

Puedes obtener servicios de consejería y hacerte la prueba del VIH a través de los departamentos de salud locales. Para obtener información, llama a una de las agencias o líneas de ayuda que aparecen en este panfleto:

| | |
|---------------|----------------|
| Baker | 541-523-8211 |
| Benton | 541-766-6835 |
| Clackamas | 503-655-8471 |
| Clark (WA) | 360-852-9070 |
| Clatsop | 503-325-8500 |
| Columbia | 503-397-4651 |
| Coos | 541-756-2020 |
| Crook | 541-447-5165 |
| Curry | 541-391-3425 |
| Deschutes | 541-322-7400 |
| Douglas | 1-877-440-2761 |
| Gilliam | 541-506-2600 |
| Grant | 541-575-0429 |
| Harney | 541-573-2271 |
| Hood River | 541-386-1115 |
| Jackson | 541-774-8209 |
| Jefferson | 541-475-4456 |
| Josephine | 541-474-5325 |
| Klamath | 541-882-8846 |
| Lake | 541-947-6045 |
| Lane | 541-682-4041 |
| Lincoln | 541-265-4112 |
| Linn | 541-967-3888 |
| Malheur | 541-889-7279 |
| Marion | 503-588-5342 |
| Morrow | 541-676-5421 |
| Multnomah | 503-988-3674 |
| Polk | 503-623-8175 |
| Tillamook | 503-842-3900 |
| Umatilla | 541-278-5432 |
| Union | 541-962-8801 |
| Wallowa | 541-426-4848 |
| Wasco-Sherman | 541-506-2600 |
| Washington | 503-546-8881 |
| Wheeler | 541-763-2725 |
| Yamhill | 503-434-7525 |

Oregon HIV/STD Hotline

(Línea directa de Oregon – VIH y ETS)
1-800-777-AIDS (2437)


Portland Metro AIDS/STD Hotline

(Línea directa de zona Metropolitana de Portland – SIDA y ETS)
503-223-AIDS (2437)

Información sobre el SIDA, Estado de Washington 1-800-272-AIDS (2437)

National HIV/AIDS Hotline

(Línea nacional directa – VIH y SIDA)
1-800-232-4636 (English)
1-800-344-SIDA (Español)
1-800-243-7889 (TTY)

 @Prevent_HIV_OR

 facebook.com/Prevent.HIV.OR



De solicitarse, este documento se facilitará en otros formatos a personas con discapacidades. Entre los formatos disponibles se hallan, aunque no de forma exclusiva, letra grande, Braille, grabaciones de audio, comunicaciones basadas en Internet y otros formatos electrónicos. Envíe un mensaje de correo electrónico a prevention.info@state.or.us o llame al 971-673-0153 (voz) o al 971-673-0372 (TTY, personas con problemas auditivos) para solicitar el formato adecuado para usted.

Spanish OHA 9336 (Rev.06/11)



¿Qué es el VIH?

VIH (virus de inmunodeficiencia humana) es el virus que causa el SIDA. El VIH daña el organismo de la persona al destruir células sanguíneas específicas denominadas CD4 y células T, las cuales son cruciales para ayudar al organismo a combatir enfermedades. La persona “seropositiva” está infectada con el VIH.

¿Causa siempre el VIH SIDA?

Sin recibir tratamiento alguno, la persona con VIH desarrollará SIDA, en promedio, a los 10 años de haberse infectado. Este plazo varía entre las personas y depende de diversos factores, tal como el estado de salud de la persona y su comportamiento relativo a la salud. La atención médica inmediata, sobre todo la toma de medicamentos antiviricos, puede retrasar el inicio del SIDA y prevenir ciertos padecimientos potencialmente fatales. En la actualidad, se entiende que si bien no todas las personas seropositivas desarrollarán el SIDA, la mayoría lo hará.

¿Cómo se propaga el VIH?

El VIH puede transmitirse cuando el VIH en la sangre, el semen, fluidos vaginales o la leche materna de una persona seropositiva entran al organismo de una persona que no está infectada. Las maneras más comunes de transmitir el VIH son:

- A través de relaciones sexuales (sexo anal, vaginal u oral) con una persona seropositiva y sin emplear un preservativo (condón) de látex o de poliuretano o un dique dental.
- Al compartir agujas hipodérmicas u otros implementos de inyección con una persona seropositiva;
- De una mujer seropositiva a su bebé antes de que éste nazca, durante el parto o la lactancia.

