

# Mujer y SIDA

*Nuevas  
orientaciones  
y estrategias*



---

**Dirección:**

Antoni Mateu  
Albert Giménez  
Agencia de Salud Pública de Cataluña  
Departamento de Salud

**Coordinación:**

Mamen Martí  
Montse Calmet  
Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida  
Agencia de Salud Pública de Cataluña  
Departamento de Salud

**Autoras:** Sílvia Aldabert, Carmen Borreguero, Ester Bessa, Montserrat Calmet, Maria Ferrero, M. Luisa García, Silvina Magnani, Mamen Martí, Cristina Martínez, Mercè Meroño, Carme Ollé, Neus Prat, Montse Pineda, Julia Vega.

---

© Generalitat de Catalunya. Departamento de Salud

---

**Edita:**

Agencia de Salud Pública de Cataluña

**2a edición**

Barcelona, abril de 2012.

**Depósito legal:** B.17580-2012

**Asesoramiento y corrección lingüística:**

Sección de Planificación Lingüística del Departamento de Salud

**Diseño e ilustraciones:**

Quadrat, SL

---



Los contenidos de esta obra están sujetos a una licencia de Reconocimiento-No comercial- Sin obras derivadas 3.0 de Creative Commons. Se permite la reproducción, distribución y comunicación pública siempre que se cite el autor y no se haga un uso comercial.

La licencia completa se puede consultar en:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/legalcode.ca>

## AUTORAS

---

<b>Silvia Aldavert García</b>	Polítologa. Coordinadora de la Asociación de Planificación Familiar de Cataluña i Baleares.
<b>Carmen Borreguero Pinel</b>	Socióloga y diplomada en enfermería. Técnica de salud pública del Ayuntamiento de Santa Coloma de Gramenet.
<b>Ester Bessa Pelegrín</b>	Filóloga. Técnica del Instituto Catalán de las Mujeres.
<b>Montserrat Calmet Tarruella</b>	Farmacéutica especialista en microbiología. Técnica del Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida de la Agencia de Salud Pública de Cataluña del Departamento de Salud.
<b>Maria Ferrero Barrio</b>	Médica especialista en ginecología y obstetricia. Presidenta de la Asociación de Planificación Familiar de Cataluña y Baleares.
<b>M<sup>a</sup>. Luisa García Berrocal</b>	Psicóloga. Coordinadora de prevención y atención de Creación Positiva (asociación de personas con VIH desde la perspectiva de género).
<b>Silvina Magnani</b>	Psicóloga clínica. Colaboradora de la Unidad de VIH/sida Adultos del Hospital de la Vall d'Hebron.
<b>Mamen Martí Soriano</b>	Diplomada en enfermería. Técnica del Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida de la Agencia de Salud Pública de Cataluña del Departamento de Salud.
<b>Cristina Martínez Bueno</b>	Matrona. Responsable de la ASSIR Barcelona Ciudad del Instituto Catalán de la Salud y profesora titular de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad de Barcelona.
<b>Mercè Meroño Salvador</b>	Psicóloga. Presidenta de la Fundación Àmbit Prevenció.
<b>Carme Ollé Rodríguez</b>	Médica especialista en ginecología y obstetricia. Responsable del ASSIR Drassanes del Parc de Salut Mar de Barcelona.
<b>Neus Prat Puigpelat</b>	Médica especialista en ginecología y obstetricia. Responsable de la ASSIR Costa de Ponent de la Gerencia Territorial Metropolitana Sur del Instituto Catalán de la Salud.

---

---

**Montse Pineda Lorenzo** Trabajadora social. Coordinadora de incidencia política de Creación Positiva (asociación de personas con VIH desde la perspectiva de género).

---

**Julia Vega Soria** Psicóloga. Técnica referente del Programa de intervención integral contra la violencia machista del Instituto Catalán de las Mujeres.

---

## **COORDINACIÓN**

---

**Mamen Martí Soriano**  
**Montserrat Calmet Tarruella**

---

Las autoras agradecen a los profesionales del Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida, su colaboración en forma de sugerencias y la revisión de este documento.

## Presentación

La infección por VIH presenta una especificidad y unas repercusiones en las mujeres que deben considerarse con atención. Por este motivo se hizo una primera edición, a fin de proporcionar a la población femenina la información necesaria para afrontar la posibilidad de infección y sus consecuencias.

Sin embargo, era necesario actualizarla; y por ello esta edición no pretende solo dar continuidad a la anterior, sino ampliar el contenido con los conceptos de vulnerabilidad, como factor que propicia mayor exposición al riesgo de infección por VIH en las mujeres, y el apoderamiento, como la mejor herramienta preventiva de la que pueden disponer para evitarla. También quiere reflejar el hecho de que la mujer vive y experimenta su sexualidad de un modo diferente según la etapa en la que se encuentra.

Esta publicación ha sido elaborada por mujeres expertas que trabajan, pertenecen o están especializadas en diferentes ámbitos relacionados con las mujeres y que han aportado su experiencia y conocimientos.

A buen seguro que esta segunda edición conseguirá proporcionar nuevas orientaciones y estrategias que ayuden a las mujeres a afrontar su propia situación tanto en el aspecto preventivo como en el afectivo-sexual y ampliar la información sobre el VIH/sida.

**Albert Giménez Masat**

*Director del Programa para la  
Prevención y la Asistencia del Sida*

# Índice

¿Por qué esta publicación? .....	7
1. Información sobre la infección por VIH y sida .....	9
1.1. Conceptos básicos .....	9
1.2. La transmisión de la infección y su evolución .....	10
1.3. Prevención de la infección .....	14
1.3.1. Prevención de la transmisión .....	14
1.3.2. Métodos para evitar la transmisión sexual de la infección por VIH .....	16
1.3.3. Profilaxis postexposición al VIH .....	18
1.4. Detección de la infección .....	19
1.5. Otras infecciones de transmisión sexual .....	20
1.5.1. ¿Cómo se transmiten? .....	20
1.5.2. ¿Cómo interacciona la infección por VIH con otras ITS? .....	21
1.5.3. Prevención de las ITS .....	21
2. Mujeres, sexualidad y VIH/sida .....	23
2.1. Sexualidades y placer .....	23
2.2. Vulnerabilidades .....	25
2.3. Cuestiones sobre la prevención .....	27
2.3.1. Información, actitudes y habilidades .....	27
2.3.2. Mujeres de más de 40 años .....	28
3. Vivir con la infección .....	29
4. Falsas creencias .....	31
5. Recordatorio .....	34
6. Teléfonos de interés e información específica .....	35

## ¿Por qué esta publicación?

En la actualidad, a causa de la transmisión heterosexual del VIH, las mujeres han pasado a representar más de la cuarta parte de las nuevas infecciones diagnosticadas, y actualmente ya se habla de la "feminización" del sida. Por factores biológicos, las mujeres son más vulnerables a la infección por VIH. Por una parte, tienen más probabilidades que los hombres de contraer el VIH a partir del coito sin protección, dado que la mucosa vaginal presenta más fragilidad y el semen tiene más capacidad infectiva que los fluidos vaginales. Por la otra, también padecen, de forma asintomática, otras infecciones de transmisión sexual que facilitan la transmisión del VIH.

