

A microscopic image showing several cells with orange-brown cytoplasm and dark nuclei, set against a blue background. The cells are irregular in shape and some appear to be in the process of division or interacting. The overall appearance is that of a tissue section or a cell culture under a microscope.

EL SIDA

MATERIAL DIDACTICO

el sida

Material Didáctico

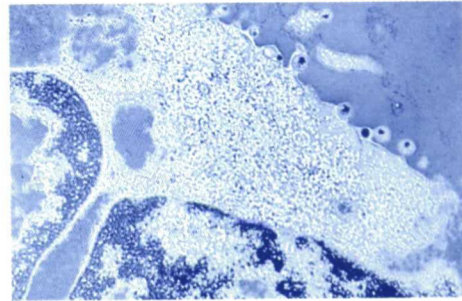


FOTO Agencia EFE.
Portada: Detalle del virus

**Material elaborado por el Ministerio de Educación y Ciencia
en colaboración con el Ministerio de Sanidad y Consumo.**

Febrero, 1988

Ministerio de Educación y Ciencia
N.I.P.O 176.88.007.1
Depósito Legal M-1172-1988
Impreme: MARIN ALVAREZ HNOS

índice

Página

INTRODUCCION	5
FICHA Nº 1: Cómo usar los materiales	7
FICHA Nº 2: Qué es el SIDA	11
FICHA Nº 3: Cómo se transmite	19
FICHA Nº 4: Cómo no se transmite	25
FICHA Nº 5: Actitud ante el SIDA: Formas de prevención	31

introducción

Esta guía pretende ser un instrumento de trabajo útil para educadores, y todos aquellos profesionales que desarrollan su labor en contacto con la juventud. El objetivo es poner a su alcance una amplia información sobre la infección por el virus del SIDA y las medidas preventivas que deben adoptarse ante esta enfermedad.

Es importante aclarar desde un principio que el SIDA es una enfermedad reciente, todavía poco conocida y que presenta un continuo desarrollo. Los nuevos descubrimientos que se realicen pueden restar vigencia a estas informaciones, por lo que resulta especialmente importante, para el trabajo de información y prevención de la enfermedad, el tener un acceso continuo a los nuevos conocimientos científicos que las investigaciones vayan desarrollando.

Las informaciones contenidas en esta guía reflejan los últimos datos de la situación que poseen las autoridades sanitarias.

El motivo principal que ha llevado a la elaboración de este material ha sido la necesidad de prevenir a la juventud contra el SIDA. Para ello es fundamental exponer los hechos sobre una base científica sólida (evitando cualquier tipo de comentarios subjetivos) que permita trabajar al profesorado con una documentación avalada por el Ministerio de Sanidad, que podrá adecuar a la sensibilidad y madurez del alumnado según sus criterios pedagógicos.

A todos aquellos agentes sociales que pueden jugar un papel decisivo en el terreno de la prevención del SIDA, conviene recordarles un hecho: el SIDA causa la muerte, y la mayor parte de sus víctimas lo adquirieron por la ignorancia de cuestiones muy simples. De ahí la importancia de la labor emprendida.

ficha nº 1

COMO USAR LOS MATERIALES

La información que se propone se dirige a un grupo de población comprendida entre los 15 y 18 años, pero no a ellos directamente sino a través de una persona intermediaria como es el profesor o profesora, por lo que se recomienda elaborar en cada caso el lenguaje y método ideal para hacerla comprensible a cada grupo específico, teniendo en consideración la edad y madurez del colectivo al que vaya dirigida la información.

Para las explicaciones en el aula, se sugiere que no se realice la información como una actividad aislada, para ello se considera fundamental:

- Que se analice previamente, en el claustro de los centros, las actitudes y conocimientos del profesorado respecto al SIDA. Para ello se recomienda la lectura atenta del Documento Informativo sobre el SIDA (elaborado por el Ministerio de Educación y Ciencia y el Ministerio de Sanidad), así como la Circular sobre el SIDA a los Centros Escolares.
- Que se informe al Consejo Escolar de las líneas básicas de las actividades que van a realizarse en el Centro para la prevención

del SIDA. Se recomienda igualmente la lectura atenta y discusión de la documentación enviada por el Ministerio de Educación y Ciencia sobre el SIDA.

