

Le dépistage du VIH est confidentiel et gratuit. Il peut être fait dans n'importe quel centre de santé et dans les consultations hospitalières de jour. Vous pouvez également faire le test de dépistage dans les centres de planification familiale et dans la plupart des ONG travaillant sur le VIH-Sida.

Où peut-on trouver des informations sur le VIH-Sida?

Il y a des centaines de livres, d'articles et de sites web qui fournissent des informations non seulement sur le VIH-Sida mais aussi sur les autres MST et sur l'éducation sexuelle en général. Cependant l'exactitude des contenus de ces informations n'est pas toujours garantie et bon nombre de ces contenus se basent sur de fausses idées ou sur des informations sans fondements scientifiques.

Voici quelques sites qui vous seront utiles et dont les contenus ont été approuvés par des experts et la communauté scientifique:

- **Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad** (Ministère de la Santé, Politique Sociale et de l'Égalité)
www.mspsi.es
- **Asociación Estatal de Profesionales y Especialistas de la Sexología** (Association d'État de Professionnels et de Spécialistes de Sexologie)
www.aeps.es
- **Federación Española de Sociedades Sexológicas** (Fédération Espagnole de Sexologie)
www.fess.org.es
- **Federación de Planificación Familiar** (Fédération de Planning Familial)
www.fpfe.org
- **Plataforma Joven** (Plateforme de la Jeunesse)
www.sexoconseso.com
- **Sociedad Española Interdisciplinar del Sida** (Société Espagnole Interdisciplinaire du Sida)
www.seisida.net
- www.lasexologia.com
- www.cesida.org

information sur le VIH-Sida
900 111 000

INFORMATION SUR GALIA

GALIA est un programme financé par le Ministère de la Santé, Politique Sociale et Egalité (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad) (Plan National du Sida) qui vise à répondre au besoin d'information, de formation et d'implication des jeunes dans le thème du VIH-Sida en tant qu'agents de leur propre santé. Une nouvelle approche de la formation-intervention des jeunes comme Agents de Santé, capables de transmettre leurs connaissances auprès de leurs pairs et d'augmenter les sources et l'accès à l'information sur le VIH-Sida.

Communauté de Galice (Comunidad de Galicia)

Coordinatrice: Eva Tizón

E-mail: eva.tizon.bouza@gmail.com

Communauté Valencienne (Comunidad Valenciana)

Coordinatrice: Laura Monsalve

E-mail: lmonsalve1@hotmail.com

Communauté de Castille La Manche (Comunidad de Castilla la Mancha)

Coordinatrice: M.^a Verónica Jimeno

E-mail: mariaveronica@email.it

Communauté de Madrid (Comunidad de Madrid)

Coordinatrice: Paula Cajide

E-mail: pcajide@lasexologia.com

Vous pouvez également participer dans le blog de Galia:

<http://programagalía.blogspot.com/>

Secrétariat Technique

FONDATION D'EDUCATION POUR LA SANTE

FUNDACION DE EDUCACION PARA LA SALUD (FUNDADEPS)

Hôpital Clinico San Carlos

Médecine Préventive (Servicio de Medicina Preventiva)

c / Martín Lagos s/n. 28040 Madrid - ESPAGNE

Coordination Générale du Programme GALIA

Marta Ampuero / Nieves Cáceres

Tel.: (0034) 91 330 37 05

Fax: (0034) 91 543 75 04

E-mail: programagalía@hotmail.com

www.fundadeps.org

fundación de educación para la salud



Que savez-vous du VIH Sida?



Qu'est-ce que le VIH?

VIH (Virus d'Immunodéficience Humaine) est un type de virus qui attaque le système immunitaire et les défenses du corps humain en détruisant certaines de nos cellules sanguines (lymphocytes).

Est-ce la même chose que d'être infecté par le VIH et d'avoir le Sida?

Non, ce n'est pas la même chose. Il y a des personnes qui ont été infectés par le VIH (virus) mais qui n'ont pas développé le Sida (maladie). Ces personnes n'ont pas le Sida mais elles sont porteuses du virus VIH et peuvent donc le transmettre à d'autres personnes.

Qu'est-ce que le Sida?

