



DSPPS/VCM/vcm.

Fuentes: "Conversemos sobre el VIH/SIDA" Programa Nacional de Prevención en VIH/SIDA, "Discurso Preventivo común y consensuado" red Nacional de Consejería en VIH/SIDA-CONASIDA, Material de formación de Consejero/as para VIH/SIDA, Mesa Regional de Consejería región Valparaíso.

A. CONCEPTOS GENERALES

1. ¿QUE ES EL VIH/SIDA?

El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana, que se transmite de una persona que lo tiene a otra por vía sexual, sanguínea y perinatal (de madre a hijo/a).

Se llama SIDA, Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida, a una etapa avanzada de la infección producida por este virus.

2. ¿QUÉ PASA CON EL VIRUS EN NUESTRO CUERPO?

Este virus (VIH) tiene la particularidad de atacar y destruir en forma progresiva al sistema inmunológico, cuya función es defender al organismo de elementos potencialmente dañinos para la salud, así como impedir la aparición de cánceres y tumores.

El VIH no produce síntomas directamente. Cuando una persona que vive con VIH presenta síntomas, éstos corresponden a una enfermedad que le afecta como consecuencia del debilitamiento de su sistema inmunológico.

3. ¿CÓMO SE DETECTA EL VIH?

La única forma de saber si hemos adquirido el VIH es a través de un examen de sangre específico. El más utilizado se conoce como "Test de Elisa para VIH".

En Chile, este examen puede efectuarse en el hospital o consultorio más cercano al domicilio y en laboratorios privados. El examen debe tomarse 3 meses después de la última situación de exposición a un riesgo (periodo de ventana).

La Ley 19.779 establece que este examen debe ser voluntario, confidencial y acompañado de orientación e información.

El resultado del test es también confidencial.

Las personas tienen derecho a ser informadas adecuadamente acerca del significado de su resultado.

4. ¿PARA QUÉ HACERSE EL EXAMEN?

Para saber si hemos adquirido el VIH.

Conocer el resultado sirve para iniciar tempranamente controles de salud, mejorando las posibilidades de vivir en mejores condiciones, comenzar el tratamiento cuando sea necesario y prevenir la reinfección.

Si no se ha adquirido, sirve para adoptar medidas preventivas.

Un resultado negativo, es una oportunidad para reflexionar sobre nuestras conductas de riesgo y producir cambios que permitan hacer prevención efectiva en el futuro.

Para información sobre el examen, llame a FONOSIDA: 800 378 800

B. TRANSMISION DE VIH/SIDA

5. ¿CUÁLES SON LAS ETAPAS DE INFECCIÓN?

PERÍODO VENTANA: Es el tiempo transcurrido desde que una persona adquiere el VIH, hasta que pueda detectarse a través del examen de sangre (3 meses en Chile).

En este período no existen anticuerpos contra el VIH suficientes para ser detectados.

SIDA: Etapa en que aparecen signos y síntomas de enfermedades como consecuencia del debilitamiento del sistema inmunológico por el VIH.

Esta fase se puede retrasar a través de la asistencia a controles de salud periódicos, el autocuidado de la salud y el uso de medicamentos.

SÍNDROME

El SIDA es una sigla que alude a un síndrome o conjunto de enfermedades, entre las que pueden señalarse:

- Infecciones “oportunistas” que afectan principalmente a los pulmones, aparato digestivo, cerebro y piel.
- Tumores de la piel y ganglios.
- Enfermedades del sistema nervioso central y compromiso del estado general del organismo, entre otras.

INMUNO - DEFICIENCIA

Este síndrome es producido por un daño o deficiencia en el sistema inmunológico.

ADQUIRIDA

Esta deficiencia en el sistema inmunológico se produce a causa del VIH que se adquiere de una persona que vive con el virus.

6. ¿CÓMO SE ADQUIERE EL VIH?

