



### Palabras del Vocabulario

- Sistema Inmunológico
- VIH
- SIDA
- Prueba anónima
- Prueba confidencial

## Aprendamos sobre el VIH/SIDA

Millones de personas alrededor del mundo mueren de SIDA cada año. No importa de dónde venimos o a dónde vayamos, el VIH/SIDA puede estar a la vuelta de la esquina. Depende de nosotros protegernos de enfermedades como ésta. Así que, vamos a hacer algo sobre esto. Vamos a aprender cosas básicas. ¿Qué es el VIH/SIDA? ¿Cómo puedes enfermarte? ¿Cómo puedes protegerte de esto? ¿Cómo saber si lo tienes? Vamos a empezar con...

### ¿Qué es el VIH/SIDA?

Muchas personas confunden el VIH con el SIDA. Piensan que quieren decir la misma cosa. Sin embargo, no son la misma cosa. El **VIH** es un virus que causa el SIDA. **SIDA** es la etapa final de la infección del VIH.

**VIH** quiere decir **V**irus de **I**munodeficiencia **H**umano. Cuando el virus del VIH entra al cuerpo, la persona empieza a perder la habilidad para pelear las infecciones. ¿Por qué? Por que el virus ataca el sistema inmune de la persona. Al crecer y multiplicarse el virus el cuerpo se hace cada vez más débil.

**SIDA** quiere decir **S**índrome de **I**mmuno **D**eficiencia **A**dquirida. El SIDA pasa cuando la persona que tiene el VIH se pone muy enferma. A la persona le dan muchas enfermedades distintas a la vez. Estas son muy difíciles de tratar.

Una vez que la gente tiene VIH/SIDA, lo tendrán por el resto de sus vidas.

### ¿Cómo las personas se enferman de VIH?

El virus del VIH vive en los fluidos del cuerpo. Los fluidos del cuerpo son la sangre, el semen, los fluidos de la vagina y del ano, y la leche materna. Estos líquidos pueden llevar el virus del VIH de una persona a otra. ¿Cómo puede pasar esto? Estas son las maneras en que puedes enfermarte de VIH:

- Tener sexo vaginal, oral o anal con una persona que tiene VIH sin protección. (sin protección = sin usar un condón)
- Usar una aguja infectada con VIH para inyectarse drogas, vitaminas o hacerse un tatuaje.
- Pasar el virus a través de la leche materna, de la madre al bebé.

El virus del VIH NO se puede pasar de una persona a otra de estas maneras:

- Si la persona que tiene el virus estornuda o tose cerca de ti.
- Si la persona que tiene el virus te abraza, o te saluda de mano.
- Si la persona que tiene el virus comparte el mismo baño contigo.
- Si la persona que tiene el virus comparte los mismos cubiertos contigo.

### ¿Cómo me puedo proteger del VIH?

La mejor manera de protegerte es practicando el sexo seguro. Aquí hay algunas ideas:

P  
A  
R  
A  
  
T  
U  
  
S  
A  
L  
U  
D

- **Ten sexo solamente con una persona.** Asegúrate de que esa persona sólo tenga sexo contigo.
- **Limita tus parejas sexuales.** Mientras tengas menos parejas sexuales, tendrás menos riesgo de que te infectes con VIH.
- **Limita el uso de alcohol u otras drogas.** Las personas que usan drogas o toman alcohol tienen más posibilidades de tener sexo sin usar condón.
- **No compartas agujas u otro equipo.** Cada vez que alguien comparte una aguja, está a riesgo de ser infectado con VIH.
- **Practica sexo seguro.** Usa condones cada vez que tengas sexo.

## ¿Cómo puedo saber si tengo VIH?

Necesitas hacerte una prueba de VIH para saber si tienes el virus. Para que te hagan la prueba **TIENES** que pedir la prueba. Los doctores **NO** hacen esta prueba durante un chequeo regular. Las clínicas ofrecen dos tipos de pruebas: anónima y confidencial. Pregúntale a tu doctor sobre hacerte la prueba.

### Vocabulario y Definiciones Aprendamos sobre el VIH/SIDA

Sistema inmune:	Es el sistema de defensa de nuestro cuerpo. Ayuda a pelear las enfermedades.
VIH:	Es el virus que causa el SIDA. Este virus ataca el sistema inmune. Esto no permite que el cuerpo pueda pelear diferentes enfermedades. Las letras VIH significan: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Virus</b> - es el tipo de germen que causa el SIDA.</li> <li>○ <b>Inmunodeficiencia</b> - el sistema inmune de una persona infectada es débil.</li> <li>○ <b>Humano</b> - el virus del VIH sólo afecta a los humanos.</li> </ul>
SIDA:	Es la etapa final de la infección del VIH. Cuando una persona tiene SIDA eso quiere decir que el virus ha debilitado el sistema inmune al punto que el cuerpo no tiene casi defensas. En esta etapa, la persona puede desarrollar muchas enfermedades y puede morir. Las letras VIH significan: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Síndrome</b> - el SIDA es más que una sola enfermedad.</li> <li>○ <b>Inmuno</b> - afecta al sistema inmune.</li> <li>○ <b>Deficiencia</b> - el sistema inmune está débil.</li> <li>○ <b>Adquirido</b> - el virus sólo se pasa de una persona a otra.</li> </ul>
Prueba anónima:	Cuando te haces una prueba del VIH, <b>NO</b> necesitas dar ninguna información personal. Los resultados de tu prueba tendrán un nombre diferente o un número, pero no tu información personal.
Prueba confidencial:	Cuando te haces la prueba del VIH, la clínica te pedirá tu información de contacto. La clínica no la compartirá con nadie, a menos que sea médicamente necesario.



