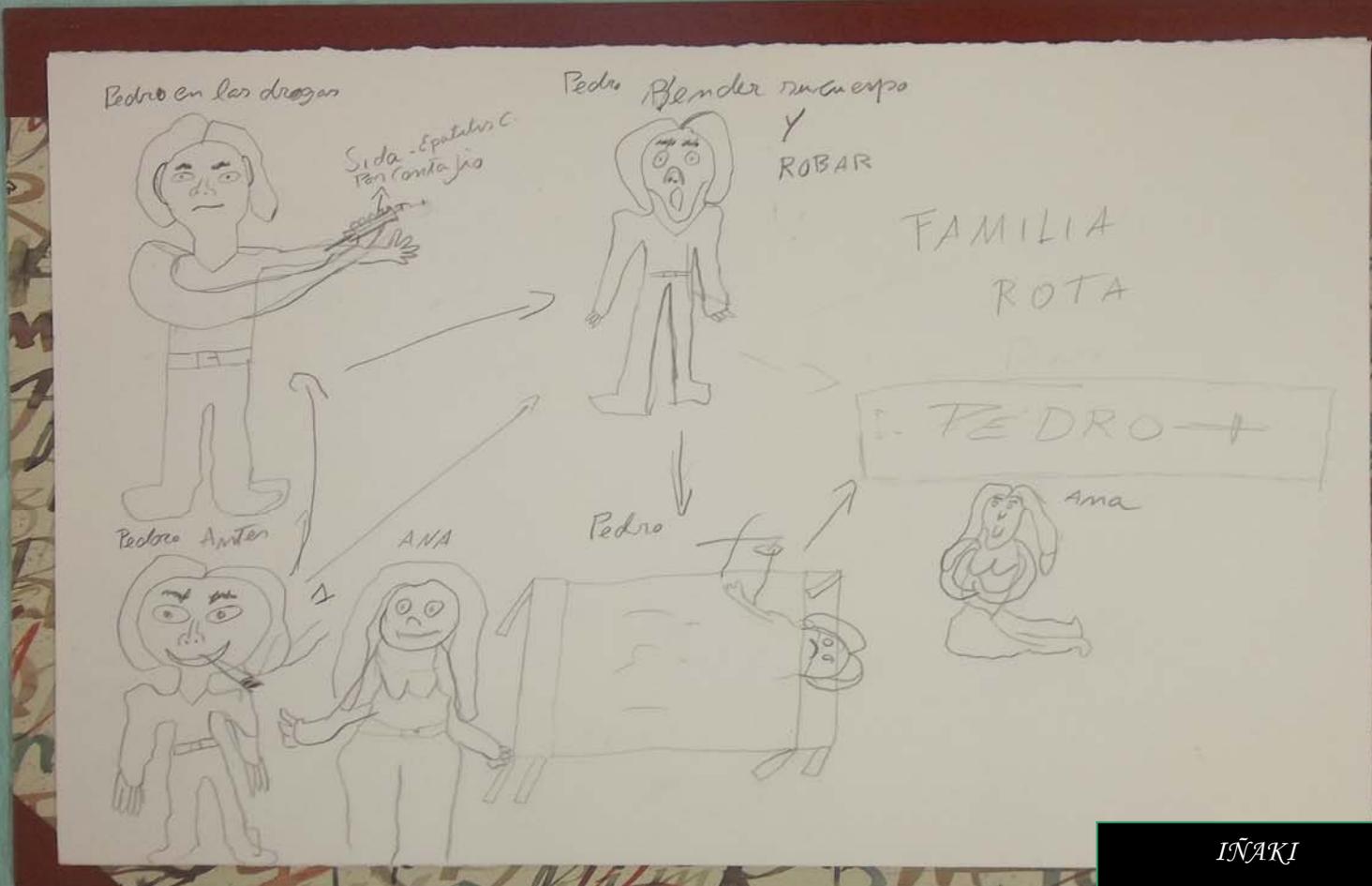




**GUIA PARA LA PREVENCIÓN
DEL VIH Y OTRAS ETS
AGENTES DE SALUD
ASOCIACIÓN ZUBIETXE**

ÍNDICE:

•	VIH e interculturalidad	2
•	VIH e interculturalidad	6
•	Hábitos saludables	10
•	Conductas de riesgo	16
•	Enfermedades de transmisión sexual	20
•	Salud: mitos y realidades	28
•	VIH y mujer	32