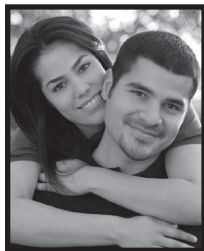
¿Qué es el SIDA?

SIDA es el acrónimo del síndrome de inmunodeficiencia adquirida. Es una etapa más avanzada de la infección por el VIH, en la cual la infección se transforma en una enfermedad grave. La persona seropositiva que no ha padecido ninguna enfermedad grave puede también recibir un diagnóstico de SIDA si su sistema inmunológico está severamente debilitado por la infección del VIH.

El tratamiento para el VIH no elimina totalmente el riesgo de propagar el virus. Una vez que se transmite el VIH, éste debilita y, con el tiempo, destruye el sistema inmunológico, mayormente las células CD4. Dichas células inician la reacción del cuerpo a microorganismos como virus. A medida que el número de células CD4 disminuye y el sistema inmunológico se debilita, el cuerpo corre un mayor peligro de desarrollar infecciones bacterianas u oportunistas, las cuales enferman a la persona y, en ocasiones, producen su muerte. El VIH no se transmite mediante el contacto casual ni a través de mosquitos (zancudos) o insectos que pican.

¿De qué manera puede prevenirse la propagación del VIH?

Absteniéndose de participar en actividades sexuales “riesgosas” tal como el coito vaginal o anal o el sexo oral sin protección. La masturbación, los masajes, los abrazos y besos suelen considerarse como actividades no riesgosas. Protegiéndose durante el sexo. Usa un preservativo de látex o de poliuretano o un dique dental con todas las parejas que tengas y cada vez que tengas relaciones. Los lubricantes a base de agua pueden incrementar la comodidad y la fiabilidad del preservativo, pero no utilices lubricantes que contengan aceite (como Vaselina,



la mayoría de aceites para masajear, etc.). Ya no se recomiendan los productos que contienen el espermicida Nonoxynol 9 ya que pueden incrementar la probabilidad de contraer el VIH. Limita el número de tus parejas y elige a parejas con las que puedas hablar abiertamente acerca del sexo seguro. Si te inyectas drogas, esteroides, hormonas o cualquier otra sustancia, utiliza una aguja hipodérmica nueva y estéril cada vez que lo hagas. No compartas tus implementos de inyección, tales como “ollas” o tapitas, algodones y agua. Si no tienes una aguja hipodérmica nueva, limpia una usada. Llena y enjuaga la aguja hipodérmica con agua, llénala y enjuágala con blanqueador puro y, por último, vuelve a enjuagarla con agua limpia.

¿Existe algún tratamiento para el VIH o para el SIDA?

En la actualidad hay tratamientos médicos que pueden disminuir el ritmo al que el VIH debilita el sistema inmunológico. El tratamiento médico en una etapa temprana y un estilo de vida sano puede ayudar a las personas seropositivas a mantenerse en buen estado. Las mujeres embarazadas seropositivas pueden tomar medicamentos durante su embarazo para disminuir el riesgo de que el bebé contraiga el virus. Hay también tratamientos que pueden prevenir o curar algunas de las enfermedades que se relacionan con el SIDA, aunque dichos tratamientos no curan el SIDA en sí. Al igual que en el caso de otras enfermedades, la detección temprana ofrece más opciones de tratamiento y de atención preventiva. Asimismo, la presencia de enfermedades de transmisión sexual o ETS (chlamydia, gonorrea, herpes vírico y sífilis) incrementa la probabilidad de la transmisión del VIH durante el contacto sexual. Hazte la prueba de ETS y recibe el tratamiento necesario para disminuir el riesgo de que contraigas el VIH. Por último, en los Estados Unidos, alrededor de 1 de cada 4 personas seropositivas presentan también hepatitis C (VHC). Pregunta a tu asesor del VIH acerca de las pruebas del HCV.