simplemente por un beso. Por eso se considera el beso como una práctica sin riesgo.

#### **DIAPOSITIVA 17**

Por tanto, podemos decir que **las tres vías principales** por las que se da la transmisión del VIH son:

- A través del intercambio de jeringuillas.
- A través de las relaciones sexuales sin protección.
- De una madre infectada a su hijo.

#### **DIAPOSITIVA 18**

El VIH no se transmite por las relaciones cotidianas. Esto es, no se transmite por compartir vasos, cubiertos, lavabos, teléfonos, duchas, fuentes públicas, comida, etc...

Tampoco se transmite por animales, picaduras de insectos, por estornudos, en piscinas públicas,...

Se necesita, como hemos dicho, que el virus presente en la sangre, el semen o las secreciones vaginales de una persona infectada tome contacto con la sangre de otra persona para que se pueda producir la infección. Y esto no ocurre en las situaciones en que nos desenvolvemos cotidianamente con los demás. Por eso, darse la mano, abrazarse, besarse, etc... no son prácticas a través de las cuales pueda transmitirse el VIH.

#### **DIAPOSITIVA 19**

El SIDA se puede prevenir. A pesar de que no existe cura por ahora, sabemos cómo se puede evitar la infección. La prevención, hoy por hoy, es la mejor forma de evitar la extensión del problema.

#### **DIAPOSITIVA 20**

Se puede prevenir la transmisión por vía sanguínea no compartiendo jeringuillas, agujas, cucharas u otros objetos necesarios para preparar la droga. O evitando utilizar instrumentos que hayan podido estar en contacto con sangre de una persona infectada (cuchillas de afeitar, instrumentos que se usan para tatuajes sin esterilizar, etc...).

La mejor forma de no compartir jeringuillas es, obviamente, no utilizarlas. La existencia del VIH es otra buena razón para no inyectarse drogas o dejar de consumirlas. Sin embargo, quien, por una u otra razón, sigue consumiéndolas puede seguir unas sencillas medidas preventivas para evitar la infección:

- Utilizar siempre jeringuillas y agujas nuevas y desechables. No compartirlas nunca, ya que una sola vez puede ser suficiente para contraer la infección.

- Desinfectar previamente las jeringuillas.

#### **DIAPOSITIVA 21**

En caso de reutilizar la jeringuilla hay que **desinfectarla** previamente lavándola con lejía, (llenándola y vaciándola varias veces), y aclarándola después con agua de la misma forma.

#### **DIAPOSITIVA 22**

También se puede evitar la infección de una madre a su hijo evitando quedar embarazada, ya que la probabilidad de contagio es importante. Asimismo, se desaconseja que las madres infectadas den pecho a sus hijos, ya que, en caso de no haberle transmitido el virus durante el embarazo, podrían hacerlo durante la lactancia.

#### **DIAPOSITIVA 23**

Se puede prevenir la transmisión por vía sexual evitando practicar actividades de riesgo con personas de las que no sabemos si están infectadas o no.

El método más eficaz para prevenir la infección en las relaciones sexuales es el **uso del preservativo o condón**. Además, hoy en día, contamos también con un condón femenino que presenta las mismas

ventajas que el tradicional preservativo masculino. Cualquiera de los dos es útil para prevenir, no sólo la transmisión del VIH, sino también otras Enfermedades de Transmisión Sexual y embarazos no deseados.

Otra forma de prevenir la transmisión por vía sexual es manteniendo una relación estable con una sola pareja no infectada (siempre que ninguno de los dos miembros de la pareja tengan relaciones con terceras personas o compartan jeringuillas). Por otro lado, obviamente, también se evita la infección no teniendo relaciones sexuales, decisión respetable para quien, por distintas razones, la escoge.