- Que se aplique, dentro de lo posible, en todos los cursos que existan en el Centro Escolar de un determinado nivel. Adaptando la información al nivel que se considere más adecuado para este tipo de trabajo.
- A ser posible, debería incluirse la información en los contenidos de asignaturas relacionadas con estos temas, como las Ciencias Naturales, en las EATP de Educación para la Salud o en la de Biología para la Salud del 2º ciclo de Bachillerato de Ciencias de la Reforma.
- Sería deseable implicar a las familias en el desarrollo de esta actividad, bien de una manera previa, asistiendo a la presentación del proyecto, o de una forma activa, interviniendo en el mismo, porque pueden aportar datos, materiales, dudas, etc.
- Sería conveniente que estos contenidos se trabajasen simultáneamente en otras asignaturas, además de las mencionadas, como Geografía Humana, Ética, Historia, etc., para dotarlos de una visión multidisciplinar e incidir simultáneamente desde varias perspectivas.
- En cuanto a la metodología de trabajo, se propone que se realice de forma activa y participativa, utilizando diferentes estrategias que hagan atractiva la información. Asimismo, el alumnado debe intervenir en el proceso de información recopilando datos de prensa, bibliografías, realizando encuestas o preparando sesiones explicativas con ayuda del profesorado, para presentarlo a sus compañeros y compañeras.

Se sugieren actividades como:

- Mesas redondas con los padres y las madres y profesionales sanitarios.
- Utilización del Documento Informativo sobre el SIDA elaborado por el Ministerio de Educación y Ciencia y el Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Utilización de textos científicos.
- Utilización de textos de prensa.
- Análisis de la publicidad televisiva, que el alumnado puede relacionar con el tema.
- Entrevistas a profesionales.
- Confección de carteles y otros Medios Audiovisuales.
- En las fichas se sugieren actividades específicas dentro de cada temática desarrollada.

En caso de dirigirse a otros grupos juveniles no escolarizados, el mediador puede escoger de las recomendaciones anteriores, las que se aproximen más a su situación o añadir otras. En cualquier caso es aconsejable propiciar la intervención de los propios jóvenes en el proceso de información, para partir de un intercambio que permita conocer qué datos poseen en la actualidad sobre el tema. Así se puede incidir sobre la base de unos conocimientos adquiridos para subsanar los posibles errores de información y elaborar conjuntamente un material sencillo con normas básicas de prevención de las que los alumnos y alumnas se sientan partícipes.

ficha nº 2

QUE ES EL SIDA

La palabra SIDA corresponde a las iniciales del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida.

El SIDA es una enfermedad infecciosa producida por el virus llamado "Virus de la Inmunodeficiencia Humana" (V.I.H.), también conocido por las siglas HTLV-III y LAV.

La enfermedad se caracteriza por el deterioro del sistema defensivo natural del organismo que tiene como consecuencia la aparición de infecciones y procesos cancerosos que son resistentes a los tratamientos habituales. Las enfermedades asociadas al SIDA tienen su origen en la deficiencia inmunitaria provocada por la alteración de las células encargadas de la defensa (linfocitos T).

Las infecciones son "oportunistas" porque aprovechan la debilidad y el descenso de la capacidad defensiva del enfermo para provocar las lesiones responsables de la enfermedad. En ocasiones, el virus ataca al sistema nervioso, produciendo lesiones de tipo neurológico e incluso demencia.

Breve historia de la enfermedad

El mundo sanitario recibió la primera noticia de esta nueva enfermedad en junio de 1981, con la publicación de 5 casos de Sarcoma de Kaposi, en California (USA); un tipo de enfermedad de la piel hasta entonces raro en personas de raza blanca menores de 60 años. Posteriormente se detectaron más casos en Nueva York y California durante ese mismo año. Ello hizo que los Centros para el Control de Enfermedades de Atlanta, responsables de la vigilancia epidemiológica de USA acuñaran una definición de caso a principios de 1982, aceptada por la O.M.S., e internacionalmente seguida. El primer caso de SIDA conocido en España se detectó en Barcelona en diciembre de 1981.

En nuestro país, el mayor número de casos de infección por el virus del SIDA se registra entre las personas que se inyectan drogas, también se han dado casos entre las personas que tienen relaciones homosexuales y bisexuales y, en menor grado, entre los heterosexuales, en personas que han recibido transfusiones de sangre contaminada, hemofílicos y en niños nacidos de madre infectada.

Como se ha dicho el SIDA es una enfermedad reciente y no del todo conocida. De momento y con la evidencia de los datos actuales, puede afirmarse que el SIDA es una enfermedad poco extendida en nuestro país (624 casos a 30-9-87) pero sin embargo es una enfermedad mortal, ya que más de la mitad (60%) de los pacientes declarados y comprobados fallecen transcurridos unos pocos años.

No es lo mismo ser portador que padecer la enfermedad del SIDA

El contagio del virus del SIDA se produce por medio del paso de la sangre, semen y secreciones vaginales (flujo) de una persona infectada al circuito sanguíneo de otra, pero no todas las personas que han tenido contacto con el virus se infectan.