La infección por VIH/sida también está asociada a la desigualdad y a la violencia de género; de forma directa a través de la violencia sexual, y de forma indirecta mediante la posible incapacidad de las mujeres para protegerse y negociar el uso del preservativo o las condiciones en las que quieren mantener relaciones sexuales.

Sin embargo, la prevención del VIH no debe limitarse a hablar de **sexo seguro**, uso del preservativo y prácticas de riesgo, también hay que hablar de **desigualdades, de vulneración de derechos, de sexualidades, de emociones...** Esto implica alcanzar los derechos a la información, la educación, la protección y el cuidado de la salud, que forman parte de los derechos sexuales y reproductivos.

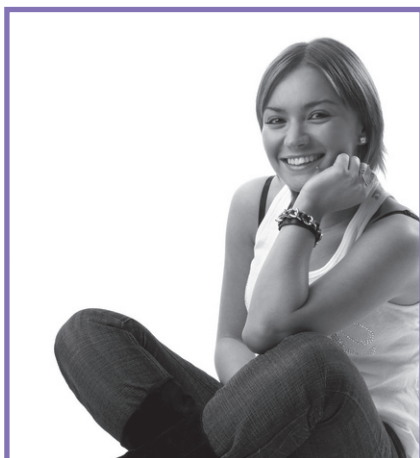
**Apoderar** a las mujeres es una **herramienta preventiva** esencial de la que podemos disponer hoy en día para evitar el VIH/sida. La prevención de la infección entre las mujeres debe pasar por el aprendizaje individual y colectivo, a fin de que tengamos más poder para la toma de decisiones en todos los ámbitos y, especialmente, en el afectivo y el sexual.

Durante el siglo XX ha ido aumentando la presencia de las mujeres en el espacio público, el acceso a la educación reglada, la capacidad de autonomía, el control de la fertilidad, y se ha puesto de manifiesto el deseo de las mujeres de tener un proyecto de vida propio, pese a las claras diferencias existentes entre países.

A pesar de este nuevo escenario, el camino que debemos recorrer las mujeres no está exento de violencia, discriminación, estigmatización y subordinación, que en relación con el VIH/sida también están presentes en la actualidad.

A través de esta publicación, nos proponemos abordar estos temas y alentar, una vez más, a todas las mujeres. En cuanto a la salud, queremos contribuir a hacer visible el reconocimiento de la diferencia entre hombres y mujeres, ya que solo de este modo podremos afrontar el derecho a la salud y el derecho a la prevención del VIH/sida desde una perspectiva de género.

Creemos en la capacidad creadora y transformadora que tenemos las mujeres ante muchas de las situaciones adversas que sufrimos a menudo. Hay que impulsar cambios en nuestra sociedad, contribuir a implementarlos y desterrar actitudes que van en contra de los derechos fundamentales de las personas para contribuir, de este modo, a crear una sociedad basada en la justicia social.





## 1

## Información sobre la infección por VIH y sida

### 1.1. Conceptos básicos

#### ¿Qué es el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)?

VIH es la sigla que corresponde a la forma desplegada virus de la inmunodeficiencia humana. Este virus actúa en el sistema inmunitario disminuyendo las defensas del organismo y puede causar el síndrome de inmunodeficiencia adquirida o sida.

#### ¿Qué es el sida?

El sida es la forma más grave de la infección por VIH.

**S: SÍNDROME** Conjunto de manifestaciones, síntomas y signos que caracterizan una enfermedad.

**I: INMUNO** Hace referencia al sistema inmunitario, que es el encargado de producir los glóbulos blancos o linfocitos, que son fundamentales para combatir las infecciones.

**D: DEFICIENCIA** Falta, ausencia.

**A: ADQUIRIDA** Causada por la transmisión del virus, pero no hereditaria.

#### ¿Donde se encuentra el VIH?

El VIH se encuentra en la sangre y en la mayoría de fluidos orgánicos de una persona infectada, si bien no todos tienen la capacidad de transmitir la infección.

**No** tienen la capacidad de transmitir la infección fluidos como las lágrimas, la saliva, el sudor o la orina.

**Sí** tienen capacidad de transmitirla la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna.

Por este motivo, debemos hablar de las tres vías de transmisión de la infección: la **vía sexual**, la **vía sanguínea** y la **vía perinatal**.

## 1.2. La transmisión de la infección y su evolución

### ¿Cómo se transmite el VIH?

#### *Vía sexual*

Se transmite de persona a persona por prácticas sexuales con penetración sin protección. El virus penetra en el organismo a través de las mucosas de la boca, la vagina, el pene y el ano.

El riesgo es diferente según las prácticas sexuales. **Una sola práctica sexual de riesgo sin protección es suficiente para transmitir el VIH.**

La penetración anal o vaginal con eyaculación y sin preservativo conlleva un riesgo elevado de transmisión de la infección, dada la fragilidad de las mucosas vaginal y anal, ya que el semen tiene una alta capacidad infecciosa.

En las prácticas orales, el riesgo de transmisión de la infección es menor, aunque aumenta si hay lesiones en la boca o en los genitales.

El intercambio de juguetes sexuales (vibradores, consoladores...) puede ser una práctica de riesgo de transmisión del VIH, si se comparten y han entrado en contacto con los fluidos vaginales o sangre o se han utilizado para prácticas sexuales que comporten penetración vaginal o anal.

Otras prácticas sexuales, como los besos, la masturbación mutua, las caricias o los rozamientos no tienen riesgo de infección.

Si se sufre alguna infección de transmisión sexual (ITS) puede aumentar la probabilidad de transmisión de la infección por VIH, sobre todo en las ITS que son de tipo ulcerativo y que, por lo tanto, provocan lesiones en la piel o en las mucosas.

Las prácticas pueden ser de mayor o menor riesgo de contraer la infección:

<b>+</b>	<b>ALTO RIESGO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• PENETRACIÓN ANAL SIN PROTECCIÓN</li> <li>• PENETRACIÓN VAGINAL SIN PROTECCIÓN Aumenta el riesgo durante la menstruación</li> <li>• FELACIÓN CON INGESTIÓN DE SEMEN</li> <li>• CONTACTO ORAL (PENIANO, VAGINAL Y/O ANAL) SIN MÉTODO DE BARRERA</li> <li>• COMPARTIR JUGUETES SEXUALES</li> <li>• FELACIÓN SIN INGESTIÓN DE SEMEN</li> </ul>	
<b>-</b>	<b>BAJO RIESGO</b>

- Siempre que haya eyaculación se incrementa el riesgo de contraer la infección.
- Hay prácticas que no comportan ningún riesgo, como las caricias íntimas, los besos o la masturbación.