#### **DIAPOSITIVA 24**

La afirmación de que el uso del preservativo es el mejor medio de protección de que disponemos en nuestras relaciones sexuales está avalada por muchos estudios. A pesar de esto, cabe la posibilidad de que el mal uso o deficiencias de conservación hagan que el condón se rompa durante la relación sexual. De la misma forma que al conducir una moto o cruzar una calle se puede tener un accidente. Para evitar esto, hay que tener cuidado de usarlo correctamente.

El uso correcto del preservativo masculino incluye:

- Comprar condones de calidad, fijándose en la fecha de caducidad.
- Colocarlo sobre el pene, apretando la punta del condón para eliminar bolsas de aire y formar una reserva para el semen (la mayoría ya tiene esa reserva). Desenrollarlo sobre el pene hasta cubrirlo.
- Usarlo desde el principio antes de cualquier contacto genital, y durante toda la relación. Al terminar extraer el pene, sujetando el preservativo a la base del mismo, antes de que finalice la erección, para evitar que el semen se salga.

#### **DIAPOSITIVA 25**

Una vez usado, tirarlo a la basura, no al WC.

- Cambiar el condón en cada relación sexual, aunque no haya habido penetración.
- No utilizar vaselina, aceites o cremas con lanolina como lubricantes, ya que deterioran el condón.
- Si se usan deberán ser cremas solubles en agua (cremas con silicona o glicerina).

#### **DIAPOSITIVA 26**

El uso del preservativo femenino requiere también algo de práctica:

- Colocarse en una postura cómoda, recostada con las piernas abiertas, o elevando una de ellas sobre una silla.
- Comprobar que el anillo flexible interior está en el extremo cerrado del condón. Coger la parte inferior del anillo entre índice y pulgar, y estrecharlo para permitir su inserción en la vagina.
- Introducir el anillo hasta el fondo de la vagina.
- Después introducir un dedo en el preservativo hasta tocar el extremo del anillo e impulsarlo hacia el interior de la vagina.

- El anillo exterior, junto con una pequeña parte del condón debe quedar fuera de la vagina.

El condón femenino es también de un solo uso. Si se utilizan lubricantes, deben tener las mismas características que en el caso del preservativo masculino.

#### **DIAPOSITIVA 27**

Hay que tener en cuenta que un condón sólo es útil si se lleva encima en el momento apropiado. Muchas veces, las relaciones sexuales son inesperadas, y no sirve de nada tener la mesilla llena, si las relaciones se van a tener en otro lugar.

Para quien no lo ha utilizado antes, es conveniente practicar primero en solitario, para familiarizarse con él.

Para quien ya lo conoce, puede ser útil replantearse el papel del condón en la relación sexual. Un condón no tiene por qué ser un impedimento o una molestia, por el contrario, puede convertirse en parte del juego, y además aportar la tranquilidad de disfrutar sin tener que pensar en los riesgos.

#### **DIAPOSITIVA 28**

Hay que recordar que tener relaciones sexuales no es sinónimo de penetración. Se puede disfrutar escogiendo entre la gran cantidad de juegos sexuales que se pueden practicar sin peligro.

No hay riesgo en un gran número de prácticas como tocarse, besarse, acariciarse, abrazarse, masturbarse mutuamente (evitando el contacto con secreciones genitales en caso de tener una llaga o herida abierta), masajes, tomar una ducha juntos, acostarse en la misma cama,...

#### **DIAPOSITIVA 29**

En todo caso, **lo importante es hablar de ello**. Independientemente de la forma de prevención escogida, comentarlo con la pareja, desde el principio, es una buena forma no sólo de empezar a prevenir, sino de contribuir a tener una experiencia más positiva.

Hablar sobre la existencia del SIDA no significa dudar de la pareja, ni reconocer que uno o una pudiera estar infectado, ni eliminar el romanticismo, ni hacer una declaración. Hablar de esto es simplemente conocer un poco más a la pareja, y dar el primer paso para disfrutar de una relación enriquecedora y sin riesgos.

## BLOQUE III

### DIAPOSITIVA 30

Precaución no es lo mismo que miedo. El problema está ahí y no va a desaparecer por esconder la cabeza. El SIDA es un problema de toda la sociedad y debemos aprender a convivir con él.