IÑAKI

Esta historia comienza en la juventud (abajo a la izquierda): son una pareja de novios casi adolescentes (13 a 15 años). Él con los amigos, empieza a probar las drogas: empieza fumando porros (ya cuando empezaron a salir). Después pasa, con los amigos, a probar otras drogas: heroína, cocaína pinchada ... Las consecuencias de esto son el delito, el tráfico y el robo. Entonces también cae enfermo de Sida (en el centro debajo) y también contrae otras enfermedades: hepatitis, alcoholismo. Ella le intenta ayudar. Ella ha pasado de la droga, quizá algunos porros, pero nada más; intenta ayudarlo pero él no se deja porque la heroína es más fuerte que su voluntad. Finalmente él murió y ella pudo por fin hacer algo por él; llorar en su funeral y descansar. La familia de él también descansó (Este relato está basado en hechos reales)

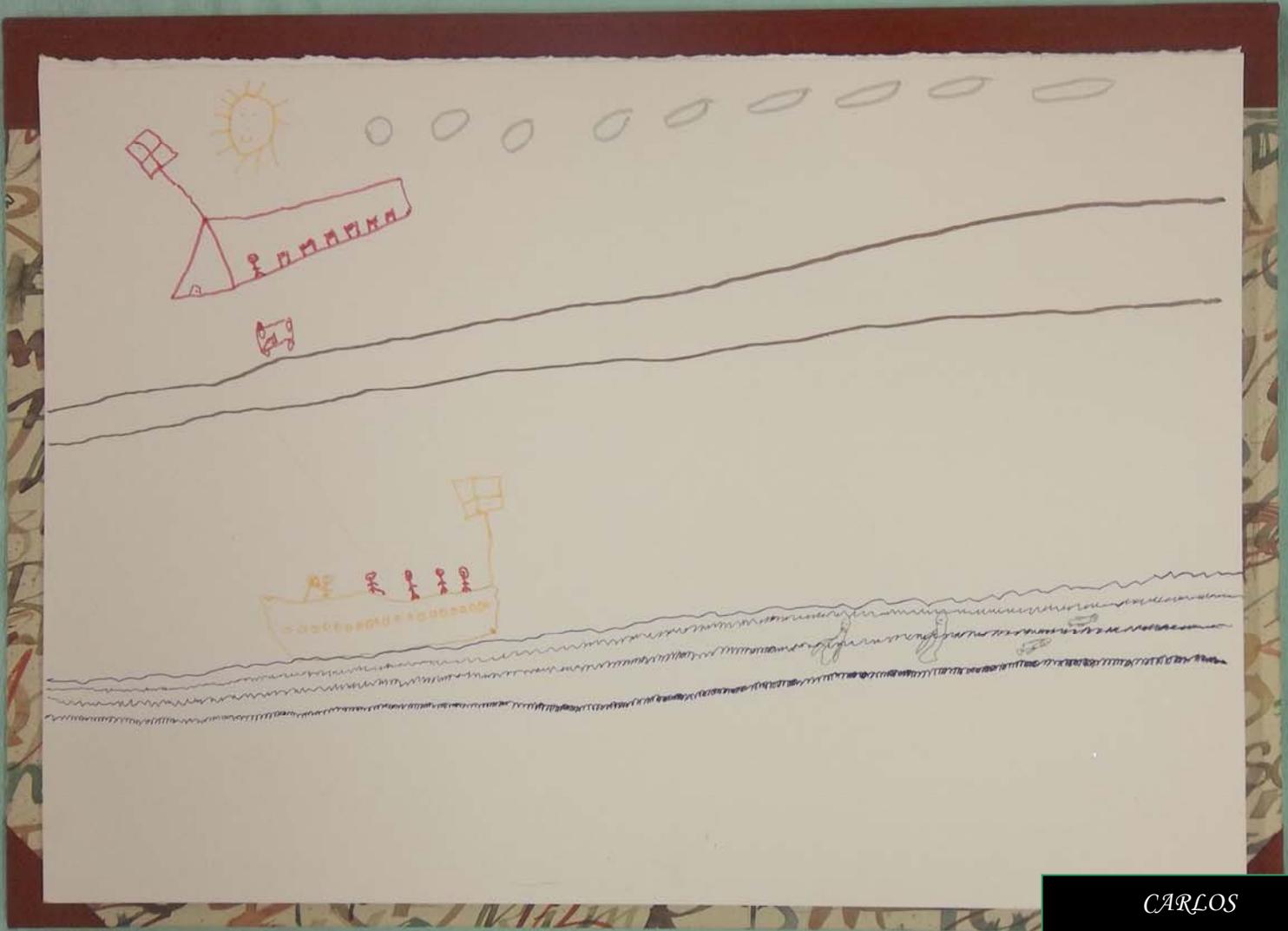
1. En relación al dibujo y a la historia de los jóvenes, ¿Cómo imaginas la historia de la pareja sin las drogas de por medio?

2. ¿Qué solución se te ocurre para que el dibujo pueda cambiar?

3. Vemos que el chico empieza en el mundo de las drogas a una edad muy temprana, entre 13 y 15 años, enumera formas de prevención para los adolescentes que se te ocurran.