### ***Vía sanguínea (inoculación de sangre infectada)***

El hecho de compartir jeringuillas, agujas y otros utensilios que han sido contaminados con sangre infectada, para tatuajes o piercings, o bien en el caso del personal sanitario, por punción de forma accidental durante la práctica profesional, conlleva un riesgo elevado de la transmisión del VIH.

Actualmente, la infección por transfusiones de sangre o hemoderivados (plasma sanguíneo, plaquetas...) y trasplantes de órganos está estrictamente reglamentada y no conlleva riesgo de infección.

Cabe recordar que **no** debes compartir utensilios como hojas de afeitar o cepillos de dientes, dado que puede suponer un riesgo de transmisión de la infección por la posibilidad de que estén contaminados con sangre infectada.

### ***Vía vertical o perinatal***

El VIH puede transmitirse durante el embarazo, el parto y el amamantamiento.

El riesgo de transmisión puede producirse durante todo el embarazo y el parto, aunque es poco frecuente si la mujer sigue el tratamiento antirretroviral. Hay que tener en cuenta que el bebé también puede adquirir la infección a través de la leche materna; por ello se desaconseja la lactancia materna.

Al nacer, el bebé de una mujer infectada por VIH tendrá anticuerpos anti-VIH, lo cual no quiere decir que necesariamente esté infectado. Y será el seguimiento de los controles analíticos en los meses siguientes lo que determinará si se ha infectado.



### **¿Cómo no se transmite el VIH?**

Las relaciones sociales como las que surgen en los puestos de trabajo, en la escuela, en lugares públicos (restaurantes, lavabos, piscinas, transportes...) **no** comportan ningún riesgo de infección.

La convivencia con una persona infectada **no** comporta ningún riesgo de infección.

Las barberías, las peluquerías y los salones de estética deben mantener las medidas higiénicas de esterilización del material cortante o utilizar material de un solo uso. Hay que asegurarse de que se cumplen estas medidas.

## ¿Cómo evoluciona la infección por VIH?

Cuando el VIH entra en nuestra sangre es cuando se inicia la infección. El virus entra en el organismo y empieza a afectar al sistema inmunitario, que se va debilitando progresivamente. Este período puede ser más o menos largo. A causa de la fragilidad del sistema inmunitario, se presentan ciertas enfermedades que confirman una afectación grave de las defensas y que nos indican que se ha desarrollado el sida.

Durante la evolución de la infección, a pesar de que no se presenten síntomas, existe en todo momento la capacidad de transmitir el virus a otra persona, con episodios de más intensidad, como en el inicio de la infección.

La detección de la infección mediante la prueba del VIH permitirá iniciar el tratamiento antirretroviral y el control de la infección si es oportuno. Es importante llevar a cabo una **detección precoz** de la infección, y de este modo lograr, lo antes posible, ralentizar la progresión y mejorar el estado de salud y de la calidad de vida.

## Reinfección por VIH

Las personas que están infectadas por el VIH pueden reinfectarse por otras variantes del VIH y facilitar, de este modo, la progresión de la enfermedad del sida. Es muy importante, por lo tanto, recordar la importancia de utilizar medidas preventivas para evitar la reinfección.



## 1.3. Prevención de la infección

### 1.3.1. Prevención de la transmisión

#### Prevención de la transmisión por vía sexual

La prevención de la transmisión en las prácticas sexuales es posible y fácil. Reducir los riesgos está en tus manos. Utilizar el preservativo (masculino o femenino) **siempre, adecuadamente** y desde el inicio de las prácticas sexuales es un método eficaz de prevención. Hay que utilizarlo especialmente:

- Si desconoces si tú o tu pareja podéis estar infectados.
- Si piensas que tu pareja habitual mantiene prácticas sexuales con otras personas o no lo sabes.
- Si tienes parejas ocasionales.
- Si tú, tu pareja o ambos estáis infectadas por VIH.

Para reducir los riesgos de infección por VIH en las prácticas sexuales:

- Utiliza el preservativo masculino o femenino en tus relaciones con penetración.
- Utiliza un preservativo masculino para practicar la felación.
- Utiliza una barrera protectora de látex o plástico para practicar el cunnilingus o el beso negro.
- Evita la eyacuación dentro del ano, la vagina o la boca, en el caso de no utilizar el preservativo.
- No mantengas el semen en la boca ni te lo tragues.
- Pon un preservativo a los juguetes sexuales si los compartes.
- Ten en cuenta que los lubricantes deben ser de base acuosa (no se recomiendan los de base oleosa porque deterioran el material del preservativo).



Preservativo masculino



Preservativo femenino

## **Prevención de la transmisión por vía sanguínea**

Es recomendable no compartir objetos de uso personal o doméstico, punzantes o cortantes, que puedan estar en contacto con la sangre.

Si eres usuaria de drogas inyectables:

- Emplea una jeringuilla y una aguja nuevas para cada inyección. Lleva siempre encima una jeringuilla nueva. No compartas nunca los utensilios de inyección.
- Puedes sustituir la vía inyectada por la vía fumada, inhalada o esnifada, teniendo en cuenta que los utensilios (cilindro metálico, tubos, billetes...) para esnifar pueden provocar lesiones que facilitarían el contacto con la sangre y, por lo tanto, el riesgo de infección, si los compartes.

## **Prevención de la transmisión por vía perinatal**

Es muy importante que todas las mujeres conozcan si están infectadas por el VIH o no cuando quieren quedarse embarazadas.

En nuestro país es obligado ofrecer en el primer control de embarazo la realización de un análisis de sangre para detectar la infección (prueba de detección del VIH), y repetirla en el segundo y tercer trimestres, si ha habido comportamientos de riesgo relacionados con la infección en ese período. Asimismo, sería recomendable que en ese momento la pareja se hiciera la prueba de detección del VIH.

La mujer embarazada infectada por el VIH tiene garantizada la asistencia de profesionales especializados durante el embarazo y el parto en el ámbito hospitalario. Según cada caso, se valorará cuál es el tratamiento más adecuado para la madre y el bebé, a fin de evitar al máximo el riesgo de transmisión. Actualmente, este riesgo es inferior al 1%.

En los casos en los que la infección de la mujer no se conoce y, por lo tanto, no se ha llevado a cabo ningún tipo de tratamiento, la posibilidad de transmisión de la infección al bebé sería de entre el 15% y el 30%.