Una vez que el individuo se ha infectado con el virus pueden pasar varios meses (3-4) hasta que su organismo reaccione produciendo "anticuerpos",

aunque algunos no los producen o tardan más tiempo en hacerlo. Si en este periodo hiciéramos la prueba no se detectarían los anticuerpos, la prueba sería negativa a pesar de estar infectado.

Esta reacción es la que permite practicar las pruebas de detección (análisis) de anticuerpos para comprobar si una persona está infectada y por tanto es portadora del virus del SIDA. Los anticuerpos no son capaces de destruir el virus, pero sirven para saber si hay infección.

El portador del virus puede estar o sentirse sano sin presentar síntomas, pero es capaz de contagiar a otras personas sin saberlo. Transcurrido un tiempo variable el portador puede convertirse en enfermo del SIDA.

Conviene por tanto retener los siguientes conceptos:

Portador del virus:

Es aquella persona infectada por el virus que no teniendo síntomas puede transmitir la enfermedad.

Caso de SIDA:

Es aquella persona infectada que ha desarrollado síntomas de enfermedad que cumplen unos criterios internacionalmente aceptados, evaluados por el comité de expertos de cada país.

En ambos casos se puede transmitir la enfermedad

¿Es conveniente hacerse la prueba?

La prueba no ofrece una seguridad total. Para estar seguro de que un resultado es fiable es necesario repetirlo unas semanas después. Un resultado negativo no significa estar sano, puede deberse a que la prueba no ha detectado el anticuerpo o que todavía el organismo no ha reaccionado

produciéndolo. La idea de tener un resultado negativo puede hacernos creer que estamos protegidos. Lo importante es saber si hemos participado en alguna actividad de riesgo que haya podido transmitirnos la infección.

¿Cuál es el futuro de la persona infectada?

No se puede predecir con exactitud pero, cuando se ha contraído el virus, existen varias posibilidades:

- Tener anticuerpos positivos (prueba positiva) y no presentar síntomas, permaneciendo en esta situación durante años.
- Tener anticuerpos positivos y, en cualquier momento, presentar una serie de síntomas relacionados con el SIDA. La presentación de estos síntomas tiene un carácter episódico, combinándose con periodos de relativo bienestar.
- Desarrollar el SIDA con todos los síntomas y enfermedades asociadas (infecciones oportunistas, cáncer de piel, alteraciones del sistema linfático, demencia, etc...) que conducen a la muerte en poco tiempo. Sobre la base de la información actual parece que el 10-30% de las personas infectadas por el virus desarrollan el SIDA entre 2 y 5 años después de la infección.

Los síntomas relacionados con el SIDA no son muy específicos y se pueden encontrar en muchas enfermedades distintas al SIDA. Sólo un médico puede diagnosticar la enfermedad mediante las pruebas (análisis) correspondientes.

¿Por qué se ha producido tanto miedo respecto al SIDA?

La enfermedad producida por la infección del virus del SIDA ha causado pánico en muchos países. Se ha hablado de ella como de la peste, provocándose un enorme alarmismo entre la población. En parte, esta

actitud se debe a la falta de información objetiva sobre la enfermedad y la forma en que se transmite. También la manera de propagarse el virus, relacionado con el mundo de la sexualidad, la homosexualidad, la drogadicción y la prostitución de ambos sexos, han contribuido a ello.

Respecto al SIDA hay verdades y prejuicios; la función de una prevención eficaz es separar ambos aspectos.

El SIDA se diferencia de otras enfermedades infecciosas en su elevada mortalidad y en la rapidez con que puede propagarse. El que todavía los científicos no hayan encontrado un antídoto eficaz para contrarrestarla agudiza el temor a contaminarse. Pero hay otras enfermedades que ocasionan más muertes. Si comparamos el SIDA con los accidentes de tráfico, las enfermedades cardiovasculares, el tabaquismo o el alcoholismo, el SIDA es una enfermedad que afecta a muy pocas personas.

La preocupación e inquietud social que ha generado el SIDA puede llevar a actitudes de rechazo y marginación del enfermo o del portador del virus que no están justificadas.

Lo que hay que saber

Lo más grave del SIDA es que, en la actualidad, y a pesar de los esfuerzos de la ciencia, todavía **no hay vacuna ni tratamiento eficaz; por ello, la prevención es la única forma de luchar contra la infección del virus del SIDA.**

Hoy se sabe que el SIDA **NO SE TRANSMITE POR LOS CONTACTOS CASUALES DE LA VIDA COTIDIANA.** Como más adelante veremos, el portador del virus o el propio enfermo puede asistir al Centro Escolar y realizar normalmente sus actividades sin que ello suponga un riesgo para las demás personas, si se observan las medidas higiénicas habituales ante cualquier infección.

