



VIH/SIDA

DÓNDE HAY RIESGOS

Y DÓNDE NO

INFORMACIÓN PARA HOMBRES

EL SIDA ES UNA ENFERMEDAD PELIGROSA... y hasta hoy incurable. El Sida se ha propagado en el mundo entero y es un problema, también en Suiza.

El Sida es causado por una infección con el virus-IH (abr.: **VIH**). El VIH va debilitando, con los años, la capacidad del cuerpo para defenderse de las enfermedades. En algún momento, el VIH deja al organismo vulnerable a muchas enfermedades. Al contraer el VIH, la persona se enferma cada vez más. A esto se le llama Sida.

PROTECCIÓN: Este folleto muestra en qué situaciones se corre el riesgo de contraer el VIH. Y cómo, Ud. y su compañera o compañero pueden protegerse eficazmente del VIH/Sida.

EL SIDA ES INCURABLE,... pero existen medicinas que retrasan eficazmente el avance de una infección por el VIH. En Suiza, todas las personas – independientemente de su estatus de residencia – tienen derecho a beneficiarse de tratamientos eficaces.

Es necesario comenzar a tiempo un tratamiento. Quien no sabe de su infección con el virus-IH, pierde la mejor oportunidad para empezar el tratamiento. Merece la pena informarse para saber si se ha contraído, o no, el VIH. Más al respecto: vea al dorso del folleto desplegable.



RIESGO

El VIH se transmite por las relaciones sexuales en las que no se usan preservativos (condones). El preservativo/condón es el medio de protección más importante contra el VIH/Sida y otras enfermedades de transmisión sexual.

RELACIONES ANALES (por el recto) sin preservativo



●●● **Riesgo muy alto**

para ambas partes, sin eyaculación

■ **Protección:**

preservativo/condón y bastante lubricante



RELACIÓN VAGINAL sin preservativo/condón



●●○ **Alto riesgo**

para el hombre y la mujer, sin eyaculación

■ **Protección:** preservativo/condón

RELACIÓN ORAL (por la boca) sin protección



●○○ **Hay riesgo**

■ **Protección:** No debe satisfacer sexualmente a una mujer durante su menstruación.

¡No eyacule en la boca!

¡No trague el semen eyaculado!

ASÍ SE UTILIZAN LOS PRESERVATIVOS

1. Verifique si el sobrecito está intacto.



2. Ábralo cuidadosamente por la entalladura; saque el preservativo.

3. Si Ud. no ha sido circuncidado, retire el prepucio.



4. Sostenga por la tetina, entre el dedo pulgar y el índice, el preservativo aún enrollado y colóquelo sobre el glande. El anillo de goma debe encontrarse al exterior.



5. Desenróllelo. Tiene que resultarle fácil. De lo contrario, puede que el preservativo sea demasiado estrecho o demasiado ancho, o que lo haya colocado al revés (es decir: con el anillo de goma hacia dentro).



6. Después de su orgasmo: antes de que el miembro se vuelva totalmente flácido, sostenga el preservativo firmemente por atrás y retire el miembro con el preservativo/condón.

Además: existe también un preservativo para la mujer (Femidom®), que debe colocarse en la vagina antes de la relación sexual. El uso del preservativo/condón masculino es más sencillo y más económico.

OTRAS FORMAS DE TRANSMISIÓN

DE UNA MADRE PORTADORA DEL VIH A SU HIJO/A



Una madre portadora del VIH puede contagiar a su hijo/a durante el embarazo, el parto y la lactancia.

● ● ● **Riesgo muy alto**

■ **Protección:** si la prueba del VIH de la futura madre se revela positiva, medidas terapéuticas apropiadas pueden impedir el contagio.

CONSUMO DE DROGAS



Cuando se comparten jeringuillas y agujas para el consumo de drogas

● ● ● **Riesgo muy alto**

■ **Protección:** utilice instrumentos de inyección limpios (jeringuilla, aguja, filtro, algodón, cuchara, agua); no comparta los instrumentos de inyección. Sin estas medidas de protección, Ud. corre, además, un riesgo elevado de contagiarse del peligroso virus de la hepatitis C (VHC).

INTERVENCIONES MÉDICAS / CIRCUNCISIONES

● ● ● **Riesgo muy alto**

Si se emplean instrumentos no esterilizados (jeringuilla, cuchillo...) para operaciones médicas, circuncisiones, tatuajes, etc. y si estos se utilizan para varias personas, la transmisión del VIH es posible. El VIH puede transmitirse también por transfusiones de sangre si no se han realizado análisis previos de los productos de sangre.

○ ○ ○ **Ningún Riesgo**

En Suiza, no existe ningún riesgo de contagio durante operaciones y/o tratamientos realizados por médicos especialistas reconocidos.