Se estima que la transmisión en el proceso de amamantamiento se sitúa alrededor del 10%; por este motivo, en nuestro entorno está contraindicada y está establecida la financiación pública de la lactancia artificial.

### 1.3.2. Métodos para evitar la transmisión sexual de la infección por VIH

#### El preservativo masculino

El preservativo masculino es el más conocido y utilizado hasta ahora. Mayoritariamente es de látex y debe estar homologado. En la caja y en el envoltorio de cada preservativo, deben aparecer la homologación de la Comunidad Europea (CE), así como la fecha de caducidad y el número de lote de fabricación.

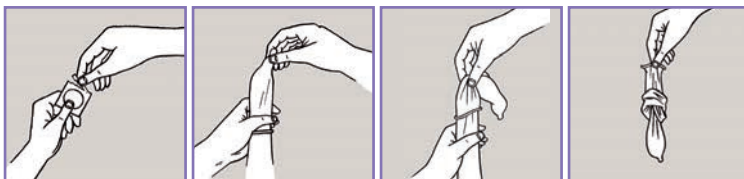
Dispone de un receptáculo para el semen, de modo que la eyaculación no comporte peligro de ruptura del preservativo.

Se pueden conseguir en máquinas expendedoras ubicadas en lugares públicos, supermercados, gasolineras, farmacias, algunas ONG, sex-shops...

Hay que conservarlos en un lugar fresco y seco, ya que el calor puede dañar el látex. Cuando los llevemos encima, es aconsejable ponerlos dentro de una cajita para evitar que se deterioren o se rompan.

#### **Recomendaciones para un uso correcto del preservativo masculino**

1. Debe romperse el envoltorio con los dedos, nunca con los dientes, teniendo cuidado de no rasgarlo con las uñas o con anillos.
2. Hay que ponerlo cuando el pene esté en erección y antes de cualquier intento de penetración, dejando un espacio en el extremo y cogiéndolo con dos dedos para evitar que quede aire en el interior del receptáculo y cubriendo todo el pene hasta la base.
3. Hay que retirar el pene de la vagina antes de perder la erección. Para evitar que el preservativo se quede dentro, hay que sujetarlo por la base.
4. Hay que comprobar que no esté roto y hacerle un nudo antes de tirarlo a la basura, nunca al váter.
5. Debe utilizarse un preservativo nuevo cada vez que se mantiene una práctica sexual vaginal, oral o anal.
6. Para evitar que el preservativo se rompa, hay que seguir las instrucciones de uso y no utilizar lubricantes de base oleosa (vaselinas, cremas corporales, aceites de baño...). Los lubricantes adecuados pueden encontrarse en farmacias y sex-shops.





## El preservativo femenino

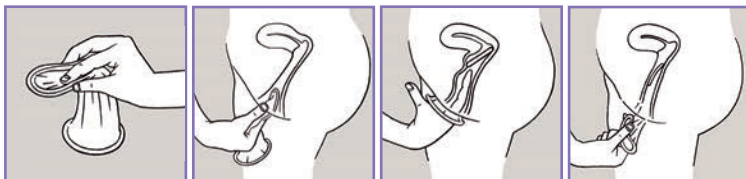
El preservativo femenino es de poliuretano, y es tan resistente y seguro como el masculino. El preservativo femenino se introduce en la vagina de forma similar a un tampón sin aplicador y cubre desde la entrada de la vagina hasta el final.

Los preservativos femeninos llevan incorporada una gran cantidad de lubricante, internamente y externamente, lo que facilita la colocación y el coito. Se recomienda el uso de este preservativo, especialmente en las situaciones en las que resulta difícil negociar el uso del preservativo masculino, ya que puede colocarse antes de iniciar la relación sexual.

Se venden en las farmacias.

### *Recomendaciones para un uso correcto del preservativo femenino*

1. Coge la parte inferior de la anilla interior, tal y como se indica en el dibujo.
2. Introduce la anilla en la vagina, intentando situarla tan adentro como sea posible.
3. Introduce el dedo en el preservativo hasta que toques el extremo de la anilla interior e impúlsalo hacia el interior de la vagina.
4. Para extraerlo, retuerce la anilla exterior para evitar que el semen se derrame y tensa con suavidad. Vuelve a colocarlo dentro del envoltorio y tíralo al cubo de basura.
5. Debe utilizarse un preservativo nuevo para cada práctica sexual.



## Otras formas de prevenir la infección por VIH

En la actualidad, aún no se dispone de una vacuna preventiva frente al VIH, aunque se está investigando en esta línea.

Hay que pensar que las relaciones sexuales no tienen que ser necesariamente coitales. Se puede obtener placer con caricias, masturbación mutua, juguetes sexuales y llegar igualmente al orgasmo. Solo hace falta un poco de imaginación y estar dispuesta a probarlo.

Para el sexo oral, existen otros métodos como el cuadrado de látex, el plástico de uso doméstico, etc. Todos están concebidos para evitar el contacto del flujo vaginal con posibles heridas que tu pareja sexual pueda tener en la boca.

El cuadrado o banda de látex se puede adquirir en las farmacias. Puedes fabricar un cuadrado de látex abriendo por la mitad un preservativo o, más fácil aún, utilizar un trozo de plástico, tan grande como quieras, de los que se utilizan para uso doméstico.

De todas formas, lleva siempre encima un preservativo si piensas que puedes tener relaciones sexuales.

### 1.3.3. Profilaxis postexposición al VIH

Es un **tratamiento de urgencia y excepcional** basado en antirretrovirales, que puede reducir la posibilidad de infección por VIH tras una exposición de riesgo.

**En caso de exposición al VIH** y, por lo tanto, de alto riesgo de infección, hay que dirigirse, dentro de las seis primeras horas y como máximo hasta las 72 horas, a los servicios de urgencia de determinados hospitales para recibir, con la valoración previa del personal médico, el tratamiento preventivo llamado profilaxis postexposición al VIH.

Para saber a qué hospital debes acudir, llama a:



## 1.4. Detección de la infección

Es muy importante el **diagnóstico precoz** para el manejo de la infección desde el inicio, para la evolución y para la adecuación de los tratamientos, así como para la prevención de la transmisión.

Para saber si estás infectada por el virus, es necesario que te hagas una prueba específica de detección de anticuerpos del VIH. **El resultado negativo del test es fiable si han pasado tres meses desde la última práctica de riesgo**, y podemos decir que esta persona no está infectada (solo en circunstancias específicas, a valorar por el médico, se puede recomendar repetir la prueba a los 6 meses). Si da un resultado positivo, debe hacerse una prueba de confirmación como la llamada Western Blot, a fin de poder dar un diagnóstico definitivo de la infección por VIH.