Le mot Sida signifie Syndrome de l'Immunodéficience Acquise. On dit d'une personne infectée par le virus qu'elle a le Sida quand elle commence à développer certaines maladies et infections parce que son système immunitaire est affaibli.

Quand dit-on qu'une personne a le Sida?

Le Sida, qui est le stade le plus avancé de l'infection par le VIH, peut se manifester plusieurs années après que la personne ait été infectée. Cela se produit lorsque la plupart des lymphocytes ont été détruits, la personne infectée commence alors à développer des infections, des tumeurs et d'autres maladies, à ce stade de la maladie on dit d'une personne qu'elle a le Sida.

Comment se transmet le VIH?

Une personne porteuse du VIH peut transmettre le virus par l'échange de quatre fluides: le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel.

Quelles sont les voies de transmission?

Sexuelle

Avoir une relation sexuelle avec pénétration (anale,

vaginale ou orale) et **SANS PRÉSERVATIF** avec une personne infectée par le virus.

Sanguine

Partager ou échanger des aiguilles, seringues ou autre matériel contaminé, ou partager des objets tels que des rasoirs, brosses à dents ou du matériel de piercing ou de tatouages.

Maternelle et infantile

Une femme porteuse du VIH peut transmettre le virus à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.

Comment le VIH ne se transmet-il pas?

Pratiques sexuelles SANS Risque

- Les étreintes, les baisers et les caresses
- La masturbation mutuelle
- La pénétration avec préservatif

Autres pratiques non sexuelles SANS Risque

- Travailler avec une personne infectée par le VIH ou fréquenter la même école ou les mêmes endroits qu'une personne porteuse du virus.
- Partager des aliments, des boissons, des ustensiles de cuisine, les toilettes, la douche, la salle de gym, la piscine, partager des vêtements, des chaussures ou d'autres éléments de la vie quotidienne, le contact avec des animaux ou des piqûres de moustiques ou autres insectes, utiliser les mêmes transports publics, donner du sang ou se faire faire des analyses.

Comment se protéger et prévenir l'infection par le VIH?

Si vous avez des rapports sexuels avec pénétration, les **PRÉSERVATIFS** (masculins et féminins) ont une double valeur préventive. Le préservatif est le moyen de contraception le plus sûr pour prévenir une grossesse non désirée, et pour se protéger **DE LA PLUPART DES INFECTIONS MST, Y COMPRIS LE VIH.**

Existe-t-il des groupes de personnes à risque qui sont plus exposées au VIH?

Face au VIH il n'existe pas de groupes à risque, il existe seulement des pratiques à risque. Le VIH est un risque réel pour l'ensemble de la population, et ne dépend pas de l'appartenance à un groupe de population en particulier. Les comportements qui exposent une personne à un risque d'infection par le VIH ne sont pas spécifiques à un groupe, mais dépendent des pratiques à risque de chacun/chacune. N'oubliez pas que les relations sexuelles doivent se dérouler dans une atmosphère de tolérance et de respect de l'autre, quelque soient les croyances, l'orientation sexuelle ou les différentes attitudes que chaque personne a envers la vie.

En plus du VIH, existe-il d'autres maladies sexuellement transmissibles (MST)?

La gamme de micro-organismes qui peuvent conduire à une MST est très large, les plus courantes sont: la syphilis, la gonorrhée, la chlamydia, le HPV (Human Papilloma Virus), l'hépatite B, Candiliasis... mais n'oubliez pas que n'importe quelle infection est toujours associée à une pratique à risque (par exemple une relation sexuelle sans préservatif...). La plupart de ces infections sont facilement évitables, mais chaque personne doit se responsabiliser de ses actes pour éviter des conséquences qui peuvent être graves.

IL NE FAUT PAS OUBLIER QUE L'EXISTANCE D'UNE MST CHEZ UNE PERSONNE PORTEUSE DU VIH, AINSI QUE CHEZ SON PARTENAIRE SEXUEL, AUGMENTE LE RISQUE DE TRANSMISSION DU VIH LORS D'UN RAPPORT SEXUEL NON PROTEGE.

Comment et où faire un test de dépistage du VIH?

La meilleure façon de savoir si l'on a contracté l'infection c'est de faire un test sanguin.