### ¿Quieres saber dónde te puedes hacer la prueba del VIH?

Llama a Una Voz para la Salud al:  
1-800-377-9968



# Aprendamos sobre el VIH/SIDA

## Hoja de Práctica

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

➤ ¡Leamos!

Pedro es un trabajador del campo que ha estado lejos de su familia y amigos por 3 años. Él viaja mucho y nunca se queda en el mismo lugar por más de 4 meses. Para él, este estilo de vida ha sido muy duro. Se siente muy solo y ha tomado malas decisiones durante este tiempo. Ha estado tomando alcohol y usando drogas con algunos amigos. Ha tenido sexo con muchas mujeres y algunas veces no ha usado el condón. Él no se siente bien, y se da cuenta que necesita ir al doctor para saber qué le está pasando.

1. ¿Crees que Pedro puede enfermarse de VIH? ¿Por qué?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. ¿Cómo puede saber Pedro si tiene VIH?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. ¿Qué puedes hacer tú para protegerte del VIH?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

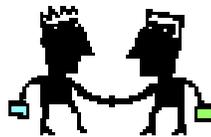
➤ ¿Cuál de estas cosas puede ponerte en peligro de enfermarte de VIH? Marca sólo una.



Abrazar



Hacerse un tatuaje



Tomarle la mano



Compartir el baño

➤ ¿Verdadero o falso? (Actividad Auditiva)

Escucha las instrucciones de tu instructor cuidadosamente.

¿Verdadero o falso?

Oración	Verdadero	Falso
1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Aprendamos sobre el VIH/SIDA  
Examen de entrada y  
evaluación del taller

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

1. ¿Qué es el VIH? ¿Qué quiere decir?

---

---

---

---

2. ¿Qué es el SIDA? ¿Qué quiere decir?

---

---

---

---

3. ¿Cómo se enferma la gente de VIH?

---

---

---

---

4. ¿Qué necesita hacer usted para protegerse del VIH?

---

---

---

---

5. ¿Cómo puede saber si usted tiene VIH?

---

---

---

---

Plan de la Lección

Aprendamos sobre el VIH/SIDA

Materiales necesarios	Copias	Tiempo estimado
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pizarrón blanco y marcadores</li> <li>Lápices</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La lección “Aprendamos sobre el VIH/SIDA”</li> <li>Hoja “Actividad auditiva”</li> <li>Hoja de práctica</li> <li>Examen de entrada y evaluación del taller</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Hora</li> </ul>

**NOTA PARA EL INSTRUCTOR:** Para ajustar el nivel de lenguaje y de las experiencias educativas de los participantes, las actividades orales y/o en grupos se pueden substituir por la lectura, la escritura, práctica de habilidades, y el examen de entrada y evaluación del taller.

Elementos	Actividades	Notas
<b>Preparación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Introduzca el tema Tiempo: 5 minutos</li> <li>Haga el examen de entrada Tiempo: 5 minutos</li> <li>Presente el vocabulario nuevo Tiempo: 5 minutos</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>¿Han escuchado hablar del VIH/SIDA? ¿Qué han escuchado?</li> <li>¿A quién le puede dar VIH?</li> <li>¿Cómo le puede dar a una persona VIH?</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reparta el examen de entrada y pídale a los estudiantes que se lo devuelvan al terminar.</li> <li>Escriba las palabras del vocabulario en el pizarrón y pídale a los estudiantes que las lean en voz alta. Pregúnteles a los estudiantes si saben lo que ellas significan. Deles las definiciones (use la lección “Aprendamos sobre VIH/SIDA”).</li> </ul>
<b>Instrucciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lea la lección “Aprendamos sobre VIH/SIDA” Tiempo: 10 minutos</li> <li>Identifique las palabras del vocabulario en la lectura Tiempo: 5 minutos</li> <li>Revise <i>la hoja de práctica</i> con los estudiantes y pídale que la completen Tiempo: 25 minutos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El instructor dirige la lectura guiada del tema. Los estudiantes identifican las palabras del vocabulario al circularlas en la lectura.</li> <li>El instructor distribuye la hoja de práctica y la revisa con los estudiantes. El instructor debe darles a los estudiantes 10 minutos para que respondan a las dos primeras actividades.</li> <li>Una vez que los estudiantes completen las actividades 1 y 2, el instructor revisa sus respuestas.</li> <li>Para la actividad 3, use la hoja para la “Actividad auditiva” y siga las instrucciones especificadas.</li> </ul>
<b>Evaluación del concepto</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Haga el examen de evaluación del taller Tiempo: 5 minutos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes deben completar el examen de evaluación del taller.</li> </ul>

Actividad auditiva  
Aprendamos sobre el VIH/SIDA

---

**Actividad para la comprensión auditiva**  
**¿Verdadero o falso?**

**Propósito:** Practicar la comprensión al escuchar

**Tiempo:** 10 minutos

1. Dígale a sus estudiantes que en esta actividad ellos practicarán su habilidad de comprender al escuchar.
2. Dígales que usted va a leer 5 oraciones en voz alta.
3. Dígales que después de que termine de leer cada oración, ellos necesitan responder si la declaración es verdadera o falsa marcando el círculo apropiado.
4. Al final, revise las respuestas de los estudiantes para asegurarse de que están correctas. Si algunos estudiantes no tienen las respuestas correctas, invite a otros estudiantes a participar en la discusión hasta que la información se clarifique.

¿Verdadero o falso?

Oraciones	Verdadero	Falso
1) El sistema inmune nos ayuda a combatir las infecciones.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2) El virus del VIH no ataca nuestro sistema inmune.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
3) El virus del VIH puede vivir en la sangre, en el semen y en los fluidos vaginales.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) Si usas el condón correctamente, no te protegerá contra el VIH.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
5) La única manera de saber si tienes el VIH es haciéndote la prueba del VIH.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>