El VIH se adquiere por vía sexual, sanguínea y perinatal, cuando no se han tomado las medidas de prevención.

La vía sexual es a través del contacto de fluidos sexuales y/o sangre con mucosas. Esta vía es la causa mayor de las transmisiones en nuestro país (sobre el 90% de los casos)

La vía Sanguínea: se produce cuando hay contacto con sangre a través de jeringas compartidas o transfusiones no controladas. En Chile este riesgo está controlado, pues desde 1987 la sangre donada es sometida a exámenes de control.

Y Finalmente, **la vía Perinatal o Vertical:** De madre VIH (+) a hijo(a) durante el embarazo, parto o lactancia. En los servicios de salud existen protocolos de atención para la madre y el hijo/a en caso de que haya riesgo de transmisión, para evitar o controlar la transmisión.

Para protegernos, necesitamos información y ser capaces de reconocer el riesgo real de adquirir el VIH, para prevenirlo de manera efectiva y acorde a nuestro estilo de vida.

7. ¿CÓMO NO SE TRANSMITE EL VIH?

El VIH/SIDA NO se transmite compartiendo lugares de trabajo, estudio o cualquier otro lugar con alguna persona que viva con VIH.

Tampoco se transmite por compartir utensilios tales como peinetas, utensilios de aseo, cubiertos de comida, juguetes, libros, vasos, etc.

Tampoco se transmite mediante actividades de contacto social como lo son: compartir una sala de clases, abrazarse, hacer deportes juntos, compartir el mismo espacio de trabajo, u otros.

Recuerde que como hemos dicho anteriormente, las vías de transmisión para el VIH/SIDA son tres: Sexual, sanguínea y vertical o de la madre al hijo/a.

C. CONDUCTAS DE RIESGO

8. ENTONCES, SIGNIFICA ESTO QUE LA TRANSMISIÓN DEL VIH/SIDA SE RELACIONA CON MIS PROPIAS CONDUCTAS SEXUALES?

En efecto, el riesgo de adquirir el VIH/SIDA y las infecciones de transmisión sexual aumenta o disminuye según nuestras conductas.

Así como hay conductas de autocuidado o de cuidado mutuo, que evitan o aminoran la posibilidad de transmisión de VIH, también hay conductas de riesgo, con las cuales estamos más propensos a la transmisión del virus.

También, las conductas de riesgo se incrementan en determinados espacios, como por ejemplo, cuando consumimos excesivamente alcohol y drogas.

9. ¿QUÉ SON LAS CONDUCTAS DE RIESGO PARA EL CASO DEL VIH/SIDA Y LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL?

Las Conductas de Riesgo son las acciones o comportamientos que llevan a las personas a exponerse a adquirir el VIH y/o una ETS.

El RIESGO frente al VIH y las ETS, se entiende como la probabilidad de adquirirlos como resultado de una exposición a sus agentes causales, a través de conductas de las personas.

Las Conductas de Riesgo, son en lo concreto: Prácticas sexuales sin uso permanente y correcto de preservativo, prácticas sexuales en presencia de lesiones y/o heridas y Prácticas de manejo inadecuado de sangre y fluidos (como compartir agujas y jeringas entre usuarios de drogas intravenosas).

La probabilidad de transmisión del VIH se incrementa:

- En el caso de presencia de infecciones de Transmisión Sexual (ITS).
- En el caso de prácticas sexuales forzadas o con violencia.

10. ¿CUÁLES SON ALGUNAS SITUACIONES Y CONDUCTAS DE RIESGO?

1. Las relaciones sexuales con personas que han tenido o tienen más de una pareja sexual sin usar correctamente el condón.
2. El intercambio de jeringas y agujas: Por compartir jeringas y agujas durante el consumo de drogas intravenosas.
3. Mediante transfusión de sangre.
4. Amamantar al hijo nacido de madre viviendo con VIH.

En Chile, las relaciones sexuales con personas viviendo con VIH sin usar correctamente el condón, son la forma más frecuente de transmisión del virus.