Es importante retener:

- **Diferencias entre Portador y enfermo de SIDA.**

- El SIDA es una enfermedad que puede prevenirse.
- Los comportamientos habituales de la vida cotidiana no conllevan riesgo de contagio.
- Hay que observar normas higiénicas como forma de prevención.
- Se puede convivir con enfermos de SIDA sin contraer la enfermedad.
- No se debe discriminar a las personas portadoras o enfermas de SIDA.

ACTIVIDADES

- Hacer un comentario de texto científico en que se expliquen los datos actuales sobre el origen y transmisión del SIDA.
- Diseñar unos mensajes cortos y sencillos para que los alumnos y alumnas puedan informar a los demás miembros de su familia sobre el tema. Igualmente para otras personas jóvenes con las que se relacionan.
- Inventar una campaña publicitaria con el lema "El SIDA no se contagia casualmente", redactando textos y frases publicitarias.
- Confeccionar un vocabulario acerca de términos desconocidos relacionados con estos temas.
- Realizar una breve encuesta para que los alumnos y alumnas entrevisten a sus familias y amistades sobre los conocimientos que éstas poseen sobre el SIDA y la forma en que se contagia.
- Analizar lo verdadero o falso de los prejuicios que existen en torno al tema en sesiones de grupo, aportando los datos que el alumnado haya elaborado con las entrevistas realizadas.
- Valorar los prejuicios existentes respecto al temor de contraer la enfermedad por el simple contacto con alguien que la padezca, para analizar esos prejuicios contrarrestándolos con la información de las siguientes fichas.

ficha nº 3

COMO SE TRANSMITE

Durante la tercera reunión de los Centros Colaboradores de la Organización Mundial de la Salud sobre SIDA, celebrada en Washington el 6 de junio de 1987, se preparó la declaración de consenso sobre la transmisión del V.I.H. que se expresa a continuación:

"Los estudios epidemiológicos realizados en Europa, las Américas, Africa y Australia han documentado en forma reiterada que solamente hay tres formas de transmisión del V.I.H.":

- **Por la relación sexual** (homosexual, bisexual, heterosexual) **con personas infectadas.**
- **Por contacto con la sangre, hemoderivados, el semen y los órganos transplantados de personas infectadas. La gran mayoría de las veces el contacto con la sangre se debe a la transfusión de sangre contaminada, no examinada previamente (por ejemplo en Africa) o la utilización compartida de jeringas o agujas sin esterilizar.**

- **La transmisión de madre infectada a hijo. La mayor parte de las veces antes del nacimiento y quizás durante el parto (transmisión perinatal).**

Transmisión por contactos sexuales

Transmisión por contactos sexuales con personas infectadas:

- En las relaciones sexuales en que se practica el coito anal existe un alto riesgo de contagio, ya que el semen puede acceder al torrente sanguíneo de la otra persona, a través de heridas o rotura de vasos capilares.
- En las relaciones sexuales en que se practica el coito vaginal sólo se transmite el virus si se producen heridas, y el virus puede tener acceso a través de la sangre.

Por lo tanto, el tipo de penetración (anal o vaginal) que se realice en los contactos sexuales es el determinante de la mayor o menor posibilidad de transmisión del virus.

- **Conductas sexuales de riesgo:**
 - Las personas que mantienen relaciones homosexuales: el frecuente uso de la relación sexual anal comporta un alto riesgo de contagio por las causas señaladas anteriormente.
 - Las personas que mantienen relaciones bisexuales: estas personas están también expuestas al riesgo de contagio, ya que, si ha habido penetración anal en sus relaciones homosexuales podrían haber contraído la infección y luego transmitirla en su relación heterosexual (si se producen heridas), aunque sólo se practicara la penetración vaginal.
 - Las personas que mantienen relaciones heterosexuales: el tipo de coito que realicen (anal o vaginal) es determinante ya que la penetración vaginal tiene menor riesgo si no se producen heridas que posibiliten el acceso al virus.

En todos los casos expuestos anteriormente, **la utilización del preservativo impide la contaminación del virus.**

Es conveniente saber que las personas que mantienen relaciones sexuales esporádicas con diferentes personas están más expuestas al riesgo de contagio, por no conocer el estado de salud de las personas con las que mantienen relaciones.

Ya se ha indicado, en la ficha anterior, la dificultad que entraña el hecho de que existan personas portadoras del VIRUS que no tienen síntomas, ni padecen la enfermedad, por lo que resulta difícil saber el estado de salud de las personas que no conocemos en profundidad.

De ahí la recomendación de usar preservativos, como forma preventiva general, en las relaciones sexuales que se mantienen con diferentes personas y, sobre todo, si se realizan las actividades de riesgo que se van a ir analizando.

