

www.cruzroja.es 902 22 22 92

Cruz Roja



MÁS INFORMACIÓN EN [www.cruzroja.es/vih](http://www.cruzroja.es/vih) | [www.sobrets.es](http://www.sobrets.es)

Ante cualquier situación que pueda ocasionar la infección por el virus del VIH, centremos el foco en la prevención.

Cruz Roja *aventurad*

000 111 006  
Multicanal  
info VIH

OBJETIVO  
PREVENCIÓN

¡Abre tu enfoque!

1 DE DICIEMBRE

Día Mundial de la Respuesta ante el VIH y el sida

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja

## ¿Qué es el VIH? ¿Y el sida?

**VIH** (Virus de Inmunodeficiencia Humana): virus que elimina determinadas células del sistema inmunológico (encargado de protegernos contra infecciones y enfermedades).

**Sida** (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida): conjunto de síntomas provocados por infecciones/enfermedades que el organismo sufre tras la infección por VIH.

## ¿Cómo se transmite y se previene el VIH?

### Vía Sexual

**Conducta de riesgo:** Relación sexual con penetración anal, vaginal u oral activa (para quien pone la boca), sin preservativo o con rotura del mismo.

**Conducta segura:** Usar preservativo en relaciones sexuales con penetración. Mantener relaciones sexuales sin penetración. Mantener relaciones con penetración con una misma persona, asegurándote que ninguno de las dos tenga VIH (realizándose la prueba del VIH).

### Vía Sanguínea

**Conducta de riesgo:** Intercambio de objetos cortantes o punzantes, material de inyección.

**Conducta segura:** No intercambiar objetos cortantes, punzantes, ni material de inyección, o asegurarse de su esterilización previa.

### Vía Materno- filial (vertical)

**Conducta de riesgo:** Durante el embarazo, el parto o la lactancia.

**Conducta segura:** Realizarse la prueba del VIH y mantener seguimiento médico. La cesárea en el parto. Evitar la lactancia materna.

El VIH **NO** se transmite por actividades cotidianas: besar, abrazarse, darse la mano; compartir comida, el baño, la ducha, la piscina, la ropa...; ni tampoco por la picadura de un insecto.

Si has tenido una práctica de riesgo, hazte la **prueba del VIH**. Es la única forma fiable de saber si te has infectado o no por el VIH.