Actualmente, se dispone de un test rápido de detección del VIH con la ventaja de poder obtener el resultado en unos quince minutos. Igualmente, debe realizarse al cabo de tres meses desde la última práctica de riesgo y confirmar el resultado en el caso de que sea positivo. Para saber los lugares en los que se hace este tipo de prueba, consulta el teléfono Sanitat Respon.

Si el resultado ha sido positivo, tienes derecho a contar con un buen asesoramiento sobre la nueva situación y el modo de afrontarla. Recuerda que la infección tiene tratamiento y te permitirá seguir, con algunos cambios, tu vida habitual (hacer revisiones médicas periódicas, evitar situaciones de reinfección, no automedicarse, cuidar la alimentación...). También es importante averiguar cómo te has podido infectar e informar de que también deben hacerse la prueba del VIH a las personas con las que has mantenido relaciones sexuales no protegidas o bien con las que has compartido utensilios para el consumo de drogas.

## 1.5. Otras infecciones de transmisión sexual

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son un grupo de infecciones que tienen en común el hecho de que se transmiten de persona a persona durante las relaciones sexuales.

Además del VIH, algunas de las más graves son la hepatitis B, la sífilis, la gonorrea y la infección genital por clamidias.

**El diagnóstico de alguna de estas infecciones es indicador de prácticas de riesgo y, por lo tanto, de riesgo de contraer también el VIH.** Por este motivo merecen una atención especial en esta publicación.



### 1.5.1. ¿Cómo se transmiten?

Como en el caso del VIH, se transmiten principalmente en las relaciones sexuales con penetraciones (vaginales, anales u orogenitales/anales); pero en el caso del resto de ITS también, en ocasiones, por contactos sexuales sin penetración.

Se puede hablar de las formas de transmisión siguientes:

- En las prácticas sexuales, la transmisión puede producirse mediante el intercambio de fluidos corporales como el semen, las secreciones vaginales y uretrales o sangre de la persona infectada. Es el caso de la infección por VIH, la hepatitis B, la gonorrea y la infección genital por clamidias.

En el caso de otras ITS, el herpes genital, las verrugas genitales y la sífilis, la transmisión se produce por contacto directo con las áreas de

la piel o las mucosas afectadas por la infección (en determinados casos hay lesiones visibles).

- En el caso de algunas ITS, la hepatitis B y C, también hay transmisión por inoculación de la sangre, como para el VIH.
- Durante la gestación, en el momento del parto y durante la lactancia pueden transmitirse algunas infecciones al bebé, como por ejemplo la infección por VIH y la sífilis.

Hay que saber que:

- La mayoría de ITS pueden contraerse más de una vez.
- Las ITS se transmiten en cadena, es decir, la persona afectada las puede contagiar a muchas otras personas y cada una originar, a la vez, nuevas infecciones.

### ***1.5.2. ¿Cómo interacciona la infección por VIH con otras ITS?***

En personas VIH negativas, sufrir una ITS:

- Aumenta el riesgo de infectarse por VIH, puesto que pueden inflamarse y erosionarse las mucosas y facilitar muchísimo la penetración del virus.
- Habitualmente es un indicador de prácticas sin medidas de protección.

En personas VIH positivas:

- Aumenta el riesgo de infectarse por una ITS.
- Sufrir una ITS incrementa el riesgo de reinfectarse por VIH. Además, existe el riesgo añadido de que se trate de una cepa nueva del VIH más resistente al tratamiento o más virulenta, lo que complicaría el control de la infección por VIH y aceleraría su progresión.
- Si sufres una ITS, favoreces la transmisión del VIH a la pareja sexual.
- La manifestación clínica de una ITS puede ser más aguda y prolongada.

### ***1.5.3. Prevención de las ITS***

La prevención es la mejor forma de evitar las ITS. Hay que saber que:

Las medidas de prevención coinciden con las del VIH. El uso del preservativo es muy eficaz para la mayoría de las ITS.

En el caso de algunas ITS, actualmente disponemos de vacunas de eficacia demostrada: la de la hepatitis A, la hepatitis B y la del papilomavirus humano.

Como algunas ITS pueden pasar desapercibidas, es decir, sin síntomas ni signos, la única forma de detectarlas es a través de pruebas de laboratorio específicas. Por este motivo, si tienes muchas parejas ocasionales y/o has mantenido relaciones no protegidas, es importante que lo comuniques a los profesionales sanitarios que te atienden, que valorarán si hay que hacer las pruebas.

Cuando se presentan signos y síntomas como lesiones en zonas genitales, secreciones vaginales anormales, ardor al orinar, dolor en el bajo vientre, dolor durante o después del coito... es muy importante consultar al profesional sanitario.

La persona infectada debe recibir tratamiento cuanto antes mejor y debe informar a sus parejas sexuales para que sean diagnosticadas y, si es necesario, también reciban tratamiento. Solo así se evitarán o reducirán los problemas de salud a largo plazo y se romperá la cadena de infecciones nuevas.

Durante el primer trimestre del embarazo, a las mujeres embarazadas se les ofrece sistemáticamente la prueba de detección de la sífilis y del VIH, entre otras.



## 2

## Mujeres, sexualidad y VIH/sida

### 2.1. Sexualidades y placer

Durante un tiempo, la sexualidad de las mujeres estaba reducida a la dimensión reproductiva, y ello se reflejaba en el momento en el que querían decidir el número de hijos o utilizar métodos contraceptivos y prevenir las infecciones de transmisión sexual. En los últimos años, la mayor accesibilidad a los métodos anticonceptivos modernos nos ha permitido, a las mujeres, vivir más libremente nuestra sexualidad y afectividad; además, se ha normalizado el concepto del derecho al placer.

Hoy en día, las mujeres sabemos que gozar de una sexualidad sana tiene una doble dimensión: la del placer y la reproductiva. Ahora es cuestión de poder conjugarlas ambas para gozar de una sexualidad de forma libre y responsable y, al mismo tiempo, reivindicar el derecho al placer.

En la sexualidad y su expresión personal influyen factores múltiples como el deseo, los mensajes recibidos, la educación y las experiencias personales, entre otros. Las mujeres podemos expresar la sexualidad y experimentar el placer de formas distintas, por lo que no podemos hablar de una sexualidad única, sino de varias sexualidades en función de cada mujer, a pesar de que existe un modelo heterosexual que se ha convertido en el predominante. Igualmente, vivir la sexualidad puede implicar tanto una relación estable como relaciones ocasionales.

En cuanto a la vida sexual de las mujeres, recordemos que:

- Debe responder a una decisión personal libre.
- Una comunicación clara favorece el respeto y la confianza en la otra persona.

