

- Lea las instrucciones y asegúrese que conoce la manera apropiada de usarlo.

- Use un condón cada vez que usted tenga cualquier clase de relación sexual— vaginal, anal, u oral.

- Póngase el condón en el pene erecto, y remuévalo después de la eyaculación.

- No use un condón que tiene una envoltura rota o abierta.

- No use un condón pegajoso, descolorido, o tiene un hueco muy pequeño.

- No use lubricantes a base de aceite como Vaselina, crema para el cutis, o aceite para bebés en un condón. Si necesita un lubricante, asegúrese que sea a base de agua como el K-Y Jelly.



### Cúidese de las 'Curas Milagrosas'

Algunos tratamientos para el SIDA son anunciados como "curas milagrosas" o que poseen "ingredientes milagrosos."

Estos no han sido aprobados por la FDA ni comprobados científicamente. No existe prueba de que son efectivos. Estos pueden ser perjudiciales para usted. No use nada para tratar VIH o SIDA a menos que su médico o clínica le indique que esta bien.

### Estudios de Medicinas Contra el SIDA no Comprobadas

Muchas medicinas están siendo comprobadas en estudios científicos para ver si son efectivas y seguras, o si trabajan contra el VIH y el SIDA. A veces personas con VIH o

SIDA pueden obtener estas medicinas experimentales afiliándose a estos estudios. Para enterarse acerca de ellos, usted o su médico puede llamar al (800) TRIALS-A (874-2572).

### Recuerde:

La mejor manera de evitar el SIDA es:

- Tener relaciones sexuales únicamente con una persona que nunca ha tenido con nadie más que usted. Si es un adolescente y soltero, evite tener relaciones sexuales.
- No use drogas ilegales.

### ¿Necesita Más Información?

Hable con su médico o con la FDA.

Probablemente hay una oficina de la FDA en su localidad. Busque el número del teléfono en las páginas azules de su directorio.

Si tiene más preguntas acerca del SIDA, llame a los siguientes teléfonos: (800) 342-2437 o (800) 344-7432 (Español).

Use la línea gratis de información de la FDA: (888) INFO-FDA (463-6332).

O, consulte la Internet: [www.fda.gov](http://www.fda.gov)

La Administración de Drogas y Alimentos es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos que se asegura que las transfusiones de sangre y las medicinas para el VIH y SIDA y otras enfermedades sean seguras y trabajen eficazmente.

Department of Health and Human Services  
Food and Drug Administration  
5600 Fishers Lane (HFI-40)  
Rockville, MD 20857

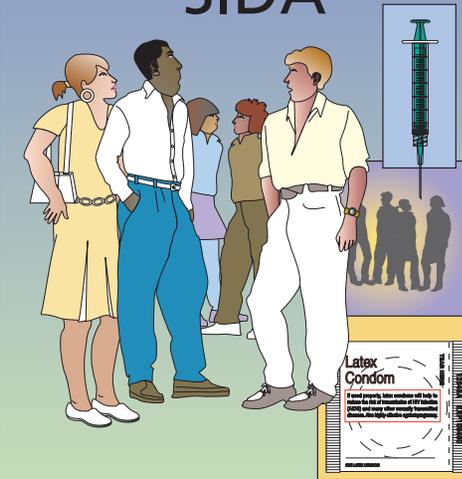
FDA06-1100CS

Información Rápida Para Su Salud

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES • FOOD AND DRUG ADMINISTRATION

## Información Rápida

# Cómo Protegerse Contra el SIDA



### Acerca VIH y el SIDA

El SIDA es una enfermedad que puede ser mortal. Es causada por un virus conocido como VIH (virus de inmunodeficiencia humana).

Las maneras más comunes de contraer el SIDA son:

- teniendo relaciones sexuales con una persona que tiene VIH o SIDA
- compartiendo agujas hipodérmicas con alguien que tiene VIH o SIDA

Usted también puede adquirir el VIH a través de una transfusión de sangre, si está infectada con VIH. Sin embargo, esto es poco

común. Existen reglas muy estrictas sobre quién puede donar sangre y los exámenes de la sangre donada, hacen que las transfusiones sean muy seguras.