No todas las prácticas sexuales tienen el mismo riesgo para el VIH. Algunas hacen más fácil la transmisión.

11. ¿SIGNIFICA QUE HAY PRÁCTICAS CON MAYOR O MENOR RIESGO DE TRANSMISIÓN DEL VIH?

En efecto, no todas las prácticas poseen el mismo riesgo. Existen prácticas que son de mayor riesgo y otras de menor riesgo para la transmisión del VIH.

Por ejemplo, las prácticas sexuales **sin utilizar correctamente** el condón son de alto riesgo para VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual.

En cuanto al tipo de práctica sexual, existen prácticas sexuales de mayor riesgo y otras de menor o casi nulo riesgo.

Partamos por las de mayor riesgo, en general son prácticas de penetración sin uso del condón o preservativo, estas son:

- Penetración anal sin condón.
- Penetración vaginal sin condón.

También hay prácticas penetrativas de menor riesgo, por la exposición del cuerpo al virus, en cuyo caso si bien **existe un riesgo, este es menor** que el de las prácticas sexuales penetrativas, estas son:

- Contacto de la boca con los genitales, es de menos riesgo que la penetración sin condón. El riesgo es mayor cuando existen heridas y presencia de fluidos (sangre o semen de persona que vive con el virus).
- Sexo oral a un hombre (fellatio) o a una mujer (cunnilingus), también es de menor riesgo que el sexo anal o vaginal sin condón, pero estas prácticas sin uso de condón son de un riesgo bajo.

- Finalmente hay prácticas de mínimo riesgo para la transmisión del VIH/SIDA, que son todas las **prácticas que se realizan fuera del cuerpo** (sin que exista penetración) estas pueden ser: besos, Caricias, Masturbación mutua o individual, juegos eróticos. A estas prácticas les llamamos prácticas de Sexo Seguro.

También existen otras situaciones de riesgo, son las siguientes:

Una se relaciona con el intercambio de jeringas y agujas: Por compartir jeringas y agujas durante el consumo de drogas intravenosas.

Esta es la práctica de mayor riesgo. Cuando se comparten jeringas y agujas, los restos de sangre que quedan en el interior tras ser usadas, pueden inyectarse directamente al torrente sanguíneo de la persona que la utiliza después, pudiendo transmitirse el virus.

Otro tipo de situaciones de riesgo es por transfusión de sangre: Una persona puede contraer el VIH si recibe una transfusión de sangre de una persona que vive con el virus.

En Chile ese riesgo está controlado, ya que desde 1987 la sangre donada es sometida a exámenes para detectar el VIH. Por lo tanto, donar sangre **no implica riesgo de infección**.

Finalmente, también existe riesgo de una madre viviendo con VIH al hijo/a.

Una mujer que vive con VIH puede transmitir el virus al hijo/a de tres formas:

1. A través de la placenta.
2. Durante el parto.
3. Al amamantar a su hijo/a, por medio de la leche materna.

En Chile, el examen para detectar el VIH a las embarazadas, el tratamiento antirretroviral durante el embarazo, durante el parto y al recién nacido, así como la leche maternizada, están garantizados por la Ley GES o AUGE.

La madre que vive con VIH tiene derecho a recibir todas estas prestaciones en forma gratuita, disminuyendo las posibilidades de que su hijo/a adquiera el virus.

D. PREVENCIÓN

12. ¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR EL VIH?

Es posible prevenir la transmisión por VÍA SEXUAL con estas prácticas:

✓ **Uso correcto del condón**

Use correctamente el condón en cada relación sexual. Protege de adquirir el VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual.

✓ **Ausencia de actividad sexual**

La ausencia de relaciones sexuales representa la seguridad total de no adquirir el virus por vía sexual. Esta medida de prevención puede ser temporal o definitiva.

