

www.cruzroja.es 902 22 22 92

**Cruz Vermella** 



www.sobreits.es

www.cruzroja.es/vih

MAIS INFORMACIÓN

Ante calquera situación que poida orixinar a infección polo virus do VIH, centremos a atención na prevención.

 *Cruz Vermella Xarentude*

**Info VIH**  
Multicanal  
900 111 000

**OBXECTIVO**  
PREVENCIÓN 

Abre o teu enfoque!

**1 DE DECEMBRO**

**Día Mundial da resposta ante o VIH e a sida**

Cada vez máis preto das persoas



**Cruz Vermella**

## Que é o VIH? E a sida?

**VIH** (Virus da Inmunodeficiencia Humana): virus que elimina determinadas células do sistema inmunolóxico (encargado de protexernos contra infeccións e doenzas).

**Sida** (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida): conxunto de síntomas provocados polas infeccións/doenzas que sofre o organismo tras a infección co VIH.

## Como se transmite e prevén o VIH?

### Vía Sexual

**Conduta de risco:** Relación sexual con penetración anal, vaxinal ou oral activa (quen pon a boca) sen preservativo ou con rotura do mesmo.

**Conduta segura:** Usar preservativo en relacións sexuais con penetración. Manter relacións sexuais sen penetración. Manter relacións con penetración cunha mesma persoa asegurándose de que ningunha das dúas ten o VIH (facendo a proba do VIH).

### Vía sanguínea

**Conduta de risco:** Intercambio de obxectos cortantes ou punzantes, material de inxección.

**Conduta segura:** Non intercambiar obxectos cortantes, punzantes nin material de inxección, ou asegurarse da súa esterilización previa.

### Vía Materno-filial (vertical)

**Conduta de risco:** Durante o embarazo, o parto ou a lactación.

**Conduta segura:** Facer a proba do VIH e manter un seguimento médico. A cesárea no parto. Evitar a lactación materna.

O VIH **NON** se transmite polas actividades cotiás: bicar, abrazarse, dar a man, compartir comida ou baños, duchas, piscinas, roupa..., nin tampouco pola picadura de insectos.

Se tiveches unha práctica de risco, fai a **proba do VIH**. É a única forma fiable de saber se te infectaches ou non.