

UN COMPROMISO DE LA COMUNIDAD



Diez puntos sobre el SIDA
en el Día Mundial
del SIDA



Región de Murcia
Consejería de Sanidad
Dirección General de Salud

1 El SIDA es un problema a nivel mundial

La epidemia del SIDA ha alcanzado a todos los continentes. La OMS estimaba, a principios de 1992, que de 10 a 12 millones de hombres, mujeres y niños habían sido infectados por el VIH, y alrededor de 2 millones de ellos habían llegado a desarrollar el SIDA. En 1992, el 75% de todas las infecciones por VIH en adultos fueron debidas a transmisión heterosexual. Cada día, alrededor de 5.000 personas se infectan nuevamente con el VIH.

2 VIH y SIDA

El SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida) es el último estadio de la infección con el virus de inmunodeficiencia humana, VIH. En algunos adultos, el SIDA puede tardar más de 10 años en desarrollarse. Una persona infectada por el VIH puede, por tanto, aparentar y sentirse saludable durante muchos años, pero él o ella pueden aún transmitir el virus a otra persona.

3 Modos de transmisión del VIH

Sabemos que una de las principales vías de transmisión de la infección por VIH son las relaciones sexuales desprotegidas. Como otras enfermedades de transmisión sexual, puede ser también propagada a través de sangre o productos sanguíneos infectados, y de una madre infectada a su hijo antes, durante o poco después del nacimiento (transmisión perinatal).

4 La transmisión sexual del VIH se puede prevenir

Las relaciones sexuales, ya sean heterosexuales u homosexuales, son una de las principales vías de transmisión del VIH. El medio más efectivo para prevenir la transmisión sexual del virus es abstenerse de tener relaciones sexuales, o para una pareja en la que ninguno de los dos miembros está infectado, mantenerse fieles mutuamente. El riesgo de infección por el VIH a través de las relaciones sexuales puede ser reducido significativamente con el uso apropiado y consistente de condones. Las prácticas de sexo más seguro que no conllevan penetración, son también una manera efectiva de prevenir la transmisión sexual del VIH.

5 La infección por vía sanguínea puede ser controlada

Se puede detectar la infección por VIH en la sangre que se utiliza para transfusiones, y rechazarla si está contaminada. Las agujas, jeringuillas y otros instrumentos que perforan la piel deben ser esterilizados o eliminados después de cada uso, y no deben ser nunca compartidos.

6 Es importante saber como NO se transmite el VIH

El VIH es un virus que no sobrevive fácilmente fuera del cuerpo. **NO** se transmite por contacto casual en el trabajo o la escuela, por darse la mano, tocarse o abrazarse. **NO** se transmite a través de comida o agua, compartiendo tazas o vasos, por toser o estornudar, en piscinas o en lavabos. **NO** se transmite por mosquitos u otros insectos. Esto significa que no hay peligro de infectarse a través del contacto social ordinario.

7 Aislar a las personas infectadas por el VIH o con SIDA no es la solución.

Además de ser una violación de sus derechos humanos, la discriminación hacia las personas con infección por VIH o SIDA -o aquellos que están en riesgo de infección-, también pone en peligro la salud pública:

- Da la sensación, a las personas que están fuera del grupo estigmatizado, de que el riesgo de infección y, por tanto, la necesidad de tomar precauciones personales, no existe.
- Convierte el SIDA en un problema subterráneo, haciendo todos los esfuerzos de prevención y cuidados mucho más difíciles.

8 La información y la educación son vitales

Hasta que la investigación médica encuentre una cura para el SIDA o una vacuna para prevenir la infección, debemos basarnos en los cambios en la conducta personal para frenar la expansión del VIH. La información y la educación son, por lo tanto, vitales en la lucha contra el SIDA.

9 Un compromiso de la comunidad

La comunidad tiene un papel crucial no sólo en el cuidado y el apoyo a las personas con VIH/SIDA, sino también en prevenir la expansión de la infección por VIH. Los individuos pueden estar motivados para cambiar su conducta sexual, y la experiencia demuestra que este proceso encuentra un gran apoyo si este cambio en el estilo de vida individual es respaldado por un compromiso de la comunidad hacia el sexo más seguro y otras medidas preventivas.

10 ¿Qué puedes hacer?

Tú puedes contribuir a frenar el SIDA asegurándote de que comprendes los hechos sobre el SIDA y ayudando a otros a hacer lo mismo. El día Mundial del SIDA es una oportunidad especial, cada año, para centrar nuestra atención en este urgente problema que nos afecta a todos. Se desarrolla en todo el mundo con miles de actos diferentes diseñados para incrementar la concienciación, y expresar solidaridad y comprensión. Este Día Mundial del SIDA -y todos los días- únete al esfuerzo mundial por frenar el SIDA.