Para que esta medida de prevención sea eficaz, Implica la decisión de no tener prácticas sexuales y su mantención consistente

✓ **Prácticas de sexo más seguro**

Las prácticas sexuales que no implican penetración, permiten una actividad sexual segura para el VIH, pero no para las otras Infecciones de Transmisión Sexual. Los besos, caricias y masturbaciones mutuas no transmiten el VIH.

El sexo seguro es efectivo cuando las prácticas sexuales se realizan fuera del cuerpo. No incluye prácticas de penetración ni de sexo oral.

✓ **Pareja sexual mutuamente exclusiva**

Cuando ambos miembros de una pareja se comprometen a mantener relaciones sexuales exclusivamente con el otro, se habla de “pareja sexual exclusiva”. Esta práctica es segura siempre que ambas personas comprueben, a través del examen, que no viven con VIH, y respeten el acuerdo de cuidarse.

Esta medida es efectiva cuando la exclusividad sexual es mutua (o se utiliza adecuadamente el condón en caso de relaciones con otras personas).

Requiere la seguridad que ambos miembros de la pareja no están viviendo con VIH a través de la realización del examen (período de ventana) y requiere de una comunicación activa que asegure el acuerdo y compromiso permanente.

También se pueden prevenir otras formas de transmisión del VIH/SIDA, ya sea la transmisión por vía sanguínea o la de la madre viviendo con el virus a su hijo o hija.

✓ **La transmisión por VÍA SANGUÍNEA**

Se previene no compartiendo jeringas ni agujas.

✓ **La transmisión por vía perinatal (de la madre que vive con VIH al hijo/a)**

Antes de decidir tener un hijo/a consulte al médico. Existe tratamiento para disminuir el riesgo de transmisión de una mujer que vive con VIH a su hijo/a. Si usted está embarazada, debe realizarse el examen para aplicar el tratamiento si lo requiere. Consulte siempre a su médico o matrona.

13. ¿COMO SE UTILIZA CORRECTAMENTE EL CONDÓN?

El uso correcto y mantenido del condón previene la transmisión del VIH y también de las infecciones de transmisión sexual.

En caso de decidir el uso del condón:

- Debe utilizarse durante todo el acto sexual, y en todas las relaciones sexuales.
- Debe ser de látex y necesita conservarse en un lugar fresco y seco.
- Tiene fecha de vencimiento. Dura de tres a cinco años, dependiendo del fabricante.
- Observe la fecha de envasado y asegúrese que tenga control de calidad.
- Siga las instrucciones de uso del envase. No lo abra con tijeras o con las uñas. Presione la punta al momento de colocarlo, para evitar que quede con aire y se rompa.
- Es desechable. Se usa una sola vez y se bota.
- Todos los condones que se venden en Chile deben tener certificación de calidad de organismos acreditados por el Instituto de Salud Pública.

E. LEY DE SIDA Y NO DISCRIMINACION

14. ¿EN NUESTRO PAIS EXISTE ALGUNA LEY QUE GARANTICE EL RESPETO DE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS QUE VIVEN CON EL VIH/SIDA?

En Chile, la prevención y la atención de personas viviendo con VIH/SIDA se ha desarrollado resguardando el cumplimiento de principios éticos fundamentales, como lo son:

- Derecho a la vida.
- Respeto por la dignidad de las personas.
- Derecho a la decisión en conciencia, libre e informada.
- Respeto a los valores y creencias de las personas.
- Derecho a la privacidad y confidencialidad.
- No discriminación.
- Solidaridad.
- Derecho a acceder a técnicas y recursos disponibles y científicamente comprobados como efectivos.

La Ley 19.779, conocida como la Ley de SIDA, resguarda los derechos de las personas, al legislar sobre la prevención, diagnóstico y control del VIH/SIDA, así como la asistencia y el libre e igualitario ejercicio de sus derechos por parte de las personas que viven con VIH, impidiendo las discriminaciones de cualquier índole.

