

Hededor de un millón de personas en los Estados Unidos están actualmente infectadas con el VIH, el virus que causa el SIDA. La mayoría tiene entre 25 y 49 años de edad y se ven saludables. A fines de 1991, más de 200.000 personas habían sido diagnosticadas con el SIDA y 130.000 habían muerto. Muchas de las personas que están actualmente infectadas con el VIH no creían que estaban en riesgo. El VIH es muy grave. El VIH es mortal. El VIH va a estar con nosotros por un largo tiempo. Usted no tiene por qué contraer el VIH si sigue unas simples reglas de precaución. Este folleto le da información importante sobre la infección con el VIH, incluyendo el SIDA, que le permitirá a usted y a sus seres queridos aprender cómo protegerse.

HECHO: El SIDA es causado por un virus llamado VIH.

VIH es la sigla para *virus de la inmunodeficiencia humana*. Este es el virus que causa el SIDA, *síndrome de inmunodeficiencia adquirida*. El VIH se transmite de una persona a otra a través de relaciones sexuales y del contacto de sangre con sangre. Cuando una persona se infecta con el VIH, el virus ataca su sistema inmunológico (el sistema que lo defiende de las enfermedades). Una persona desarrolla el SIDA cuando su sistema inmunológico está tan debilitado que no puede seguir combatiendo las enfermedades e infecciones. Estas enfermedades e infecciones pueden ser mortales. La mayoría de las personas se infectan con el VIH al tener relaciones sexuales o compartir agujas y/o jeringas con alguien que ya tiene el virus. El VIH no discrimina. Cualquiera puede contraer el VIH.

HECHO: Las personas infectadas con el VIH pueden verse y sentirse saludables por largo tiempo.

Puede llevar hasta 10 años para que las personas infectadas con el VIH desarrollen el SIDA. Pueden verse y sentirse saludables por años después de haberse infectado. Aun cuando no se vean o se sientan enfermas pueden infectar a otros.

HECHO: Cuando aparecen los signos de la enfermedad, estos varían de persona a persona.

Algunas personas tienen fiebre o diarrea. La mayoría tiene inflamación de las glándulas que no desaparece. Muchos pierden peso sin razón aparente. Esto se debe a que el virus daña las defensas del cuerpo (sistema inmunológico). Cuando las personas desarrollan el SIDA, pueden sufrir enfermedades que las personas sanas generalmente resisten. Solamente un examen de sangre puede indicar si alguien está infectado con el VIH. Sólo un médico puede diagnosticar el SIDA.

HECHO: La mayoría de las personas con el VIH o el SIDA continúan el virus al tener relaciones sexuales o compartir agujas y/o jeringas con alguien que ya estaba infectado.

Estas son las formas más comunes de transmisión del VIH—

- ▶ Teniendo sexo vaginal, anal u oral con alguien infectado con el VIH.
- ▶ Compartiendo agujas o jeringas con alguien infectado con el VIH.
- ▶ De una madre infectada a su hijo durante el embarazo o el parto, o en raras ocasiones por la lactancia materna.

HECHO: Usted no puede "pensar" el VIH como contrae un resfriado.

A diferencia de otros virus, el VIH no se transmite por el aire o el agua. El VIH no se contagia por el contacto social diario.