- Los estereotipos sociales no deben determinar cómo debemos disfrutar y hacer disfrutar.
- Debemos respetar lo que sentimos y lo que queremos expresar.
- Debemos poder negociar unas relaciones más seguras desde el punto de vista físico y emocional.
- La sexualidad puede ser una forma enriquecedora de crecer.

El miedo de adquirir el VIH no debe reprimir la sexualidad, y menos aún anularla. Las mujeres debemos compaginar el hecho de **gozar del placer con la prevención de prácticas de riesgo**. De este modo, la sexualidad de las mujeres se volverá más enriquecedora como fruto de su libertad y responsabilidad.

Las mujeres debemos ser conscientes de los posibles riesgos de nuestras prácticas sexuales, teniendo en cuenta lo que queremos y lo que no queremos. Si frecuentemente tenemos relaciones de riesgo, debemos reflexionar sobre por qué lo hacemos. En este caso, podemos pedir ayuda para cuidarnos más.





## 2.2. Vulnerabilidades

La propagación y el impacto de la infección por el VIH y otras ITS en las mujeres no son fenómenos aleatorios, sino que tienen que ver con la situación de vulnerabilidad biológica, social, cultural y económica en la que nos encontramos.

### La vulnerabilidad biológica

El riesgo de contraer la infección por VIH en relaciones heterosexuales no protegidas es de dos a cuatro veces superior en las mujeres en comparación con los hombres. Esto se debe a las características de sus genitales internos (tejido más sensible a las heridas, cambios frecuentes en el flujo vaginal y el hecho de ser receptoras del semen). Las mujeres también somos más vulnerables a las demás infecciones de transmisión sexual, que favorecen la transmisión del VIH.

En las chicas adolescentes, el riesgo se incrementa a causa de la inmadurez de su mucosa cervical y la falta de inmunidad ante ciertas infecciones, lo que las deja más desprotegidas. Esto también sucede durante la menopausia, ya que en esta etapa de la vida la mujer presenta una mucosa vaginal más frágil.

### La vulnerabilidad social, económica y cultural

Los patrones culturales, familiares y sociales determinan los comportamientos sexuales de las mujeres y los hombres a lo largo de la vida.

Las desigualdades entre mujeres y hombres en general favorecen que las mujeres podamos tener una percepción de la sexualidad ligada a estereotipos de la feminidad, como el hecho de sentirnos deseadas, que debemos comportarnos de forma sumisa y cuidadora de los demás, etc. Y, por lo tanto, pensar más en la protección y la prevención de los demás que en la nuestra propia.

Las **creencias sobre el amor romántico se mantienen**, promueven las desigualdades de género y ponen a las mujeres en una situación de vulnerabilidad frente al VIH y otras ITS.

Además, en muchos casos, el poder económico de la mujer suele ser nulo o muy inferior al del hombre, lo que causa que aparezca un sentimiento de sumisión e incluso de pérdida de libertad.

Debemos ser conscientes de estas vulnerabilidades, ya que pueden dificultar la prevención del VIH y otras ITS, así como del ejercicio de nuestro derecho a decidir sobre cómo protegernos de estas infecciones de la mejor forma.

Existen servicios de atención específica a las mujeres que pueden ayudarnos a minimizar los efectos de estas vulnerabilidades, a superarlas y a acompañarnos en este proceso. Véanse los teléfonos de interés y de información específica al final de esta publicación.



## 2.3. Cuestiones sobre la prevención

### 2.3.1. Información, actitudes y habilidades

Toda mujer sexualmente activa está potencialmente expuesta a infectarse o a transmitir el VIH u otras ITS si no toma las medidas preventivas adecuadas.

Para llevarlas a cabo hay que disponer de una buena información y ciertas actitudes y habilidades. Hay que saber que:

- Es necesario disponer de una buena información sobre las vías de transmisión del VIH y otras ITS.
- Es imprescindible la información sobre las prácticas sexuales saludables para conseguir autonomía y seguridad en nosotros mismos cuando decidimos disfrutar de estas prácticas. A veces podemos encontrarlos en situaciones imprevistas.
- Si tenemos una información correcta y clara, sabremos diferenciar entre lo que es una práctica de riesgo real y otras situaciones en las que no hay riesgo.
- Las prácticas sexuales se producen en situaciones diversas, algunas de forma planificada y otras de imprevisto. En unas y otras situaciones puede ser difícil el diálogo con la pareja, y aún más hablar sobre las medidas preventivas que se pueden adoptar.
- Hay factores emocionales como el miedo, las inseguridades, las creencias propias y la falta de confianza en una misma, entre otros, que pueden dificultar la toma de decisiones respecto a las medidas preventivas.
- El consumo de alcohol y/u otras drogas producen una disminución de la conciencia y de la percepción de riesgo, dificultando la toma de decisiones sobre las prácticas sexuales más seguras.

Si has estado expuesta al VIH y otras ITS, es importante que solicites asesoramiento profesional. Al final de esta guía, encontrarás una lista de las entidades y los organismos que te pueden informar y asesorar al respecto.

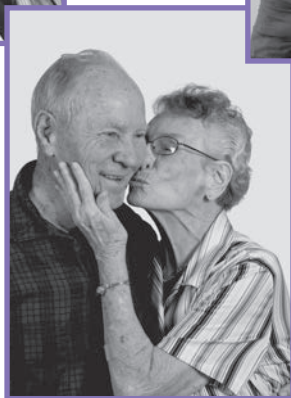
**Recuerda que la prevención puede potenciar las prácticas sexuales de placer, al generar tranquilidad en relación con la ausencia de riesgo de infección por VIH y otras ITS.**

### 2.3.2. *Mujeres de más de 40 años*

Algunas mujeres en el período de la perimenopausa o la menopausia, cuando el riesgo de embarazo disminuye o desaparece, dejan de protegerse. Se despreocupan y no tienen presente el riesgo de contraer una ITS, entre otras, el VIH.

También en este período las mujeres pueden tener algunas creencias erróneas que obstaculizan la adopción de medidas de protección como "A mi edad, como ya no me puedo quedar embarazada..."; "Hace mucho tiempo que lo conozco y no puede contagiarme nada, ¿no?"; "Hacía tanto tiempo que no estaba con alguien..."; "Es un hombre guapo, con un buen trabajo...".

**Recuerda que la edad de las mujeres o el hecho de hacerse mayores no disminuye el riesgo de infectarse por VIH y otras ITS.**



## 3

## Vivir con la infección

Actualmente, y aunque se considera una enfermedad grave, los avances científicos en cuanto al tratamiento han aumentado la calidad de vida de las personas infectadas y han retrasado el avance de la enfermedad.

Al conjunto de tratamientos se les denomina *terapia antirretroviral*.