NINGÚN RIESGO



En el trabajo – WC/toilette
Baño



Por los estornudos o la tos



Saludando con la mano, acariciando
Abrazando



Comiendo con los mismos cubiertos
Bebiendo del mismo vaso



Por picaduras de mosquitos
En la piscina, la sauna

Esta lista muestra **que en la vida diaria, no existe peligro alguno** de transmitir o de contraer el virus-IH. Por eso, no hay ningún motivo para tener miedo a las personas con VIH/Sida o para excluirlas de la vida social o laboral.

Tampoco hay riesgo en las siguientes situaciones:



Besos o satisfacción sexual mutua con
las manos.
Relación sexual protegida
(con preservativo / condón)

¿ME HABRÉ INFECTADO O NO?

Sólo quien sabe de su infección con el virus-IH, no pierde la mejor oportunidad para empezar el tratamiento.

LA PRUEBA VIH

Para saber si Ud. ha contraído, o no, el VIH, sólo un test o prueba VIH puede determinarlo. Pues a menudo, al comienzo de un contagio por el VIH, no surge ningún problema de salud. Un contagio no se manifiesta con síntomas claros. Tras el contagio, nadie puede darse cuenta de que ha contraído el VIH.

Generalmente, conviene someterse a la prueba sólo tres meses después de la última relación riesgosa (por ej. relación sexual sin uso de preservativo/condón); sólo entonces se obtendrá, en cada caso, un resultado seguro. Pero en esos tres meses, si Ud. ha contraído el VIH, ya corre el riesgo de transmitirlo.

NADIE TIENE POR QUÉ ENTERARSE

Ud. puede someterse a la prueba en los grandes hospitales o directamente en los laboratorios, sin tener que dar su nombre. De esta manera, nadie se enterará de que Ud. se ha hecho una prueba, ni del resultado de ésta.

CONSEJOS ANTES DE SOMETERSE A LA PRUEBA

Antes de someterse a la prueba, asesórese en una sede de la Aids-Hilfe (Consultorio Regional VIH/Sida), en el hospital, en el laboratorio o por un médico. O póngase en contacto, según el caso, con una persona de confianza del sector de asilo.

Para informaciones (anónimas) sobre direcciones, material informativo, lugares para hacer la prueba etc. y para pedidos:

044 447 11 11 / www.aids.ch

O directamente :

OTRAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

En las relaciones sexuales se pueden transmitir otras enfermedades además del VIH/Sida: p. ej. la gonorrea, el herpes, la sífilis, la clamidiasis o la hepatitis B.

SÍNTOMAS Y MOLESTIAS -> ¡ACUDA AL DOCTOR!

Estas enfermedades causan a menudo molestias características.

- Secreciones de la uretra en diferentes cantidades y colores.
- Ardor al orinar, escozor en la zona de la uretra.
- Dolores e inflamaciones en la zona de los testículos.
- Úlceras, ampollas, abscesos, manchas rojizas y escozor en el pene o en los testículos.
- Dolor difuso en el bajo vientre.
- Molestias al defecar.
- Dolores punzantes en el recto, secreción del recto.
- Úlceras, ampollas en el ano.

¡Acuda inmediatamente al doctor si siente alguna de estas molestias!

Atención: ¡El VIH/Sida no causa este tipo de molestias!

Únicamente la prueba del VIH puede determinar si Ud. se ha infectado o no.

CONSECUENCIAS

Muchas de estas enfermedades tienen cura, si se detectan a tiempo. Sin tratamiento, sus consecuencias pueden ser graves (p. ej. cáncer, esterilidad); además, el riesgo de que Ud. contraiga el virus-IH aumenta considerablemente.

PROTECCIÓN: PRESERVATIVO/CONDÓN

La mejor protección contra estas enfermedades la ofrece el preservativo/condón durante las relaciones vaginales, anales y también orales. También, usar siempre el preservativo/condón en relaciones orales, es, especialmente importante, si se tienen relaciones con prostitutas.

INFORMACIÓN SOBRE LOS PRESERVATIVOS

PROTECCIÓN

Los preservativos protegen del VIH/Sida y de otras enfermedades sexualmente transmisibles. Pueden emplearse también como método anticonceptivo.

BUENOS PRESERVATIVOS / TAMAÑO APROPIADO

Utilice exclusivamente preservativos con el sello de garantía «ok». Se pueden adquirir en los supermercados, droguerías y farmacias.



Hay preservativos de distintos tamaños y modelos. Busque el producto adecuado. Los preservativos o condones demasiado estrechos se rompen o se rasgan, los que son demasiado anchos, resbalan. Ud. podrá encontrar el preservativo del tamaño apropiado en Internet bajo: www.mysize.ch.

