

¿Dónde puede obtener una prueba para el VIH?

Usted puede ir a varias clínicas de salud pública para que le hagan la prueba del VIH gratis o a muy bajo costo. No tiene que dar su nombre verdadero y toda la información es confidencial. Llame gratuitamente a la **Línea de Información Sobre el HIV y Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) en Texas** al 1 (800) 299-2437 para encontrar el lugar más cerca de usted donde le puedan hacer la prueba.

Llame sin costo alguno a estos números para recibir más información sobre el VIH/SIDA:

Línea de Información Sobre el VIH y ETS en Texas

1 (800) 299-2437 (Español/English)
www.dshs.state.tx.us/hivstd

CDC-INFO (Línea de Información Nacional Sobre el SIDA)

1 (800) CDC-INFO
1 (888) 232-6348 (TTY)
www.hivtest.org

Línea de Información Sobre el Abuso de las Drogas

1 (800) 662-HELP

Centro Nacional de Prevención e Información (NPIH)

1 (800) 458-5231
1 (800) 243-7012 (TTY)
www.cdcnpih.org



Texas Department of State Health Services
1100 W. 49th St.
Austin, TX 78756-3199
Stock No. 4-141A/Revised 10/2005

EL VIH Y EL SIDA

Hechos que debe saber

Esté bien informado sobre el VIH y el SIDA:

- ✓ El **VIH** es el virus que causa el **SIDA**, una enfermedad que impide que el cuerpo combata infecciones.
- ✓ No hay cura para el VIH o el SIDA.
- ✓ El SIDA frecuentemente causa la muerte.
- ✓ Le gente se infecta con el VIH por lo que hace no por lo que es.
- ✓ Hay sólo pocas maneras en que se puede infectar con el VIH.
- ✓ Usted se puede proteger para no infectarse con el VIH.
- ✓ Una prueba de sangre puede indicar si usted ha sido infectado con el VIH. La prueba es confidencial.
- ✓ Si usted está infectado con el VIH, hay cosas que puede hacer para mantenerse saludable.

¿Qué son el VIH y el SIDA?

El **VIH** (o el *Virus de Inmunodeficiencia Humana*) es el virus que causa el **SIDA** (o el *Síndrome de Inmune Deficiencia Adquirida*). El VIH daña al sistema inmunológico, la parte del cuerpo que combate la infección. Con el tiempo, el sistema inmunológico se debilita tanto que enfermedades e infecciones empiezan a invadir al cuerpo. Cuando estas condiciones empeoran, la persona es diagnosticada con SIDA.

¿Cómo podemos saber si alguien está infectado con el VIH?

No se puede saber si una persona tiene el VIH o el SIDA con tan sólo verla. Una persona que esté infectada con el VIH puede verse saludable y sentirse bien, sin embargo hasta puede transmitir el virus a otra persona. La única manera de que una persona puede saber si está infectada con el VIH es por medio de una prueba de VIH.

Cualquier persona puede infectarse con el VIH. Esto no tiene nada que ver con la raza, edad, religión, nacionalidad, ni orientación sexual. La gente se infecta con el VIH por lo que hace, no por quien es.

¿Cómo se pueden infectar las personas con el VIH?

- El VIH se transmite por medio de **la sangre, el semen, las secreciones vaginales, y la leche materna**. El contacto con estos fluidos corporales lo ponen a riesgo de contraer la infección del VIH. Las maneras más comunes de infectarse con el VIH son:
 - ◆ **Teniendo relaciones sexuales** (oral, vaginal, o anal), con alguien que esté infectado con el VIH, y
 - ◆ **Compartiendo agujas o jeringas** con alguien que esté infectado con el VIH. Esto incluye compartiendo agujas para inyectarse drogas o vitaminas, agujerar partes del cuerpo, hacerse tatuajes.
- Una mujer con la infección del VIH puede transmitirle el virus a su bebé durante el embarazo o al nacer. Algunos bebés también se han infectado al ser alimentados de pecho por su mamá que está infectada.
- Aunque toda la sangre que ha sido donada se ha sometido a pruebas para detectar el VIH desde 1985, algunas personas se contagiaron con el virus al recibir productos de sangre infectada con el VIH entre 1978 y 1985. **No se puede contagiar con el VIH al donar sangre.**

Cómo no se puede infectar.

No se puede infectar con el VIH por medio del aire o por contacto casual. El VIH no se transmite por medio de:

- Vivir, trabajar, o ir a la escuela con alguien que esté infectado con el VIH
- Saludando de mano, abrazando, o besando
- Estornudando o tosiendo
- Compartiendo alimentos, platos, tazas o tenedores
- Escusados, baños, o albercas
- Zancudos u otros insectos.

¿Cómo puede prevenir contagiarse con la infección del VIH?

- **No tenga relaciones sexuales.** Esta es la manera de estar 100% seguro de no contagiarse con el VIH por medio de relaciones sexuales.
- **No comparta agujas ni jeringas** para inyectarse drogas o para ninguna otra cosa.
- **Use un condón de látex cada vez que tenga relaciones sexuales** a menos que esté seguro de que su pareja no está infectada. Cuando se usan correctamente, los condones pueden ayudar a prevenir el VIH y otras enfermedades transmitidas sexualmente.
- **Mantenga una relación** con una persona que únicamente tenga relaciones sexuales con usted. Use condones al menos que esté seguro que su pareja no está infectada con el VIH.

¿Debería ir usted a que le hagan la prueba del VIH?

Usted debería considerar la prueba del VIH si:

- Ha tenido varias parejas sexuales, hombres o mujeres (entre más parejas tenga, más riesgo corre)
- Ha tenido sexo sin un condón (oral, vaginal, o anal) con una persona que usted no sepa si está infectado con el VIH o no.
- Ha tenido sexo con una prostituta (ya sea hombre o mujer)
- Ha compartido agujas o jeringas
- Recibió productos de sangre entre 1978 y 1985
- Ha tenido relaciones sexuales con alguna persona que haya hecho alguna de estas cosas.

¿Cómo puede prevenir contagiarse con el VIH?

Si usted está infectado con el VIH, hay cosas que puede hacer ahora para mantenerse saludable por más tiempo. Los estudios muestran que el tratamiento a temprana etapa puede ayudar a retrasar el desarrollo del SIDA. Usted también puede tomar medidas para evitar que infecte a otras personas con el VIH.

Si usted está embarazada y está infectada con el VIH, hay medicinas que puede tomar para reducir el riesgo de que su bebé contraiga el VIH.