El hecho de saber que te has infectado por el VIH es una situación muy difícil de aceptar al principio y posiblemente será necesario que te dejes aconsejar por expertos, que te harán ver que **tu salud, a partir de este momento, depende sobre todo de cómo te cuides.**

Aspectos que hay que tener en cuenta:

- La evolución de la infección no es la misma para cada persona. Hay que consultar al médico para saber si necesitamos algún tratamiento.
- Periódicamente, hay que hacer revisiones médicas para conocer tu estado de salud y prevenir la aparición de otras enfermedades y, asimismo, para recibir tratamientos preventivos o terapéuticos.
- Es necesario que evites reinfectarte por VIH y otras ITS, ya que ello agravaría la evolución de la enfermedad.
- En tus relaciones sexuales, utiliza siempre el preservativo. Debes protegerte tú y proteger a los demás.
- Es importante averiguar cómo te has infectado e informar a las personas con las que has mantenido relaciones sexuales no protegidas de que deben someterse a la prueba del VIH.
- Cuida tu alimentación e higiene personal. Evita el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas. Respeta las horas de sueño y no hagas excesos físicos.
- No te automediques.

- En cuanto a la mujer embarazada seropositiva:
  - Las mujeres embarazadas que están infectadas por VIH y no reciben ningún tratamiento tienen una probabilidad alta (15-30%) de transmitir la infección al bebé. Esta probabilidad disminuye (1-3%) si recibe un seguimiento y tratamiento durante el embarazo, el parto y el posparto.
  - Si estás embarazada y eres seropositiva, tienes la posibilidad de interrumpir el embarazo legalmente o continuar con él.
- El hecho de conocer a otras personas VIH positivas y compartir vuestras experiencias puede tener un efecto positivo. Poder hablar de ello te tranquilizará.

Además, una persona seropositiva tiene derecho a la atención médica, a la confidencialidad, a un trato adecuado y justo y a la no-discriminación. Por ello, hablar de la infección nos lleva también a hablar de discriminación y de actitudes estigmatizadoras. Muchas veces son poco perceptibles y atentan contra los derechos humanos y los de las mujeres en particular.

En caso de sufrir discriminación por el hecho de estar infectada por VIH, puedes denunciarlo o ponerte en contacto con las asociaciones que disponen de asistencia jurídica en materia de VIH/sida para casos de discriminación:

- Servicio de asesoría jurídica en VIH/sida. Observatorio de Derechos Humanos y VIH/Sida. RedVIH.
- Institut Català de les Dones.
- Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida. Departamento de Salud. Generalitat de Catalunya.
- Teléfono confidencial y gratuito del sida.
- Sanitat Respon.
- Síndic de Greuges.

Puedes consultar las direcciones y teléfonos de las diferentes entidades y asociaciones de lucha contra el VIH/sida al final de esta publicación.

Garantizar los derechos humanos y, en el caso que nos ocupa, los derechos de las mujeres, comporta la práctica diaria de actitudes no discriminatorias en todos los ámbitos (públicos y privados), tanto por parte de la ciudadanía como de las administraciones.

## 4

## Falsas creencias

(FC: falsa creencia / R: respuesta)

---

**FC1.** El tratamiento con antirretrovirales elimina el riesgo de infección por VIH y no hay que utilizar el preservativo con la pareja.

**R1.** *El tratamiento con antirretrovirales no excluye el riesgo de infección ya que, aunque disminuye la carga viral e incluso puede hacerla indetectable, puede que el virus no se haya eliminado del todo.*

---

**FC2.** Todos los lubricantes van bien.

**R2.** *Los lubricantes de base acuosa (gel soluble en agua, como la glicerina) son los que se deben utilizar, ya que los lubricantes grasos (manteca, aceite, cremas solares, vaselina) disminuyen la resistencia del látex y el preservativo se puede romper con más facilidad.*

---

**FC3.** Confío en mi pareja; por lo tanto, no hace falta que me proteja.

**R3.** *El amor y la confianza no protegen del VIH y otras ITS. Utilizar medidas de protección con la pareja "estable" no es un signo de desconfianza. La confianza se basa en poder hablarlo para tomar decisiones conjuntas.*

---

**FC4.** Cepillarse los dientes antes o después del sexo protege de la infección por VIH.

**R4.** *No, al contrario, ya que pueden erosionar o irritar la mucosa bucal y, por lo tanto, facilitar la entrada del virus en el organismo.*

---

**FC5.** El lavado vaginal interno (duchas e irrigaciones) me protege de la infección por VIH.

**R5.** *No, no evita la entrada del virus y, por lo tanto, tampoco la posibilidad de infección.*

---

---

**FC6.** Si beso o comparto platos y/o vasos puedo contraer el VIH.

**R6.** *No, a través de la saliva y del contacto físico no sexual es imposible contraer la infección.*

---

**FC7.** Una persona con un buen estatus social, con aspecto saludable, deportista... seguro que no tiene el VIH.

**R7.** *No. Por la apariencia externa de una persona no podemos saber nunca si está infectada por VIH. No hay ningún signo externo con el que podamos identificar a las personas seropositivas.*

---

**FC8.** El VIH solo afecta a homosexuales, personas que ejercen la prostitución, promiscuas, jóvenes y drogodependientes.

**R8.** *El VIH puede afectar a cualquier persona que no tome medidas de protección sin distinción de sexo, edad, etnia, orientación sexual o número de relaciones personales.*

---

**FC9.** Una mujer con el VIH no puede tener hijos sanos.

**R9.** *Se ha demostrado que una cesárea programada y el tratamiento antirretroviral de la madre son muy eficaces a la hora de reducir el riesgo de transmisión del bebé. Se llega, así, a un porcentaje de transmisión del VIH durante el embarazo inferior al 1%.*

---

**FC10.** Tengo sexo sin protección y estoy tranquila porque me hago la prueba muy a menudo.

**R10.** *Hacerse la prueba del VIH no es una forma de prevenir la infección por VIH. No evita que nos podamos infectar. La prueba solo detecta si estoy infectada o no.*

---

**FC11.** Para no infectarme, lo mejor es no hacer nada. El preservativo no es eficaz del todo.

**R11.** *Se puede disfrutar del sexo siempre que se tomen medidas preventivas. El preservativo es totalmente eficaz frente al VIH y algunas ITS si se utiliza adecuadamente.*

---

**FC12.** La marcha atrás o retirar el pene de la vagina antes de eyacular (coitus interruptus) es una manera muy eficaz de prevenir las infecciones y el embarazo.