4. Realiza un nuevo dibujo con los mismos personajes pero con otro final gracias a las soluciones y formas de prevención que se te han ocurrido anteriormente





CARLOS

Arriba a la izquierda hay una tienda de campaña de la cruz roja, con camas. Debajo una patrulla vigilante. En el mar unos naufragos que venían a España. Los describen. Les recogen y les llevan al puesto de la Cruz Roja.

Aboja a la izquierda dos delfines observan la escena junto a dos peces. Los naufragos han sido rescatados. El patrón de la patera les dejó tirados es lo que suelen hacer muchos cuando ven el peligro

1- ¿Qué representa para ti, el dibujo de la ilustración?

2- Las cuatro personas situadas en medio del cuadro, ¿te sugieren a personas inmigrantes recién llegadas al país?

3- ¿Consideras que las personas inmigrantes son las que más pueden transmitir el VIH?

4- Comenta las siguientes afirmaciones:

- *Las personas inmigrantes representan el mayor porcentaje de población enferma de VIH.*

- *Una persona procedente de África y enferma de VIH, nos podría contagiar si nos sentamos a comer con ella.*

5- ¿Crees que el VIH es una enfermedad sobre la cuál la población, tiene muchos conocimientos respecto a sus síntomas y formas de transmisión?

6- La frase del texto: “abajo a la izquierda dos delfines observan la escena junto a dos peces”. Podríamos interpretarla como que hoy en día parte de la población conoce las dificultades de las personas inmigrantes y no hace nada por ayudarles. ¿ crees que eso ocurre en nuestra sociedad?

7- Si mantenemos una conversación con una persona inmigrante enferma de VIH y le damos un abrazo; en ese instante podríamos sufrir riesgo de contagio.

8- Una persona procedente de otro país y portadora de VIH, tiene más probabilidades de contagiar a otra persona que una persona nacional enferma de VIH.

9- “El patrón de la patera les dejó tirados, es lo que suelen hacer muchos cuando ven el peligro”. En relación a esta frase, ¿piensas que personas enfermas de vih, han sido abandonadas por otras, cuando han dado a conocer su enfermedad?

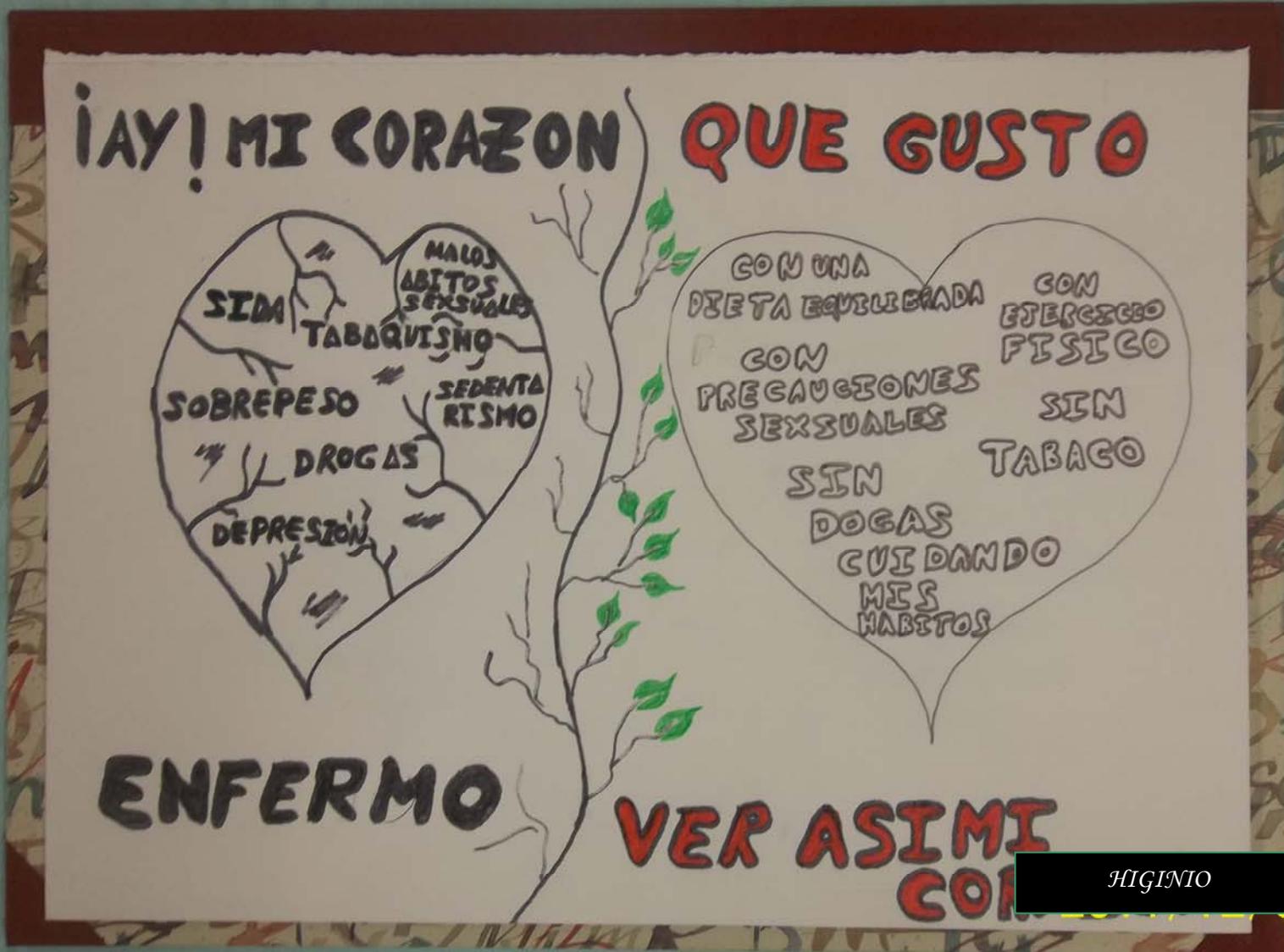
10- ¿Cómo crees que es la situación que tienen las personas inmigrantes nada más llegar al país?

