

## Què és la sida?

Sida vol dir síndrome d'immunodeficiència adquirida i és una malaltia deguda a la destrucció del sistema immunitari —les defenses del cos— produïda per un virus anomenat VIH (virus de la immunodeficiència humana).

Estar infectat pel VIH no és el mateix que tenir la sida. Hi ha persones que poden estar molts anys sense tenir-ne símptomes, trobar-se bé i tenir bon aspecte. A aquestes persones habitualment se les anomena seropositives, no tenen la sida, però poden contagiar el virus a d'altres persones.



## Com es contagia el VIH?

El contagi només es pot produir quan una quantitat suficient de virus, que es troba principalment a la sang, al semen, a les secrecions vaginals i a la llet materna de les persones infectades, penetra a la sang d'una altra persona a través de ferides, punxades, lesions a la pell, mucosa vaginal o mucosa anal.

- Les relacions sexuals amb penetració sense preservatiu amb persones infectades, tant del mateix com de diferent sexe, comporten un risc de contagi.

No totes les formes de relació sexual tenen el mateix risc: les de penetració anal o vaginal sense preservatiu comporten un risc elevat, mentre que en les relacions que comporten contacte oral amb els òrgans genitals

el contagi és difícil i en les relacions sense penetració no hi ha risc de contagi.

L'existència d'altres infeccions de transmissió sexual facilita el contagi pel VIH.

- El fet de compartir xeringues, agulles i altres estris en l'ús de drogues injectades comporta un risc elevat de contagi. A Catalunya, la majoria de les persones amb sida s'ha infectat d'aquesta manera.
- Aproximadament, un de cada tres o quatre fills d'una dona embarassada infectada pot néixer amb el VIH, ja que la mare el pot transmetre al seu fill durant l'embaràs, el part o l'alletament.



“ Les possibilitats d'expressió de la sexualitat són molt àmplies.

Per tant, cada persona i cada parella haurà de tenir en compte les seves pràctiques per tal de protegir-se adequadament. ”

## Com es pot prevenir la infecció?

- Mantenint-se fidel a la parella, entre dues persones no infectades.
- Tenint relacions sexuals sense penetració, com fer-se carícies, petons, abraçades, etc.
- Utilitzant sempre i adequadament el preservatiu, en el cas de mantenir relacions sexuals de penetració amb una persona infectada, o amb comportaments de risc, o amb persones que desconeixem si es troben en aquestes situacions.

La utilització del preservatiu protegeix de la sida, de l'hepatitis B i d'altres malalties de transmissió sexual.

- Evitant el consum de drogues injectades. Mentre aquestes no es deixin, substituint la via injectada per una via fumada, inhalada, esnifada o bé per metadona oral. Si no es deixa la via injectada, utilitzant sempre una xeringa nova, millor si és d'un sol ús i no compartint mai els estris d'injecció.
- Demanant consell al metge sobre l'anàlisi per saber si s'està infectada, en cas que s'hagin tingut comportaments de risc i si es vol tenir un fill o ja s'està embarassada.

La dona embarassada infectada té la possibilitat de continuar l'embaràs o interrompre'l legalment. Si decideix continuar l'embaràs, el tractament amb un medicament (zidovudina) pot disminuir el risc de contagi al fill.

*surt de dubtes*

*sida*

Sanitat



## *Com saber si s'està infectat pel VIH?*

Davant la sospita de contagi convé consultar el metge per valorar confidencialment i amb el consentiment de la persona si és oportú practicar una anàlisi per comprovar la presència a la sang d'anticossos contra el VIH. Aquesta anàlisi s'ha de fer als tres mesos del possible contagi i sempre cal confirmar el resultat abans d'interpretar-lo.

Si aquest resultat és negatiu vol dir que la persona no està infectada.

Si és positiu no vol dir que la persona estigui malalta de sida, però indica que és seropositiva, que està infectada pel VIH i que el pot transmetre.

## *Com no es contagia el VIH?*

La donació de sang, plasma o òrgans per als trasplantaments es controla sanitàriament, de manera que el risc de contagi és nul.

Les relacions socials habituals amb persones infectades, com ara als llocs de treball, a l'escola, als llocs públics (restaurants, lavabos, piscines, transports, etc.), no comporten cap risc de contagi.

La convivència amb una persona infectada tampoc no comporta cap risc de contagi, llevat que s'hi mantinguin relacions sexuals amb penetració sense protecció o que es comparteixin instruments contaminats amb sang.

“ La tolerància per diferents estils de vida i la confiança, el respecte i la solidaritat amb les persones infectades contribueixen en gran manera a prevenir la infecció pel VIH. ”



## *On es pot obtenir més informació?*

- El metge és la persona més adequada per demanar-li més informació.
- També es pot obtenir **i**nformació experta, confidencial i gratuïta sobre qualsevol dubte al telèfon



900 21 22 22

Programa per a la Prevenció i l'Assistència de la Sida

Pla Sanitari de la Sida a Catalunya



[www.gencat.net/sanitat](http://www.gencat.net/sanitat)



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Sanitat i Seguretat Social**