Transmisión por sangre

La sangre de una persona infectada puede contagiarnos pero **sólo si entra en contacto con nuestra propia sangre.**

- **Agujas de inyectar y jeringuillas.**

Las agujas inyectables y jeringas no desechables y que no han sido esterilizadas, pueden transmitir la infección a través de la sangre contaminada.

Este problema es especialmente grave para las personas que practican la drogadicción endovenosa y comparten, sin esterilizar, las agujas, jeringuillas o cualquier objeto punzante.

- **Otros objetos cortantes de uso personal** que pueden transmitir sangre contaminada: agujas de tatuar, agujas para hacer pendientes, cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, etc.

- **Transfusión:**

En el pasado, algún caso de SIDA, en hemofílicos principalmente, ha sido transmitido accidentalmente por la transfusión de sangre o sus derivados procedentes de personas infectadas. En la actualidad toda la sangre y sus derivados se tratan con procedimientos que destruyen la hipotética presencia del virus.

Transmisión madre-hijo

Las mujeres embarazadas infectadas por el virus del SIDA transmiten el virus a su hijo durante el embarazo, en el parto, y quizás durante la lactancia.

Conductas de riesgo

Como se ha indicado, las vías de transmisión del SIDA son las tres definidas por la Organización Mundial de la Salud. No está comprobado que el virus se transmita por otros canales.

Por ello, los casos de SIDA se han desarrollado por determinadas prácticas de riesgo, cuyas conductas facilitan la transmisión del virus del SIDA.

Son **Prácticas de riesgo** y, por tanto, se deben tomar las medidas preventivas necesarias:

- El compartir la misma jeringuilla o agujas sin desinfectar.
- Las relaciones sexuales con penetración anal, sin utilizar preservativos.
- Las relaciones sexuales con personas enfermas del SIDA o portadoras, sin utilizar preservativos.
- Las relaciones sexuales que puedan producir heridas.

ACTIVIDADES

- Preparar un artículo informativo de prensa para la clase de Lengua y Literatura o para la revista escolar, si la hubiera, en el que se expliquen las vías de transmisión del SIDA y las prácticas de riesgo.
- Realizar debates en los que la mitad de la clase describa situaciones de riesgo para contraer el SIDA y la otra mitad analice cual es la causa concreta de la posible transmisión.
- Realizar carteles para indicar las vías de contagio con frases publicitarias y mensajes concretos para las personas que realizan actividades de riesgo. Planificar cómo se llegaría a esos colectivos en el propio entorno del alumnado.
- Enumerar en clase los objetos de uso personal que puedan transmitir la infección y evaluar las condiciones higiénicas en que se utilizan diariamente.
- Analizar las experiencias concretas, en relación a la utilización de jeringuillas, que han tenido los alumnos y alumnas cuando se les ha hecho un análisis de sangre, una transfusión o han donado sangre en un centro sanitario.

ficha nº 4

COMO NO SE TRANSMITE

El contagio del SIDA no se produce con facilidad. El virus no sobrevive mucho tiempo cuando está fuera del cuerpo, destruyéndose con rapidez al entrar en contacto con desinfectantes, el calor, los detergentes o la lejía diluida al 10%.

Para la transmisión del V.I.H. además de una vía de entrada, se necesita que el inóculo del virus, (la cantidad del virus con la que se entra en contacto) tenga cierto tamaño, que es superior al que hipotéticamente se puede producir en los contactos de la escuela o en el ambiente familiar.

El virus no se contagia a través del aire, del agua, de los alimentos o del contacto personal (no sexual), ni por las picaduras de insectos como otras enfermedades infecciosas.

Normalmente, la mayoría de los jóvenes y las jóvenes que acuden a la escuela no realizan actividades que pueden calificarse como conductas de riesgo.

Los estudios que se han realizado en EEUU, y los países europeos comunitarios han demostrado que la infección no se transmite por los contactos ocasionales de persona a persona, tal y como sucede en la escuela o en los lugares de trabajo. Es más, las investigaciones han revelado que el contacto íntimo en el ambiente familiar con niños, incluyendo los hemofílicos, que están infectados por el V.I.H. no ha supuesto contagio a otros miembros de la familia.

Por tanto, ninguna persona infectada por el virus debe ser marginada ni aislada por este hecho. No hay ningún motivo para impedir que estas personas infectadas realicen sus actividades habituales, pues no existe riesgo de contagio. Al contrario, estas personas necesitarán, por su especial situación, el apoyo y comprensión de sus compañeros y compañeras.

- Es muy importante retener que el virus no se transmite por **CONTACTOS CASUALES O ACCIDENTALES COTIDIANOS** como darse la mano, compartir vasos, estar en la misma clase, tos o estornudos, tocar pomos de puertas, utilizar los mismos sanitarios, compartir prendas de vestir, bañarse en la misma piscina, etc.