11- Existe la posibilidad de que una persona inmigrante no haya desarrollado la enfermedad de VIH, pero sin embargo, sea portadora de ella. ¿es esto posible?

12- Comenta:

- *El VIH sólo lo pueden portar personas inmigrantes.*

- *La enfermedad más común entre los/las inmigrantes es el vih.*



HIGINIO

Higinio ha dibujado un corazón enfermo y otro sano, que representan lo bueno y lo malo de nuestros hábitos

Al lado del corazón sano florece la vida

1- ¿Qué quiere reflejar el dibujo? Fíjate en los detalles y comenta uno por uno.

2- El desarrollo y conductas saludables puede ser una de las claves para prevenir el SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual. Nombra una serie de hábitos saludables y otros no saludables que no aparezcan en el dibujo:

HÁBITOS SALUDABLES	HÁBITOS NO SALUDABLES

3- Comenta la siguiente frase:

Adquirir cuatro hábitos saludables sencillos puede significar 14 años más de vida

Un estudio realizado por la Universidad de Cambridge analiza el impacto que tiene el fumar, el beber alcohol, el sedentarismo y una dieta sin fruta y verdura sobre la mortalidad

4- Existen enfermedades asociadas a los hábitos de vida. Lee atentamente las situaciones personales y comenta los hábitos saludables:

- Pepa tiene 75 años, vive con su familia. Su actividad diaria consiste en ayudar en las labores domésticas, por la tarde se queda dormida viendo los telenovelas y por la noche no duerme bien, por lo que se toma una pastillas que le recomendó una vecina.

- Padece de frecuentes dolores de cabeza, por lo su cuñada le ha aconsejado unas protector gástrico sin pasar por la consulta médica. También sufre de artrosis y para aminorar sus efectos, ingiere unas pastillas amarillas recomendadas por una amiga que es auxiliar de clínica jubilada.

- Víctor tiene 45 años, trabaja en una oficina en jornada de mañana y tarde. Se levanta a las ocho y desayuna un café con leche. A media mañana, se toma en la cafetería una copa de coñac. Antes del almuerzo. Se prepara una copa de coñac. Antes del almuerzo, se prepara un aperitivo y lo acompaña con dos o tres cervezas. A las tres de la tarde, acompaña su comida con varias copas de vino y vuelve al trabajo. Al atardecer, sale de copitas con sus amigos y vuelve a casa a las 7 de la tarde. Se duerme un ratito antes de cenar y se despierta con mucha sed, por lo que antes de la cena se toma una latita de cerveza y un par de “vivitos”. Los fines de semana sale con su mujer y varios matrimonios por lo que suelen beber un poco más de lo normal. No fuma porque lo dejó hace 5 años y no ha vuelto a probarlo.

- Lourdes es una adolescente de 16 años. Está en el Instituto. No desayuna porque no tiene ganas. A media mañana toma un dulce. A mediodía almuerza poco porque las comidas de cuchara no le gustan. No merienda o toma un trozo de fruta. Por la noche se toma un bocadillo pequeño y un yogur desnatado. Está contenta porque mide 1,70 y pesa 53 kg. Los fines de semana aprovecha para hacer mucho deporte durante el día y va de botellón por la noche.

