

# Información y respeto para la NO discriminación

**Ante el VIH todos/as somos iguales.** El VIH NO distingue entre personas, sino entre prácticas seguras y no seguras. Estar informado/a sobre las formas de contraer y no contraer el VIH es la mejor prevención. Infórmate sobre el VIH y no discrimines.

## El VIH NO se transmite en ningún caso por:

- Besos, abrazos, caricias, darse la mano o tocarse.
- Lágrimas, sudor, saliva, tos, estornudos.
- Compartir objetos de uso común (teléfono, cubiertos...), la ropa o alimentos.
- Compartir duchas, lavabo o WC, piscinas, instalaciones deportivas, centros laborales, colegios, establecimientos públicos o cualquier otro lugar.
- Animales, mosquitos u otros insectos.
- Donar o recibir sangre, en países donde está adecuadamente controlado.

## El VIH SÓLO puede transmitirse por:

- No usar preservativo en las relaciones sexuales con penetración (vaginal, anal u oral). El riesgo de infección aumenta si además una persona presenta otras infecciones de transmisión sexual (gonorrea, sífilis, herpes...).
- Compartir un objeto cortante que haya estado en contacto con sangre infectada: jeringas, agujas, otro material de inyección o instrumentos para la acupuntura, tatuajes, piercings, etc.
- De una madre VIH positiva a su hijo/a durante el embarazo, parto o lactancia.

## El 1 de Diciembre se celebra el Día Mundial del Sida

### Enlaces y contactos de interés

Observatorio derechos humanos y VIH/sida. Red2002:  
[www.observatorio.red2002.org.es/](http://www.observatorio.red2002.org.es/) **607 733 411**

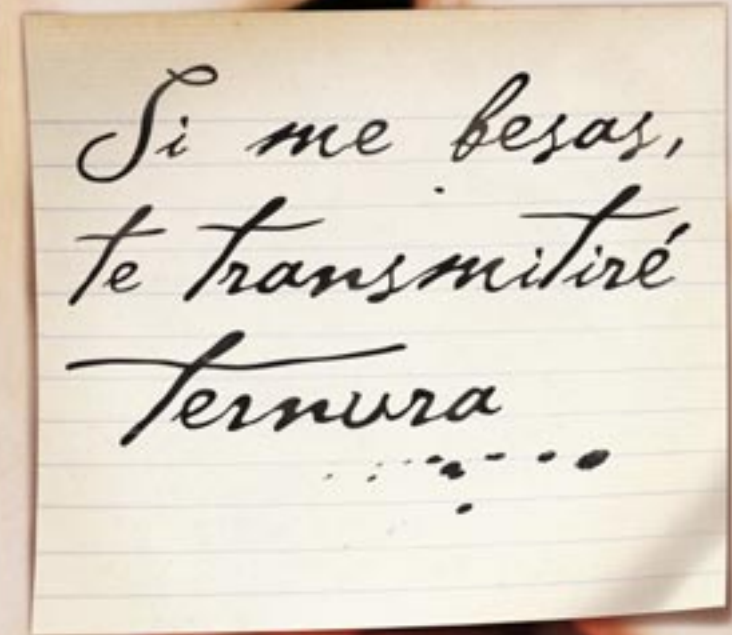
Clínica Legal de Cesida: [www.cesida.org/](http://www.cesida.org/) **902 362 825**

Jurisida: [www.jurisida.com](http://www.jurisida.com)

Ministerio de Sanidad y Política Social: [www.msps.es](http://www.msps.es)

### TELÉFONOS GRATUITOS CRUZ ROJA: 900 111 000 900-ROSA: 900 601 601

Andalucía 900 850 100  
Aragón 976 714 000  
Asturias 985 106 338  
Baleares 971 176 855  
Canarias 902 114 444  
Cantabria 942 207 732  
Castilla-La Mancha 925 389 200  
Castilla y León 983 413 600  
Cataluña 900 212 222  
Extremadura 900 111 000  
Galicia 881 542 914  
Madrid 912 052 332  
Murcia 900 706 706  
Navarra 848 423 396  
País Vasco 943 006 464  
La Rioja 941 291 976  
Comunidad Valenciana 900 702 020  
Ceuta 856 205 009  
Melilla 952 976 251