EL SIDA NO SE CONTRAE POR DONAR SANGRE. La donación de sangre se hace con instrumentos estériles de un sólo uso y la sangre es analizada y tratada antes de su utilización. Esto es importante porque el miedo al SIDA ha provocado un descenso preocupante en la donación por desconocimiento de las formas de transmisión de la enfermedad.

Por tanto, el SIDA NO SE CONTAGIA POR:

- **Compartir platos, cucharas u otros utensilios de cocina.**
- **Acariciarse, tocarse, abrazarse o besarse.**
- **Tos o estornudos.**

- **Compartir el lugar de trabajo, estudio o vivienda.**
- **Utilizar el gimnasio, secarse con la misma toalla.**
- **Viajar en el mismo vehículo.**
- **Picaduras de mosquitos.**
- **Utilizar el inodoro, ducha, baño, etc.**
- **Estar en contacto con animales.**

La lista puede alargarse hasta donde imaginemos. Lo que hay que tener claro es que el contagio se produce por la **práctica de conductas de riesgo con personas infectadas** como se ha descrito en la ficha nº 3.

ACTIVIDADES

- Elaborar un programa de radio, en el que se analicen mediante una entrevista las conductas habituales, valorando cuales pueden entrañar algún riesgo. Escucharlas en clase posteriormente, para generar un debate.
- Invitar a algún especialista para desarrollar una conferencia-coloquio en que se consideren los mecanismos de transmisión y por tanto las conductas que no entrañan riesgo.
- Elaborar una encuesta para que los alumnos y alumnas pregunten a sus familias y demás personas de su entorno social (amistades, vecindario, etc.) en qué situación no se transmite la enfermedad.

ficha nº 5

ACTITUD ANTE EL SIDA: formas de prevención

El profesorado, o, en cualquier caso, los mediadores de estas actividades pueden desempeñar un papel fundamental para elevar el nivel de información y educación del alumnado y los padres y madres, contribuyendo a eliminar prejuicios que, por ignorancia, conducen a posturas de rechazo y marginación de los enfermos de SIDA.

No hay motivo para rechazar o discriminar a una persona por ser portadora o enferma de SIDA. Los casos recientes demuestran la desinformación de numerosos padres que se han dejado llevar por informaciones fragmentarias, sin ningún fundamento, que han ocasionado graves perjuicios emocionales y sociales a los afectados.

El profesorado debe valorar sus propias actitudes y opiniones respecto a las drogas, homosexualidad y sexualidad y otros temas relacionados con el SIDA. Tal vez necesite ampliar conocimientos o discutir sus ideas con otros profesores antes de preparar la información para sus alumnos.

Todas las personas tenemos derecho a manifestar nuestras ideas pero la información dirigida a la juventud debe ser seria y objetiva dejando al margen nuestras opiniones individuales.

La educación sobre el SIDA tiene un carácter eminentemente preventivo y esto es así porque sabemos que no hay todavía tratamiento ni vacuna eficaz, sólo con la prevención podemos luchar, hoy por hoy, contra el SIDA.

Como prevenir el SIDA

La infección del virus del SIDA no es fácil de contraer ya que el virus no es resistente ni sobrevive mucho tiempo fuera del cuerpo humano.

Las vías de transmisión del virus, como se ha explicado anteriormente, son a través de la sangre, semen y fluido vaginal de una persona infectada al circuito sanguíneo de otra persona; por lo tanto:

EL CONTAGIO DEL SIDA NO ES CASUAL, Y PUEDE PREVENIRSE.

¿Hay peligro de contagio en las relaciones habituales para la población en general?

Todos los estudios realizados hasta ahora en los Estados Unidos y los países europeos, han demostrado que **no existe** peligro de contagio en las relaciones habituales de la población en general. Por tanto, los contactos que se producen en la vida cotidiana: lugares de trabajo, locales públicos, comedores, centros deportivos, escuelas, bibliotecas, discotecas, etc., no entrañan peligro.

No obstante, convendría recordar la necesidad de observar las medidas higiénicas habituales para toda la población, ya que son fundamentales para garantizar la salud de la colectividad y sirven como prevención general de todo tipo de enfermedades.

Educación sanitaria

Medidas higiénicas generales.

- Cuidado y aseo personal.

- Higiene de los utensilios de cocinas y comedores.
- Higiene en el manejo y conservación de los alimentos.
- Higiene de los manipuladores de los alimentos.
- La aireación, ventilación, higiene y desinfección de los locales públicos.
- La desinfección habitual de los sanitarios.
- La cloración de las piscinas.
- El cuidado higiénico habitual de las heridas que se produzcan.