- Sergio es un niño de 14 años. Es un “manitas” con el ordenador. Cuando vuelve de clase, hace los deberes y se pasa el resto de la tarde con la videoconsola o chateando, hasta la hora de cenar. Le encantan los bollos y los productos lácteos. Pesa 80 kg y mide 1,72 m . Su madre dice que cuando “dé el estiron” se va a quedar esbelto.

5- Une cada enfermedad con su hábito no saludable (coloca el número correspondiente de la primera columna en la segunda):

- Enfermedad:

1. Enfermedades cardiovasculares (infartos, hipertensión, etc...)
2. Reumatismos, artritis y artrosis
3. Enfermedades del sistema endocrino y trastornos metabólicos
4. Trastornos del aparato respiratorio (tabaquismo, bronquitis, asma, etc...)
5. Enfermedades del aparato reproductos yurinario.
6. Enfermedades de la piel.
7. Trastornos mentales y del sistema nervioso (depresión, ansiedad, etc...)

- Hábitos:

1. Fumar _____
2. Comer demasiado _____
3. Ingerir demasiadas grasas animales _____
4. Llevar una vida sedentaria _____
5. Padecer estrés constantemente _____
6. Exposiciones prolongadas al sol sin protección _____
7. Mantener relaciones sexuales sin medidas preventivas _____

6- Indica si son verdaderas o falsas las siguientes afirmaciones. En las que consideres falsas indica por qué:

- Los malos hábitos no influyen en las enfermedades cardiovasculares.

- El sedentarismo ayuda a mantener nuestra salud, ya que previene de enfermedades

- El uso de medidas preventivas disminuye el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual.

- El consumo de tabaco perjudica el funcionamiento de diversos órganos



BELHAOUA

BELHAOUA

En este dibujo podemos ver los diferentes caracteres de las personas. Las hojas centrales son los símbolos de la salud y de la naturaleza.

Los colores de las espirales simbolizan el lenguaje. El lenguaje de las personas es el alma de sus almas, por eso es reflejo de su carácter.

La forma en la que las espirales se relacionan con las hojas son los códigos de la salud

1- ¿Qué te suscita el dibujo?

2- ¿Qué crees que reflejan las diferentes partes del dibujo?

• Las hojas centrales:

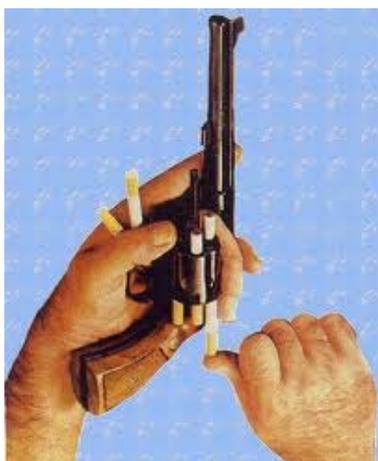
• La espiral azul:

• La espiral amarilla:

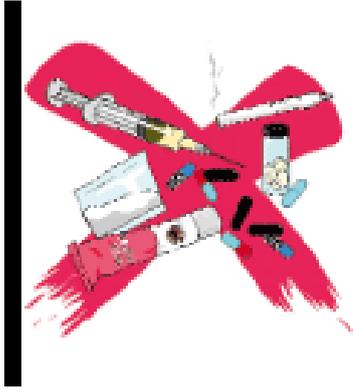
3- Comenta esta frase: “ La forma en la que las espirales se relacionan con las hojas son los códigos de la salud”

4- ¿Podrías nombrar cuatro conductas de riesgo?

5- Comenta las siguientes imágenes:









Hay que prevenir

para no coger la

Sífilis, gonorrea, VIH

y todas las enfermedades

para eso hay que

ir al colegio para que

te enseñen a todas esas

cosas que son necesarias en

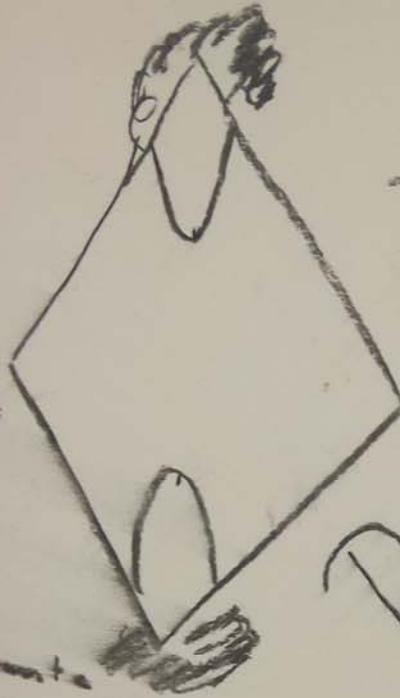
nuestra vida cotidiana.

es muy también

→

muy importante

no compartir jeringuillas y no cogerlas del suelo



sin
condón
produciríamos
una transmisión
sexual

Precaución

2011/12/05

RAMIRO

En el centro he representado una vagina. Es un trió: una mujer tiene sexo con dos hombres.