Usted no puede contraer VIH donando su sangre, ni estrechando la mano o abrazando a una persona infectada.

En los últimos años, el SIDA ha aumentado más entre las mujeres Hispánicas y Afro Americanas.

### **Sexo, Condones y el SIDA**

Si usted y su pareja han tenido relaciones sexuales con alguien más, ambos podrían adquirir el SIDA.

En los Estados Unidos, la mujer es más propensa a adquirir el VIH de un hombre, que él de ella. Los condones hechos de látex ofrecen la mejor protección contra el VIH durante el coito. Si usted o su pareja es alérgica al látex, hay otros condones hechos de poliuretano que también pueden proteger contra el VIH.

Condones hechos de membranas naturales, también conocidos como condones de piel de cordero no protegen contra el VIH, porque el virus puede pasar a través de ellos.

Si el hombre no puede o no quiere usar un condón, la mujer puede usar el condón



femenino "Reality". Este quizá pueda proteger contra el VIH, pero no es tan efectivo como el condón de látex que usa el hombre. No use el condón femenino al mismo tiempo con el masculino. Ninguno de los dos permanece en su puesto cuando se usan juntos.

Los condones de látex y poliuretano son los únicos productos anticonceptivos que protegen contra el VIH. Por lo tanto, aún si usted usa otra clase de control de natalidad como la Píldora, un Dispositivo Intra Uterino (DIU), cubierta cervical, Norplant, Depo-Provera o un diafragma, el hombre todavía debe usar un condón, si usted busca protección contra el VIH.

### **Averigüe si Usted Tiene VIH**

Usted puede averiguar si tiene VIH, comprando un botiquín en la farmacia sin receta médica. Para hacer la prueba, pinchese su dedo para obtener una muestra de sangre. Luego envíe la muestra a la dirección escrita en las instrucciones. Usted no tiene que dar a conocer su nombre si así lo desea. Tenga cuidado, aun cuando, hay otros botiquines algunas veces conocidos como botiquines de prueba rápida de VIH, han sido anunciados o vendidos por el Internet y otros sitios. Estos no requieren enviar las pruebas a un laboratorio. La FDA no ha aprobado estos y estos no son precisos.

La oficina de su médico o una clínica son buenos lugares para hacerse una prueba de VIH.

Si el resultado del examen dice que usted tiene VIH, pregunte en la clínica o a su médico lo siguiente:

- ¿Necesito más exámenes?
- ¿Necesito comenzar un tratamiento?

- ¿Necesito hacer algunos cambios en mi estilo de vida?

Si usted piensa que esta embarazada, trate de encontrar inmediatamente si tiene VIH.

Un tratamiento lo más pronto posible durante el embarazo, puede reducir significativamente la posibilidad de que su bebé nazca con VIH.

La Administración de Drogas y Alimentos ha aprobado varias drogas para tratar el VIH y el SIDA. Estas pueden ayudar a muchas personas con VIH y SIDA a sentirse mejor durante más tiempo. Pero hasta ahora no hay nada que cure el SIDA.

### **Cúidese Contra Otras Enfermedades**

Si usted está infectado con VIH, hable con su médico o vaya a la clínica si sus síntomas son peores, o si tiene nuevos. Ellos pueden usar otro tratamiento. Para evitar gérmenes que puedan hacerlo sentirse peor, siga éstas reglas de seguridad con sus alimentos:

- Cuando vaya preparar alimentos, laves sus manos y los utensilios de cocina con agua y jabón.
- Cocine los alimentos completamente.
- Asegúrese que la leche, los productos lácteos y los jugos han sido pasteurizados.
- Cocine los huevos y los productos de la pesca completamente. Nunca los coma crudos.

### **Cómo Usar un Condón**

- Asegúrese que la etiqueta del empaque del condón dice que éste puede ser usado para prevenir el VIH.
- Verifique la fecha de vencimiento en el empaque del condón. No use el producto con la fecha vencida.