

Transmisión del VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humano) y riesgo del SIDA (síndrome de inmunodeficiencia humana)

Información sobre actividades con y sin riesgo

El VIH es un virus que se transmite por la sangre, el semen y los fluidos vaginales. Por eso, es muy importante usar condón y no compartir agujas. En el trabajo sexual, el uso de condón es obligatorio.

Aún no hay una vacuna contra el VIH, pero sí hay medicamentos que ayudan a prevenir y tratarlo:

- PrEP: se toma antes de una posible exposición al virus.
- PEP: se toma después de una situación de riesgo.
- Tratamiento antirretroviral (TAR): lo toman personas con VIH para reducir el virus en su cuerpo.

El tratamiento ayuda a que la persona con VIH disminuya la posibilidad de contagio a otras personas (incluyendo al bebé durante el embarazo, parto y lactancia) y no desarrolle SIDA (cuando el sistema de defensas está muy débil y el cuerpo no puede defenderse de enfermedades).

En Alemania, el VIH no se propaga tanto como en otros países, pero aún hay riesgo. Recuerda: el condón también te protege de otras infecciones de transmisión sexual.

El condón y los lubricantes

El condón es el método de barrera más seguro para evitar la transmisión del VIH y otras infecciones durante el sexo. Si usas lubricante, asegúrate de que sea a base de agua. Los lubricantes con aceite, vaselina, cremas o lociones pueden debilitar y romper el condón.

Antes de usarlo:

- Revisa la fecha de vencimiento.

- Guardalos siempre es un lugar fresco y seco, fuera del sol o el calor.

Actividad	Riesgo	Nota clave
Compartir agujas o jeringas	Muy alto	El VIH se transmite fácilmente por la sangre. ¡Nunca compartas agujas!
Embarazo en mujer con VIH	Alto (para el bebé)	Sin tratamiento, el virus puede pasar al bebé en el embarazo, parto o lactancia.
Sexo anal sin condón	Muy alto	Riesgo para ambos (pasivo y activo), más para quien recibe. Usa condón + lubricante a base de agua.
Sexo vaginal sin condón	Alto	El VIH se transmite por fluidos sexuales. ¡Siempre usa condón!
Sexo oral sin condón	Riesgo intermedio	Riesgo sobre todo para quien lo realiza. Usa condón o barrera bucal ("Dental Dam" en Alemán)
Besar	Sin riesgo	No hay evidencia de contagio por besos.
Contacto corporal	Sin riesgo	No hay riesgo si el contacto no es sexual. Abrazar o acariciar a una persona con VIH no transmite el virus.
Comida o restaurantes	Sin riesgo	El VIH no se transmite por alimentos.
Piscinas, baños, saunas, inodoros	Sin riesgo	Compartir estos espacios no implica riesgo.
Aire, tos o estornudos	Sin riesgo	El VIH no se transmite por el aire.
Piercings, tatuajes, manicura, peluquería	Muy bajo	Solo si es en lugares legales y con buena higiene.
Visitas médicas, dentistas y hospitales	Sin riesgo	Se siguen protocolos estrictos.
Convivencia diaria (hogar, comunidad)	Sin riesgo	Vivir o compartir espacios no transmite el VIH.

sichtbar c/o Frauen informieren Frauen – FiF e.V.
 Obere Königsstr. 47
 34117 Kassel
 Tel.: 0561/8900601
 WhatsApp: 0175/1451833

Consultas
 Martes de 13:00 a 16:00 horas
 Jueves de 12:00 a 14:00 horas
 Website: www.sichtbar-kassel.de