Estas normas higiénicas son necesarias para mantener el estado de salud general de la población y es importante insistir en ellas para que todas las personas adquirieran hábitos de higiene como forma preventiva general para todo tipo de infecciones.

El cuidado de las heridas normales que se produzcan por cortes, accidentes, hemorragias, etc. debe realizarse como indican las normas higiénicas de primeros auxilios:

- Desinfectar la herida producida.
- Cubrirla con un vendaje o esparadrappo para que no siga fluyendo la sangre.
- Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de curar la herida producida.
- Limpiar con cualquier desinfectante las manchas de suelo, muebles, etc. (el alcohol o la lejía diluida al 10% son desinfectantes baratos y muy eficaces).

La lejía puede corroer el metal o la ropa y no debe usarse sobre la piel pues causa irritación. Las soluciones deben ser preparadas en el momento de su uso.

Para tranquilizar a la población escolarizada y al profesorado, se debe insistir en que el cumplimiento de estas normas higiénicas es **suficiente** para la prevención del SIDA en las Escuelas.

Conviene señalar que no existe peligro:

- en intercambiar instrumentos de viento en las clases de música,
- en las clases de tecnología, ciencias, dibujo, etc.,
- en ofrecer primeros auxilios,
- en las prácticas deportivas, natación, ducha o baño,
- en morder lápices y bolígrafos,
- en compartir prendas de vestir,

siempre que se observen las normas higiénicas indicadas para la población en general, incluyendo el cuidado de las heridas que pueden producirse.

¿Cómo podemos prevenir el SIDA en otros comportamientos fuera del ámbito escolar?

Ya hemos indicado que las vías de transmisión del virus son la sangre, semen o fluido vaginal. En toda actividad que se relacione con esas vías de transmisión habrá que observar una serie de medidas higiénicas preventivas:

Contactos sexuales

Es conveniente para cuidado de la higiene personal y como forma preventiva de las infecciones de transmisión sexual en general, la utilización de preservativos cuando se mantienen relaciones sexuales esporádicas con diferentes personas ya que no conocemos su estado de salud. El preservativo es un método anticonceptivo de barrera cómodo y fácil de utilizar.

Hay jóvenes que mantienen relaciones sexuales esporádicas. Algunos creen que este tipo de relación no conlleva ningún riesgo ni de transmisión de infecciones ni de embarazos no deseados. Sería importante analizar con ellos la necesidad de cuidar su higiene sexual, y desarrollar su sentido de la responsabilidad frente a posibles embarazos no deseados.

Conviene Recordar

- Si se mantienen relaciones sexuales circunstanciales con personas diferentes, la utilización del preservativo evita contraer otras infecciones, incluida la del SIDA, ya que no se conoce el estado de salud de estas personas.
- Si se mantienen relaciones sexuales con personas que practican actividades de riesgo (toxicómanos, homosexuales, bisexuales, prostitutas/os) la **necesidad de utilización del preservativo** es el único método preventivo eficaz para no ser contaminado/a, ya que no sabemos el estado de salud de estas personas que han tenido mayor posibilidad de contraer el virus y pueden no manifestar, todavía, ningún síntoma de la enfermedad.
- En todo caso, hay que evitar las relaciones sexuales que puedan producir heridas ya que la sangre es una de las vías por las que se transmite la infección.

- Los contactos sexuales que no incluyen penetración: caricias, besos, abrazos, juegos eróticos, masturbación, etc. no conllevan riesgo de contagio.
- Las relaciones sexuales con personas que ejercen la prostitución, (ya sean mujeres u hombres) entrañan siempre riesgo por la promiscuidad de ese tipo de relaciones. Hay que utilizar siempre preservativos.

EL PRESERVATIVO es el único medio eficaz que se conoce para prevenir el SIDA.

Contactos con sangre

Como ya se ha indicado, el paso de la **sangre infectada** al circuito sanguíneo de otra persona es una vía de transmisión del SIDA.

Para ello se deberán observar las siguientes medidas preventivas:

Normas higiénicas habituales

- No compartir **objetos de uso personal** que puedan transmitir sangre: cepillos de dientes, navajas, objetos punzantes, cuchillas de afeitar, etcétera.
- No realizar actividades que puedan transmitir sangre:
 - Hacerse tatuajes con el mismo instrumento sin desinfectar.
 - Hacerse agujeros en las orejas para pendientes con el mismo instrumento sin desinfectar.

Toxicomanías

- En las personas que practican la **drogadicción** endovenosa, el uso compartido de jeringuillas u otros instrumentos que puedan transmitir sangre es altamente peligroso.
- El compartir jeringuillas es una de las causas fundamentales de transmisión del virus del SIDA. El uso de jeringuillas compartidas puede transmitir además otras infecciones como es la **hepatitis B**.
- En nuestro país el grupo de heroinómanos es el colectivo más afectado por la enfermedad.