En la columna de la izquierda he escrito: "Hay que prevenir para no coger la sífilis, gonorrea y VIH y todas las enfermedades de transmisión sexual. Para eso hay que ir al colegio para que te enseñen todas esas cosas que son necesarias en nuestra vida cotidiana". Este mensaje es el más importante para mí.

Debajo de pequeño dibujo de la jeringuilla pone: "muy importante no compartir jeringuillas y no cogerlas del suelo". Esto debería se ir subrayado, porque hoy en día la gente hace cada barbaridad...

Lo que quiero transmitir es que la gente tenga sexo sano y con salud, para que tengan niños sanos y con salud, para que puedan hacer deporte, para que no estén tirados en la calle y drogándose

1- ¿Qué te ha suscitado el dibujo nada más verlo?

2- Una vez leído el relato que acompaña al dibujo, podrías decir que va en a línea de lo que te habías imaginado?

3- ¿Estas de acuerdo con las afirmaciones que se hacen en el relato?

- “ Hay que prevenir para no coger la sífilis, gonorrea, VIH y todas las demás enfermedades de transmisión sexual”

- “Para eso hay que ir al colegio para que te enseñen todas esas cosas que son necesarias en nuestra vida cotidiana”

- “ Muy importante no compartir jeringuillas y no cogerlas del suelo”

- Es importante que la gente tenga sexo sano: PRECAUCIÓN

4- En el relato se habla de tres enfermedades de transmisión sexual. ¿Podrías nombrar y definir alguna más e indicar un síntoma de cada una de ellas?

ETS	DEFINICIÓN	SINTOMA

5- Escribe verdadero y falso:

- Si sufro de una ETS y tomo el medicamento recetado, puedo tener relaciones sexuales sin protección con mi pareja. _____
- La píldora anticonceptiva también protege a la mujer de cualquier infección de una ETS _____
- Se puede haber contraído una ETS y no saberlo _____
- Si se tiene una estricta higiene personal no se pueden contraer ETS _____
- El preservativo protege contra la infección de ETS _____
- El virus del SIDA ataca al sistema inmunológico del cuerpo por lo que la persona es vulnerable a otras infecciones _____
- Se puede contraer el SIDA en un retrete, usando el baño _____
- Si se mantiene una sola relación sexual no protegida con una persona seropositiva, no se corre el riesgo de contraer el VIH _____

6- Coloque cada afirmación en el lugar que corresponda:

NIVEL DE RIESGO	AFIRMACIONES
ALTO RIESGO	
BAJO RIESGO	
NINGÚN RIESGO	

- Besarse en las mejillas.
- Ponerse una inyección en una farmacia o clínica local.
- Sexo oral.
- Relaciones sexuales entre cónyuges.
- Recibir una transfusión sanguínea.
- Usar un cepillo de dientes ajeno.
- Nadar en una piscina.
- Atender a personas que viven con el SIDA.
- Picadura de mosquito.
- Tener muchas parejas sexuales.
- Perforarse las orejas.
- Compartir una habitación con alguien que vive con el SIDA.
- Tatuarse.
- Coito anal.
- Abrazar a alguien infectado por el VIH.
- Picadura de chinche o mosquitos
- Utilizar un baño público.
- Tener relaciones con un drogadicto.
- Brujerías.
- Circuncisión en grupo.
- Besos con lengua.

7- “SIN CONDÓN PROUCIREMOS UNA TRANSMISIÓN SEXUAL”

<p>PRESERVATIVO MASCULINO</p>  <p>Three male condoms are shown against a white background. One is green, one is light blue, and one is pink. They are arranged in a triangular pattern with the green one at the top left, the blue one at the top right, and the pink one at the bottom center.</p>	<p>VENTAJAS</p> <p>DESVENTAJAS</p>
<p>PRESERVATIVO FEMENINO</p>  <p>A female condom is shown against a white background. It is a clear, flexible, sheath-like device with a ring at one end and a soft, textured insert at the other. It is laid out horizontally.</p>	<p>VENTAJAS</p> <p>DESVENTAJAS</p>