1 de Diciembre,  
Día Mundial del SIDA



HIESaren atzean BIZIA dago • Darrera de la SIDA hi ha molta VIDA  
Detrás da SIDA hai moita VIDA • Atrás do SIDA, há muita VIDA  
A whole lifetime behind AIDS • Il y a de la vie derrière le SIDA  
СПИД: НА ЭТОМ ЖИЗНЬ НЕ КОНЧАЕТСЯ • Z AIDS można jeszcze długo żyć  
СЛЕД СПИН ЖИВОТЪТ ПРОДЪЛЖАВА • خلف السيدا يمكن للحياة أن تبدو مجيدة  
Există viață după SIDA • 艾滋背后, 生命无限



# 1 de Diciembre, Día Mundial del SIDA

En el XXI aniversario del Día Mundial del Sida, **ciudadanos/as, instituciones, organizaciones y empresas** tenemos una oportunidad para prestar especial atención a la epidemia del VIH.

En España, se estima que hay entre 120.000 y 150.000 personas infectadas por el VIH. Muchas de ellas ven vulnerados sus derechos humanos al ser estigmatizadas y discriminadas por su condición de seropositivas. Esto además es un gran obstáculo en la prevención y el tratamiento de la infección por VIH. El miedo, el rechazo y la ignorancia favorecen su expansión y fomentan falsas creencias.

**Este año queremos incidir en la necesidad de acabar con el estigma y la discriminación relacionados con el VIH.**

**Estigma y Discriminación, la peor epidemia.**

## ESTIGMA:

- Atributo que desacredita.
- Diferencia "no deseada".
- Miedo a lo desconocido o lo mal conocido.
- Juicio médicamente injustificado.
- Relacionado con actitudes y normas sociales.
- Provoca rechazo y hostilidad.

## DISCRIMINACIÓN:

- Comportamientos de distinción, exclusión o restricción.
- Negación de oportunidades.
- Tratamiento injusto/desfavorable.
- Violación de los derechos humanos.
- Basado en un estigma.



## Libérate de los prejuicios

Avanzamos en la medicina y en la prevención. ¿Por qué no lo hacemos en nuestros prejuicios y actitudes?



El VIH no se transmite por los besos, ni por las caricias. **El VIH no se transmite en el contacto cotidiano.** Sin embargo, los estudios siguen mostrando que una parte significativa de la población se sentiría incómoda si su hijo/a tuviera un compañero/a en clase con VIH, si el empleado/a de la tienda donde compra habitualmente tuviera VIH... No sólo algunas personas se sentirían incómodas sino que muchas no tendrían ninguna relación con una persona con VIH y evitarían el contacto con ella.

**El desconocimiento o conocimiento erróneo sobre el VIH, el sida, sus vías de transmisión y SOBRE TODO DE NO TRANSMISIÓN, son una de las principales causas del estigma y la discriminación.**

Si me contratas te transmitiré profesionalidad

El VIH no se transmite por compartir el espacio laboral ni el desempeño de una profesión. Por tanto, **no hay ningún tipo de justificación**, salvo en casos muy específicos regulados por ley, **para que los centros laborales soliciten la prueba del VIH**, que es voluntaria y confidencial. Sin embargo, en muchas ocasiones se exige antes o durante



la contratación. A algunas personas se les ha relegado de su puesto de trabajo o se les ha despedido, otras se han sentido discriminadas cuando sus compañeros/as lo han sabido o sospechado...

**Realizar la prueba del VIH sin consentimiento ni información es ilegal. Una persona con VIH puede y debe desempeñar su trabajo en las mismas condiciones que cualquiera de sus compañeros/as.**



Si convivimos juntos te transmitiré compañerismo. Si nos bañamos en la misma piscina te transmitiré buenas ondas. **Si compartes cualquier cosa con una persona con VIH te transmitirá lo mismo que tú a ella.** Sin embargo, en ocasiones se encuentran con impedimentos para acceder a ciertos lugares públicos, como una residencia o un balneario.

## Si te discriminan por tener VIH, denúncialo

Si sufres discriminación en un lugar público, denúncialo, **la ley te ampara.** Si se produce en el ámbito sanitario, ponte en contacto con la Oficina del Defensor del Paciente de tu Comunidad Autónoma o con las Unidades de Atención al Paciente de hospitales o centros de salud.

Ante otro tipo de casos de discriminación puedes contactar con:

- El Defensor del Pueblo estatal o autonómico.
- El Plan Nacional sobre el Sida, el Plan Autonómico de Sida o la Dirección de salud pública autonómica.
- Asociaciones con asistencia jurídica para casos de discriminación.
- Sindicatos.