### DIAPOSITIVA 31

No es verdad que el SIDA sólo afecte a grupos de riesgo. No es la pertenencia o no a un determinado grupo, sino el tipo de prácticas que se realizan lo que constituye un peligro. Una pareja homosexual estable tiene el mismo riesgo que una pareja heterosexual estable, y un toxicómano que no comparte las jeringuillas no tiene ningún peligro de infectarse por esa vía. Por eso, hoy por hoy preferimos hablar de **prácticas de riesgo** en lugar de grupos de riesgo.

### DIAPOSITIVA 32

No hay que aislar a las personas afectadas para atajar la enfermedad. Si la transmisión del virus no se produce por contacto casual, no hay ninguna razón científica para promover el aislamiento de las personas infectadas. Estas medidas lo que consiguen es que los infectados se nieguen a hacerse las pruebas o a participar en programas de control, por lo que la infección seguiría su curso de forma más difícilmente controlable.

### DIAPOSITIVA 33

Se ha demostrado científicamente que no existe riesgo de contagio a través de las relaciones cotidianas. No se puede adquirir la infección en la escuela o en el medio de trabajo. Marginar a las personas afectadas no hace sino incrementar su sufrimiento y darnos una falsa sensación de seguridad que no sirve, sin embargo, para atajar la enfermedad.

### DIAPOSITIVA 34

El SIDA es un problema de toda la sociedad, no sólo de unos pocos afectados. Como individuos todos somos responsables de tomar las medidas preventivas a nuestra disposición cuando sea necesario. Como sociedad debemos ofrecer **solidaridad** y **colaboración**.

De esta forma, aceptando nuestra responsabilidad, y ofreciendo nuestra comprensión del problema, podremos llegar a un control más efectivo de la infección. Un control basado en la lucha contra la enfermedad, no en la lucha contra los enfermos.

Dirección General  
de Salud y Consumo



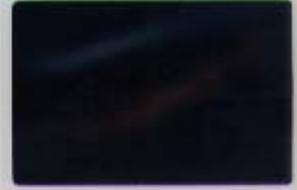
Sida nº 1

Dirección General  
de Salud y Consumo



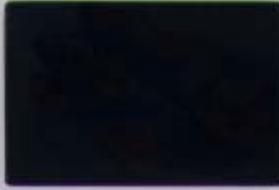
Sida nº 2

Dirección General  
de Salud y Consumo



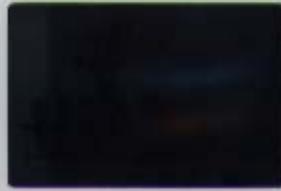
Sida nº 3

Dirección General  
de Salud y Consumo



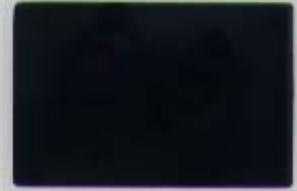
Sida nº 4

Dirección General  
de Salud y Consumo



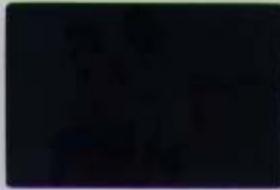
Sida nº 5

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 6

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 7

Dirección General  
de Salud y Consumo



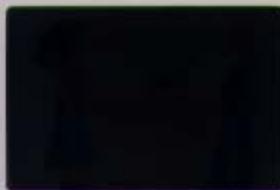
Sida nº 8

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 9

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 10

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 11

Dirección General  
de Salud y Consumo



Sida nº 12



Dirección Provincial del  
Ministerio de Educación y Ciencia  
MURCIA



Región de Murcia  
Comunidad de Sanidad  
y Asuntos Sociales

Dirección General de Salud y Consumo

# SIDA

**PROGRAMA DE INFORMACION  
Y EDUCACION SANITARIA  
SOBRE SIDA**