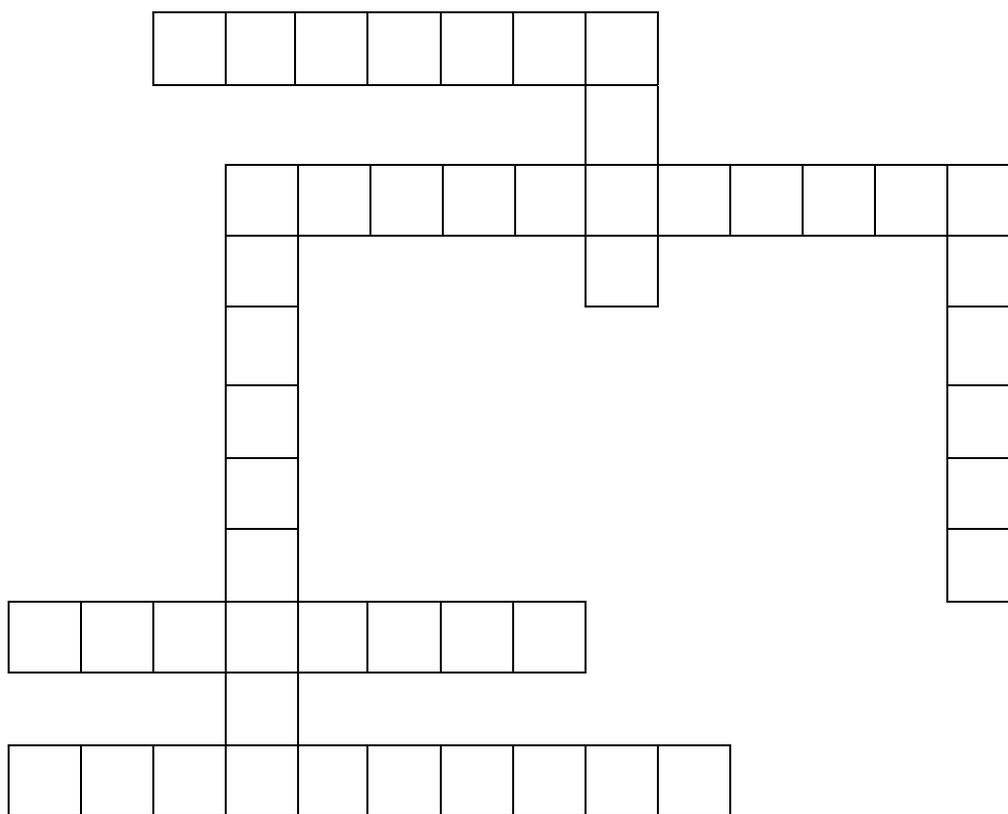
- ¿Cuántas marcas de preservativos conoces?

- ¿Qué datos importantes vienen impresos en la caja o en el embalaje de los preservativos?

- ¿Cuando se usa el preservativo, las sensaciones disminuyen?

- ¿Puede utilizarse dos veces el mismo preservativo?

8- Completa:



- Clamidiasis
- Gonorrea
- Herpes
- Hepatitis B
- Condiloma
- Sífilis
- Sida

SALUD: MITOS Y REALIDADES



EDORTA

Aquí vemos la naturaleza, un árbol multicolor, las drogas.

En la sección de abajo a la izquierda quería representar las enfermedades más simbólicas de este siglo.

Abajo a la derecha lo que conlleva la vida sana.

El círculo se divide en cinco porciones como los dedos de una mano. Representan los distintos estados de salud de una persona en distintas fases y en momentos determinados

1- ¿Qué drogas son las que se han representado en el triángulo de arriba a la izquierda? ¿Se percibe algún orden de importancia?

2- Se describen tres efectos negativos de las drogas; ¿echas de menos alguno importante?

3- Lo mismo con la descripción de la vida positiva, ¿qué criterio ha utilizado el autor para escoger unos u otros? ¿Qué crees que echa de menos especialmente?

4- Hay unos dibujos de unas montañas, de un árbol, ¿qué inspiran estos dibujos? ¿qué tonalidades se han escogido? ¿qué sobra o qué falta en esos dibujos?

5- ¿Qué impresión te da el dibujo en general?ç

6- Comenta si son mitos y realidades estas afirmaciones:

1. Todo paciente con VIH desarrollará el sida.

2. Los síntomas de una persona con VIH se presentarán hasta que ésta se encuentra en etapa sida.

3. Una madre seropositiva puede tener hijos completamente sanos.

4. Puedo adquirir el VIH por medio de besos, caricias, por el contacto con la saliva o el sudor del infectado.

5. Las secreciones masculinas previas a la eyaculación en el hombre mantienen una fuerte carga viral.

6. Si mi pareja es seropositiva al igual que yo es necesario que nos sigamos protegiendo al momento del contacto sexual.

7. Las toallas sanitarias mantienen activo el virus.

8. Es efectivo el uso de preservativo como medio de prevención.

9. Los pinchones de agujas, hacerse perforaciones o tatuajes constituyen un riesgo alto de contagio.

10. Adquiriré el virus por usar baños públicos, por una picada de zancudo o por utilizar ropa, accesorios o utensilios de comida del infectado.



