EN TUS RELACIONES SEXUALES TEN EN CUENTA:

• Todas y todos somos vulnerables ante el VIH si no empleamos protección en nuestras relaciones sexuales. Hoy día la primera causa de infección de VIH son las **relaciones sexuales desprotegidas**.

• Los anticonceptivos únicamente **previenen el embarazo**, pero no evitan que puedas contraer infecciones de transmisión sexual o VIH.

• El uso de **alcohol y/o drogas** antes o durante tus relaciones sexuales disminuye tu percepción del riesgo y aumenta las posibilidades de contraer una infección.

• El **preservativo** es el método más eficaz de prevención si se utiliza adecuadamente.

• El **lubricante** facilita la penetración previniendo posibles infecciones y reduciendo el riesgo de rotura del preservativo.

Si necesitas más información o deseas hacerte una **prueba rápida** contacta con **OMSIDA** en:

C/ Barrioverde nº 10, Zaragoza
C/Blanca de Navarra nº 2, Zaragoza
976 20 16 42 | 627 42 58 26
omsida@omsida.org
www.omsida.org

En modo PrevenciON

VIH Sida

om vih sida
Asociación para la ayuda a Personas afectadas por VIH/Sida

Zaragoza
AYUNTAMIENTO
DERECHOS SOCIALES

¿QUÉ ES EL VIH Y EL SIDA?

El VIH es un virus que cuando entra en el cuerpo destruye las defensas, por lo que es más fácil contraer otras enfermedades.

El SIDA es un estado avanzado de la infección por el VIH que tiene lugar años después de la infección cuando no se toma tratamiento.

EL VIH SÍ SE PUEDE TRANSMITIR:

Relaciones sin preservativo

Manteniendo relaciones sexuales con penetración vaginal o anal sin preservativo.

Contacto con sangre

Compartiendo jeringas, agujas o cualquier otro elemento que pueda cortar y que haya estado en contacto con sangre.

Embarazo

De una madre a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia si no existe control médico.

ITS

Tener otras infecciones de transmisión sexual (ITS), incrementa el riesgo de adquirir el VIH.

Sexo oral

Recibir el semen en la boca aumenta el riesgo de trnasmisión de VIH

EL VIH NO SE PUEDE TRANSMITIR POR:

Tocarse

Los besos, las caricias, darse la mano...

Saliva

Las lágrimas, el sudor, la saliva, la tos o los estornudos

Relacionarse

Convivir o trabajar con personas que viven con el virus

Compartir objetos y lugares

Compartir ropa, comida, duchas, lavabos, wc, piscinas, instalaciones deportivas o de trabajo, colegios o lugares públicos.

Animales

Mordeduras o picaduras de animales o insectos.

Donar sangre

Donar o recibir sangre, en países donde el control es adecuado.

Las personas que viven **con VIH**, están en tratamiento y con **carga viral indetectable**, no transmiten el virus a otras personas