FECHA DE VENCIMIENTO / CONSERVACIÓN

Utilice los preservativos sólo hasta la fecha de vencimiento marcada sobre el paquete. – Protéjalos de la luz y de objetos punzantes.

LUBRICANTES

En caso de necesidad, use abundante lubricante no grasoso (un gel humectante para facilitar la penetración). Se puede adquirir en los supermercados, droguerías y farmacias. No use nunca vaselina, ni lociones corporales, aceite para masajes o comestible.

¡No se ponga nunca un preservativo/condón sobre otro!

¿QUÉ SE DEBE HACER SI...

un preservativo/condón se rasga o rompe y si su pareja es, probable o seguramente VIH positiva / o? Si Ud., a más tardar al día siguiente, consulta en una sede de la Aids-Hilfe o un hospital, personas especializadas le podrán explicar los pasos a seguir. Vale la pena hacerlo, aunque en esta situación, no existe un remedio sencillo y totalmente eficaz.

¡ASUMA SU RESPONSABILIDAD!

El uso del preservativo/condón para las relaciones sexuales es indispensable. El preservativo/condón le protege a Ud. a la vez que protege a las personas con las que Ud. tiene relaciones sexuales. Por favor, ¡asuma su responsabilidad! – ¡Lleve siempre consigo preservativos o condones y úselos en sus actos sexuales!

La persona que no usa preservativo y acepta el riesgo de transmitir el VIH a su pareja, se expone a ser condenado por la ley – y eventualmente ¡pagará con varios años de cárcel!

ADEMÁS

Si hasta ahora ha tenido relaciones sexuales sin usar el preservativo/condón y no ha contraído el VIH/Sida, considere que ha tenido sencillamente suerte. **¡En cada relación sexual sin uso del preservativo, se corre el gran riesgo de contraer el VIH!**

SÓLO SI SE CUMPLEN LOS TRES REQUISITOS SIGUIENTES, UD. PODRÁ RENUNCIAR, SIN PELIGRO, AL USO DEL PRESERVATIVO:

- Ud. tiene una relación de pareja fija y estable
- Ud. tiene relaciones exclusivamente con su pareja
- Ambos han hecho – y preferiblemente juntos – un test-VIH, que muestra que ninguno de los dos es portador del virus-IH

¿Corresponde a su situación? ¿Está completamente seguro?

MÁS INFORMACIÓN Y CONSEJOS

CONSEJOS

En cada sede de la Aids-Hilfe: personalmente o telefónicamente. Si lo desea, obtendrá consejos, sin tener que mencionar su nombre.

De un doctor o de una doctora: No dude en hacer preguntas sobre el VIH/Sida. Los médicos guardan el secreto profesional. Ni los médicos, ni el personal médico tienen derecho a divulgar lo que Ud. les diga o el resultado de los análisis, ni a su pareja, ni a la policía de extranjería, ni a su patrón, ni a sus compañeros de trabajo, de residencia/asilo o de cárcel, etc.

PROBLEMAS DE IDIOMA

Infórmese para saber en qué idiomas se dan consejos. Eventualmente, Ud. deberá ocuparse de encontrar a un/a traductor/a. (Traductores/as apropiados/as pueden encontrarse via www.inter-pret.ch o preguntando a Aids-Hilfe.)

MÁS INFORMACIÓN

Otros ejemplares de este folleto o de otros folletos:

Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

Para hacer pedidos: Teléfono 044 447 11 13, Fax 044 447 11 14, shop@aids.ch, www.shop.aids.ch

Para otras informaciones: Teléfono 044 447 11 11, Fax 044 447 11 12, aids@aids.ch, www.aids.ch

Pida en una sede de la Aids-Hilfe informaciones en su idioma, o búsque material informativo bajo **www.migesplus.ch**

Este folleto existe en los idiomas siguientes:

Albanisch, albanais, albanese, Albanian	Rumänisch, roumain, rumeno, Romanian
Amharisch, amharique, amarico, Amharic	Russisch, russe, russo, Russian
Arabisch, arabe, arabo, Arabic	Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, serbe/croate/bosniaque, serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
Deutsch, allemand, tedesco, German	Somalisch, somalien, somalo, Somali
Englisch, anglais, inglese, English	Spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
Farsi, farsi, farsi, Farsi	Suaheli, swahili, swahili, Swahili
Französisch, français, francese, French	Tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
Italienisch, italien, italiano, Italian	Thai, thai, thai, Thai
Kikongo, kikongo, kikongo, Kikongo	Tigrinya, tigrinya, tigrina, Tigrinya
Kurdisch (Kurmanci), kurde (kurmanci), curdo (kurmanci), Kurdish (Kurmanci)	Türkisch, turc, turco, Turkish
Lingala, lingala, lingala, Lingala	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian
Portugiesisch, portugais, portughese, Portuguese	