**R12.** *No es una forma segura de prevenir la infección por VIH y otras ITS ni el embarazo. La medida más segura y eficaz es usar los preservativos femenino y masculino.*

---



---

**FC13.** Las prácticas sexuales con una pareja fija no entrañan riesgo de infección.

**R13.** *Eso es cierto excepto cuando la pareja fija se ha expuesto a situaciones de riesgo sin protección, y no se ha hecho las pruebas que indiquen que no se ha infectado.*

---

**FC14.** El riesgo de infectarse por VIH es el mismo para las mujeres que para los hombres.

**R14.** *Tanto hombres como mujeres pueden infectarse, pero las mujeres somos más vulnerables a infectarnos debido a factores biológicos, socioculturales y económicos.*

---

**FC15.** Actualmente, con las medicaciones, nadie se muere de sida.

**R15.** *Es cierto que los tratamientos actuales han aumentado la calidad de vida de los enfermos y han retrasado el paso a la fase del sida, pero eso no quiere decir que no pase nada. El VIH condiciona todos los aspectos de nuestra vida. Aún no ha dejado de ser una infección grave e incurable.*

---



## 5

## Recordatorio

- La información es importante, pero para protegerte eficazmente de la infección por VIH y otras ITS **son necesarias actitudes y prácticas responsables.**
- **Las mujeres son más vulnerables** desde el punto de vista biológico que los hombres frente al riesgo de contraer la infección por VIH.
- Puede ser suficiente con **una única práctica sexual sin protección para infectarse** por VIH u otras ITS.
- Recuerda que solo tú decides cómo deben ser tus prácticas sexuales seguras y que **puedes decir “no”** si la otra persona se niega a utilizar las medidas de prevención.
- Las vías de transmisión del VIH son: a través de la sangre, el semen y las secreciones vaginales. Para que se transmita la infección, estos fluidos infectados deben pasar a la sangre de la otra persona a través de heridas abiertas o de las mucosas (en el interior del ano, la boca, la vagina y el glande).
- El VIH no se transmite en las relaciones sociales como las que se plantean en los puestos de trabajo, las escuelas y los lugares públicos.
- **Utiliza siempre los métodos de prevención** (preservativo masculino y femenino, cuadrado de látex) en las relaciones sexuales. Son las formas que tenemos de protegernos, que nos aportan tranquilidad y seguridad.
- Si consumes drogas, no compartas nunca los utensilios de consumo.
- Ante la sospecha de transmisión, **es importante que te sometas a la prueba de detección de anticuerpos del VIH.**
- Si quieres quedarte embarazada, es importante que te sometas a la prueba de detección del VIH y otras ITS.

## 6

## Teléfonos de interés e información específica

### ONG de lucha contra el sida de Barcelona

**Àmbit Dona.** Àrea de Treball Sexual i Salut. Àmbit Prevenció (●)  
Tel. 933 177 059  
[www.ambitprevencio.org](http://www.ambitprevencio.org)

**Associació Ciutadana Anti-sida de Catalunya (ACASC)** (●)  
Tel. 933170505/ 933171118  
[www.acasc.info](http://www.acasc.info)

**Associació de Planificació Familiar de Catalunya i Balears**  
Tel. 933 055 322  
[www.apfcib.org](http://www.apfcib.org)

**Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat** (●)  
*(Atención específica a mujeres jóvenes)*  
Tel. 934 151 000  
[www.centrejove.org](http://www.centrejove.org)

**Creació Positiva**  
Tel. 934 314 548  
[www.creacionpositiva.net](http://www.creacionpositiva.net)

**Genera**  
Tel. 933 296 043  
[www.genera.org.es](http://www.genera.org.es)

**Médicos del Mundo**  
Tel. 932 892 715  
[www.medicosdelmundo.org](http://www.medicosdelmundo.org)

**Stop Sida** (●)  
*(Atención específica a mujeres jóvenes)*  
Tel. 902 106 927  
[www.stopsida.org](http://www.stopsida.org)

### ONG de lucha contra el sida en las comarcas de fuera de Barcelona

**ACTUA Vallès** (●)  
Sedes en Sabadell y Terrassa  
Tel. 937 271 900  
[actua@actuavalles.org](mailto:actua@actuavalles.org)

**ASSEXORA'TGN** (●)  
Tel. 666 640 435

**Associació Anti-sida de Lleida** (●)  
Tel. 973 261 111  
[www.antisidalleida.org](http://www.antisidalleida.org)

**Associació Comunitària Antisida de Girona (ACAS)** (●)  
Tel. 972 219 282  
[www.acasgirona.org](http://www.acasgirona.org)  
*Esta asociación tiene otras sedes en el territorio:*  
**ACAS Alt Empordà. Figueres**  
Tel. 972 67 21 67  
**ACAS Baix Empordà. Sant Feliu de Guíxols**  
Tel. 972 32 40 05

**CAIS. Asamblea Provincial Cruz Roja de Tarragona** (●)  
Tel. 977 244 769  
[www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es)

**Fundació Dr. Ferran**  
Tel. 977 519 100, ext. 2277/2251  
[www.fundacioferran.org](http://www.fundacioferran.org)

## Información general para la mujer

**Oficinas de Información del Institut Català de les Dones (ICD)**  
**www.gencat.cat/icdona**

- Barcelona  
Tel. 934 951 600
- Tarragona  
Tel. 977 241 304
- Girona  
Tel. 872 975 000
- Lleida  
Tel. 973 703 600
- Terres de l'Ebre  
Tel. 977 441 234

**Servicio de asesoría jurídica en VIH/sida. Observatorio de derechos humanos y VIH/sida. RedVIH**  
 Tel. (+34) 934 584 960  
 contacta@redvih.org  
**www.redvih.org**



## Información específica y/o atención sobre el VIH y otras ITS

**Programa d'Assistència a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) de la Xarxa Pública Sanitària.**  
**www10.gencat.cat/catsalut/cat/servcat\_primaria\_assir.htm**

*Para más información sobre estos recursos, diríjase a vuestro centro de atención primaria (CAP).*

**Centro de Prevención y Control de Infecciones de Transmisión Sexual CAP Drassanes. (●)**  
 Tel. 934 412 997

**Teléfonos de información confidencial y gratuita de la Generalitat de Catalunya:**

- Programa para la Prevención y la Asistencia del Sida del Departamento.  
Tel. 900 212 222
- Sanitat Respon  
Tel. 902 111 444

**Jóvenes. Instituto Catalán de la Salud (ICS)**  
**www.sexejoves.gencat.cat/ics\_web/jove/centres\_PASSIR.html**

## Dónde hacerse la prueba o el test del VIH/sida

(●) Asociaciones y centros que ofrecen la prueba rápida de detección del VIH. Consultar este servicio en:  
**http://canalsalut.gencat.cat**

También en oficinas de farmacia autorizadas  
**www.farmacauticonline.com/es/farmacias/servicios-adicionales/661**

**SIDA**  
**900 212222**  
Informació confidencial i gratuïta



<http://canalsalut.gencat.cat>