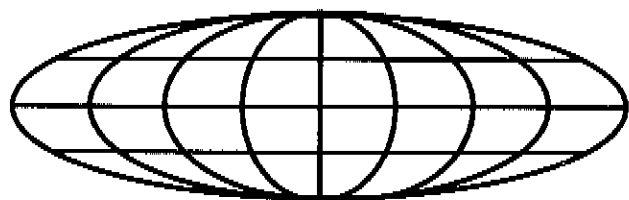

SIDA

Información para viajeros



Si proyecta usted algún viaje o ya lo ha emprendido
tenga en cuenta los siguientes datos
básicos sobre el SIDA.

No debe renunciar a ningún viaje por miedo al SIDA.

Tanto en su lugar de residencia como en sus viajes,
la prevención del SIDA depende esencialmente
de usted mismo.



Organización Mundial de la Salud
Programa Especial sobre el SIDA

¿Qué es el SIDA?

El SIDA es una enfermedad causada por un virus que puede desorganizar el sistema inmunitario del organismo y originar infecciones mortales y algunas formas de cáncer.

¿Deben preocuparse los viajeros por el SIDA?

Dondequiera que viva o que viaje, debe usted estar informado sobre el SIDA. El SIDA es un hecho actual que afecta a todo el mundo. Ahora bien, durante sus viajes puede usted evitarlo fácilmente si conoce y aplica algunas reglas sencillas.

¿Cómo se propaga el SIDA?

El virus del SIDA se propaga sobre todo por la actividad sexual. El virus puede pasar de cualquier persona infectada a su pareja sexual (de hombre a mujer, de mujer a hombre y de hombre a hombre). Pero también se propaga por la sangre contaminada (en las transfusiones o a través de agujas u otros instrumentos punzantes). Asimismo, una madre infectada por el virus del SIDA puede transmitirlo a su hijo antes, durante o poco después del parto.

¿Se propaga el SIDA por contactos casuales?

No. El SIDA no se propaga por las actividades cotidianas o rutinarias ("contactos casuales") tales como sentarse junto a otra persona, estrechar su mano, o trabajar en compañía. Tampoco lo propagan los insectos ni sus picaduras. Y no propagan el SIDA las piscinas, los medios públicos de transporte, los alimentos, la vajilla, los retretes, el agua, el aire, los tocamientos o caricias, la tos o los estornudos.

¿Cómo puede prevenirse la propagación sexual del SIDA?

Evitando toda relación sexual con prostitutas y prostitutas o con personas a las que apenas se conoce, incluso en países donde se pretende que no hay SIDA. No se puede saber por su aspecto si una persona está o no infectada por el virus del SIDA; aparentemente puede estar sana.

En caso de relaciones sexuales con alguien que pueda estar infectado:

- Los hombres deben utilizar preservativo siempre — cada vez y desde el principio al fin — y las mujeres deben cerciorarse de que su pareja lo utiliza.
- No hay que olvidar que la relación sexual — sea vaginal, anal u oral — puede transmitir el SIDA.
- Reduciendo el número de parejas sexuales se reduce el riesgo de exposición al virus del SIDA.

¿Qué relación hay entre el SIDA y las transfusiones de sangre?

Aunque la transfusión de sangre infectada puede transmitir el SIDA, en muchos sitios no se transfunde sangre sin antes haber investigado en ella la presencia del virus causal. Si a usted le van a hacer una transfusión, cerciórese de que la sangre ha sido previamente analizada. Como cada vez son más los países donde se hace la investigación del virus del SIDA en la sangre, las transfusiones entrañan cada vez menos riesgo de contaminación por ese virus.

Ciertas precauciones sencillas, si se aplican sistemáticamente, permiten reducir el riesgo de lesiones graves que pudieran exigir transfusiones sanguíneas. Así pues, le aconsejamos que conduzca con cinturón de seguridad y prudentemente. No beba alcohol cuando conduzca automóviles, navegue en embarcaciones de recreo o practique otras actividades que le expongan a lesiones.

¿Son peligrosas las inyecciones?

Evite las inyecciones a menos que sean absolutamente necesarias. Si le ponen una inyección, cerciórese antes de que la aguja y la jeringa estaban en un envase estéril o habían sido esterilizadas adecuadamente. Las agujas y jeringas, por ejemplo, pueden volver a usarse si se limpian y después se hierven durante 20 minutos.

A menos que se lo hayan prescrito o su médico lo autorice, no lleve consigo sus propias agujas.

Por último, si se inyecta drogas de cualquier tipo, no utilice *nunca* el material de otra persona.

¿Hay que tener cuidado con los instrumentos punzantes?

Al igual que las agujas y jeringas, cualquier otro instrumento que pueda atravesar la piel (agujas de tatuaje y de acupuntura, punzones para perforar las orejas e instrumental de odontología) debe estar siempre estéril, bien por tratarse de material de un solo uso o porque se esterilice cada vez que se emplea. Como en el caso de las agujas y jeringas, la esterilización adecuada de esos instrumentos elimina el riesgo. En general, hay que evitar cualquier perforación de la piel que no sea absolutamente necesaria.

¿Qué debe hacer si ya está usted infectado por el virus del SIDA?

Si ya está usted infectado por el virus del SIDA, consulte a su médico o a su agente sanitario habitual para que le aconseje con suficiente antelación antes del viaje proyectado.

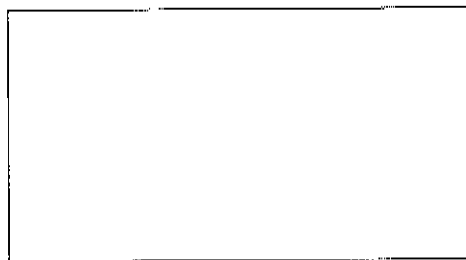
SIDA

El conocimiento es la clave de la prevención

En todo el mundo, tanto en sus viajes como en su lugar de residencia habitual, puede usted protegerse contra el SIDA. No se exponga durante sus viajes a regresar a casa con el SIDA. Esta recomendación no debe parecerle exagerada, toda vez que, *al no haber por ahora ningún tratamiento o vacuna contra el SIDA, la prevención es vital.*

Para más detalles, consulte a su médico o agente sanitario habitual o al servicio de salud local, regional o nacional.

Folleto preparado por la
Organización Mundial de la Salud,
que dirige y coordina la acción sanitaria internacional
y encabeza la lucha mundial contra el SIDA



SIDA
Un esfuerzo mundial lo detendrá



Organización Mundial de la Salud
Programa Especial sobre el SIDA

Este folleto está respaldado por la Organización Mundial de Turismo.