Esta ley establece que la prevención, diagnóstico y control de la infección por VIH constituye un objetivo sanitario. Sus artículos definen la responsabilidad del Estado en temas tales como la información a la población y la promoción de la investigación científica. Se establecen condiciones para el examen de detección del VIH, la atención de las personas que viven con el VIH y se establecen mandatos en relación a la No Discriminación Social.

LA NO DISCRIMINACION ES UN DERECHO HUMANO BÁSICO INDISPENSABLE PARA ASEGURAR EL DESARROLLO, BIENESTAR Y RESPETO POR LA DIGNIDAD DE LAS PERSONAS.

15.A PROPÓSITO DE ESTE TEMA, CÓMO AFECTA LA DISCRIMINACIÓN A LAS PERSONAS EN EL ÁMBITO DEL VIH/SIDA?

El VIH/SIDA involucra a todas las personas de nuestra sociedad. Por ello, es necesario enfrentar este tema a través de la conversación y la reflexión, que facilitan la prevención y el respeto por los derechos de las personas que viven con VIH/SIDA.

LAS PERSONAS QUE VIVEN CON EL VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA (PVVIH) AL SER DISCRIMINADAS:

- Experimentan temor, síntomas de pérdida y culpa que deterioran su salud psicológica, su sistema inmunológico y aumentan sus posibilidades de enfermar.
- Tienen tendencia a alejarse de las personas, aumentando su situación de aislamiento.
- Pueden aislarse de los sistemas de salud, por el temor al maltrato y al rechazo, perdiendo la oportunidad de controles médicos, exámenes y tratamientos.
- Tienen menos posibilidades de satisfacer sus necesidades básicas como alimentación, vivienda, educación y trabajo
- Ven dificultadas sus posibilidades de participación social, limitando su capacidad de demanda por el respeto de sus derechos.

- Pueden perder oportunidades para compartir sus aprendizajes, logros y dificultades con otras personas en similar situación.

F. SIDA Y FAMILIA

16. ¿POR QUÉ HABLAR SOBRE VIH/SIDA?

Todos necesitamos hablar y conocer sobre el VIH/SIDA para:

- Satisfacer una curiosidad natural, especialmente en los niños/as, adolescentes y jóvenes.
- Reducir los temores frente a la epidemia.
- Analizar nuestras conductas y así conocer el riesgo real que tenemos de adquirir el VIH.
- Reflexionar sobre algunas dificultades que pueden surgir en la prevención para superarlas.
- Analizar las medidas de prevención que mejor se adaptan a nuestros estilos de vida actuales y motivarnos a aplicarlas.
- Decidir solos/as y en pareja, cómo enfrentar la vida sexual y la prevención del VIH.

17. ¿CÓMO Y CUÁNDO HABLAR DEL TEMA EN LA FAMILIA?

- Con naturalidad, apoyándose en información correcta y clara, facilitando la conversación.
- Aprovechando todas las oportunidades que brindan los niños/as y jóvenes al preguntar sus dudas.
- Este folleto, un programa de televisión, una canción, el problema de un conocido/a, una noticia del diario, una película, son algunas oportunidades que pueden servir para estimular una conversación.
- No es necesario saber todo, lo que no se sabe lo puede consultar.
- El apoyo que se brinde a los niños/as y jóvenes en el desarrollo de su autoestima, en la toma de decisiones y la apertura al diálogo son herramientas que contribuyen a la formación de una actitud preventiva.

RECUERDE, SI USTED TIENE ALGUNA PREGUNTA SOBRE EL TEMA, EXISTEN PROFESIONALES DE LA SALUD ESPECIALMENTE CAPACITADOS, ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS, LOS 7 DIAS DE LA SEMANA. LA INFORMACIÓN ES TOTALMENTE CONFIDENCIAL Y LA LLAMADA SIN COSTO PARA USTED AL NÚMERO DE TELÉFONO:

600-360-7777