MICHELINE

A la derecha es el dibujo de una mujer en África. Está enferma, está en la cama. Una lámpara la ilumina. Está llorando porque siente que su enfermedad es algo muy fuerte, siente que va a morir, está muy grave y se pregunta qué será de sus cinco hijos. No tiene marido. Cada hijo tiene su padre, pero ella no se ha casado y por eso está sola. Además de estar muy enferma, está muy preocupada. Al final murió, se llamaba Jene.

A la izquierda está su amiga en España. Su amiga tiene la misma enfermedad que Jene, pero está bien: siempre tiene pastillas en su bolso, para tomarlas cuando las necesita. También tiene un médico para ir cuando lo necesita

El dibujo de Micheline, representa una realidad lejana y una diferencia abismal de la forma en que se vive la misma enfermedad en un país y otro.

En concreto, la chica del dibujo es de un país de África llamado Camerún, esta es una de las noticias relacionadas con ese país y la enfermedad del SIDA.

Camerún anuncia 33.000 nuevas infecciones de VIH en mujeres jóvenes en un año

El 30% de las mujeres que quedan embarazadas son contaminadas del virus del sida, lo que supone que 7.300 niños nacen con la enfermedad, según un informe publicado por el
Ministerio de Sanidad

El Ministerio de Sanidad de Camerún publicó, con motivo de la celebración del Día Mundial de Lucha Contra el Sida, un informe que revela que unas **33.000 mujeres jóvenes han sido infectadas con el VIH en un año en el país.**

El anuncio se produce en la recta final de una semana de eventos organizados por el Gobierno de Camerún para tratar de concienciar a sus ciudadanos del gran impacto que tiene el sida sobre la nación.

"El Gobierno camerunés ha luchado insistentemente contra el Sida y seguirá luchando para controlar esta pandemia", señaló a la agencia de noticias Efe el ministro camerunés de Sanidad, André Mama Fouda.

El año pasado, el Gobierno camerunés anunció que la tasa de prevalencia del sida era de un 5,5% entre jóvenes y adultos, pero este nuevo informe indicó un **aumento significativo de infecciones.**

La ministra de la Promoción de la mujer y de la Familia, María Teresa Obama, instó a las mujeres cameruneses la semana pasada a través de un mensaje en la televisión estatal, CTRV, a que "se protejan con el preservativo femenino.

Es grande pero es necesario para asegurarnos una buena protección." Es precisamente la falta de recursos económicos, de educación y de concienciación lo que perpetúa la presencia del sida en el África subsahariana, hogar de **22,5 millones de los 33,3 millones de infectados por el VIH en el mundo**, según cifras del programa de las Naciones Unidas para el sida (ONUSIDA).

"En los últimos 30 años, África ha luchado contra la carga del VIH. Con sólo el 11% de la población mundial, África sigue siendo el hogar de **67% de las personas infectadas** por el VIH, que es de 22,5 millones en total", destacó en un comunicado el presidente de la Comisión de la Unión Africana (UA), Jean Ping.

"África sigue siendo el hogar de casi el **90% de las mujeres embarazadas que viven con VIH que necesitan de los servicios**", agregó.

Ping recordó que en junio de 2006, en Abuja, Nigeria, los líderes africanos declararon 2010 como el año del acceso universal a la prevención, tratamiento, atención y servicios de apoyo para el continente.

Sin embargo, un informe presentado en septiembre de 2010 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), UNICEF y ONUSIDA revela que el acceso a los tratamientos antiretrovirales oscila entre el 50% y el 80% de los infectados en países como Etiopía, Zambia, Namibia y Suazilandia.

Por ello, Ping instó a las naciones africanas a advertir "permanecer alerta puesto que aún se debe hacer más para reducir el estigma, el número de nuevas infecciones y permitir que las personas que viven con VIH llevar una plena vida productiva y feliz".

A pesar de **no haber conseguido el objetivo que se marcaron las naciones africanas en 2006**, Ping señaló que "la UA, en colaboración con sus socios, en los últimos años ha logrado un progreso considerable en la creación de conciencia y para efectuar la mitigación de la pandemia entre la población".

"Juntos y en la solidaridad, los líderes del continente, los profesionales, el sector privado, la sociedad civil y las personas que viven con VIH, jóvenes y viejos, todos debemos **trabajar para detener las nuevas infecciones**, que siguen siendo superior al número de personas que inician tratamiento", sentenció.

Treinta años después de detectarse por primera vez la enfermedad, África sigue siendo la región más afectada por un mal cuyo origen es aún incierto, pero que los estudiosos de la materia suelen situar en el centro y oeste del continente a finales del siglo XIX o principios del XX.

1- Después de leer la noticia, responde a estas preguntas:

- ¿Cuántos niños nacen con la enfermedad en Camerún?

- ¿Qué cantidad de mujeres han sido infectadas con el VIH en un año en el país?

- ¿Cuál es el porcentaje de mujeres embarazadas que residen en África y necesitan de los servicios?