Convendría insistir, cuando se trate este tema con el alumnado, en el peligro que entraña para la salud de las personas todo tipo de consumo de drogas ya que debilitan las defensas del organismo.

El consumo de tabaco, alcohol, medicamentos sin control médico, y otras drogas disminuyen la capacidad defensiva del organismo frente a las agresiones externas y los hace más susceptibles a las infecciones.

Sería aconsejable transmitir, en un mensaje positivo de salud, la importancia de una alimentación sana y variada así como la práctica regular del deporte como formas habituales de mantener y cuidar el desarrollo físico de la juventud.

Por tanto

- No compartir nunca objetos personales que puedan transmitir sangre.
- No compartir nunca jeringuillas. Utilizar siempre jeringuillas desechables de un sólo uso.
- Se pueden desinfectar esos instrumentos hirviéndolos o manteniéndolos en agua con lejía diluida al 10% durante 20 minutos.

Transfusiones de sangre

No existe en la actualidad riesgo alguno de recibir transfusiones de sangre contaminada porque en los hospitales se hace **SIEMPRE** la prueba de la infección del virus del SIDA a los/as donantes.

No hay, por tanto, ningún riesgo en las transfusiones de sangre, ni, por supuesto, en las donaciones.

Las mujeres infectadas por el virus del SIDA, deberán evitar quedarse embarazadas para no transmitir la infección a su hijo.

Actitud social ante las personas enfermas de SIDA o portadoras del VIRUS

En las informaciones anteriores, se ha analizado qué es la enfermedad, cómo se transmite, cómo no se transmite, cuáles son las actividades de riesgo y qué precauciones hay que tomar para no contraerla.

Como se indicaba en la introducción del material, el hecho de que la transmisión del virus esté relacionada con la sexualidad, la homosexualidad y la drogadicción puede ocasionar ocultamientos o falseamientos inconscientes del problema. Es muy importante el intentar tratar estos aspectos con una actitud seria y carente de prejuicios. Habrá que tener en cuenta que, en un futuro, podrán darse más casos de SIDA o de portadores (aunque los últimos datos hablan de que la propagación de la enfermedad se está reduciendo) y que toda la sociedad deberá plantearse convivir con las personas afectadas ya sea en el trabajo, en las escuelas o en su vida social.

Hay que insistir en la necesidad de **no marginar** a las personas afectadas, pues no existe riesgo alguno de contagio ocasional y estas personas necesitarán ayuda, apoyo y comprensión para sobrellevar su enfermedad.

Una sociedad democrática debe actuar integrando a las diferentes personas que la componen, comprendiendo sus especiales características, en lugar de excluirlas por prejuicios o falta de información.

Toda la orientación docente debe ir encaminada en esta línea, tanto en relación con el alumnado como de toda la comunidad escolar y social en su conjunto.



ACTIVIDADES

- Efectuar dramatizaciones en las cuales el tema central sea la noticia de que un compañero o compañera ha contraído el SIDA.
- Simular las diferentes posturas que la sociedad puede tomar frente a un compañero/a (laboral, amigo, familiar) que haya contraído la enfermedad. Enfrentarlas e intentar detectar los prejuicios que se han producido para contrarrestar las causas.
- Realizar un archivo de prensa con las noticias que han ido apareciendo sobre los casos conocidos de enfermos de SIDA y analizar críticamente las diferentes actitudes manifestadas por la colectividad.
- Para esta actividad, donde hubiera programas de Prensa y Escuela, se podría trabajar conjuntamente el tema.
- Obtener cifras actualizadas sobre las personas afectadas por el VIRUS o la enfermedad del SIDA, analizar la incidencia social comparándola con otras causas de mortalidad producidas por el tabaquismo, alcoholismo, cardiopatías, accidentes de tráfico, laborales, etc.

- Analizar críticamente el alarmismo producido por la infección del VIRUS del SIDA en comparación con otro tipo de causas de mortalidad.
- Realizar actividades sobre la higiene general de las personas, de las familias, lugares públicos etc.: encuestas, entrevistas, etc.
- Realizar una campaña informativa, para todo el Centro Escolar, sobre qué es la enfermedad, cómo se contrae y qué medidas preventivas hay que adoptar ante la propagación del VIRUS. Evaluar la eficacia de las campañas realizadas mediante encuestas posteriores al alumnado y profesorado receptor del mensaje.

**El Sida se puede prevenir.
No debe ser motivo de marginación.
No cambies tu vida por el Sida.**



 Ministerio de Educación y Ciencia
 Ministerio de Sanidad y Consumo