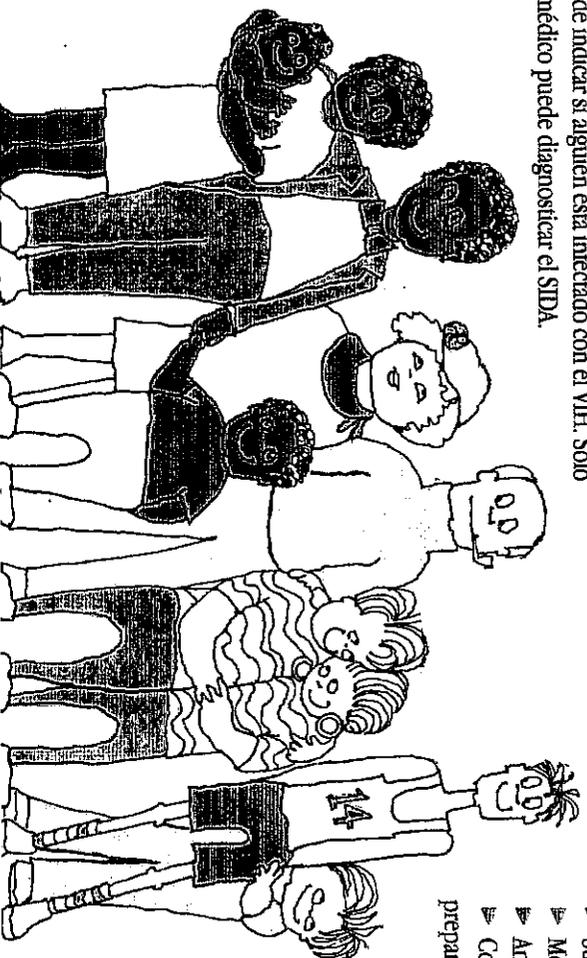
Usted no puede contraer el VIH por—

- ▶ Aprietones de manos.
- ▶ Abrazos.
- ▶ Tos o estornudos.

- ▶ Sudor o lágrimas.
- ▶ Mosquitos u otros insectos.
- ▶ Animales domésticos.
- ▶ Comiendo alimentos preparados por otra persona.

O por usar—

- ▶ Estando cerca de una persona infectada.
- ▶ Piscinas.
- ▶ Inodoros.
- ▶ Teléfonos o computadoras.
- ▶ Pastillas para beber, cucharas o tazas.
- ▶ Fuentes de agua para beber.



¿Cómo puedo hacer para aprender a conocer los hechos sobre el VIH y el SIDA.

Use lo que ha aprendido para protegerse. Comparta estos conocimientos sobre el VIH y el SIDA con su familia, amigos y compañeros de trabajo.

Sea un ejemplo para otros.

Demuestre apoyo y cuidado para las personas infectadas con el VIH y para quienes viven con SIDA. Recuerde que no puede contagiarse demostrando amistad.

Auspicie una campaña de donación de sangre o done usted sangre.

Las donaciones de sangre de voluntarios sanos ayudan a salvar vidas. Asegúrese que cumple con los requerimientos para donar antes de dar sangre. Es imposible que una persona contraiga el VIH donando sangre.

Auspicie una campaña para recaudar fondos para el SIDA o haga una donación en dinero.

Sea un instructor de la Cruz Roja para el VIH y el SIDA.

Para obtener información, póngase en contacto con:

- ▶ Su capítulo local de la Cruz Roja.
- ▶ La línea nacional para información sobre el SIDA (gratis): 1-800-342-AIDS. Línea Nacional del SIDA en Español: 1-800-344-7432. Para las personas con problemas de audición, TTY/TTDD Hotline: 1-800-AIDS-TTY
- ▶ Su médico u otro proveedor de servicios de salud.
- ▶ Su departamento de salud pública local o estatal.
- ▶ Su organización local de servicios para el SIDA.

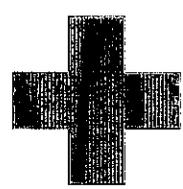
Otros folletos de la Cruz Roja sobre el VIH y el SIDA

- ▶ *HIV and AIDS*
- ▶ *Children, Parents, and HIV*
- ▶ *Teenagers and HIV*
- ▶ *Your Job and HIV: Are There Risks?*
- ▶ *Women, Sex, and HIV*
- ▶ *Giving and Receiving Blood*
- ▶ *Testing for HIV Infection*
- ▶ *Living With HIV Infection*
- ▶ *A Guide to Home Care for the Person Living With AIDS*

Otros programas y materiales de la Cruz Roja sobre el VIH y el SIDA

- ▶ Curso de Instructor sobre el VIH/SIDA
- ▶ African American HIV/AIDS Program
- ▶ Programa sobre el VIH/SIDA para Hispanos
- ▶ Programa sobre el VIH/SIDA en el Lugar de Trabajo
- ▶ Youth Materials

VIH Y EL SIDA



American Red Cross



Resource ID # 1440

VIH Y EL SIDA: los hechos sobre el VIH y el SIDA

ISBN 0-86536-178-9
Stock No. 329365
Noviembre 1993
Copyright 1995 por la Cruz Roja Nacional Americana