

VIH, ITS, hepatitis

Libro para colorear



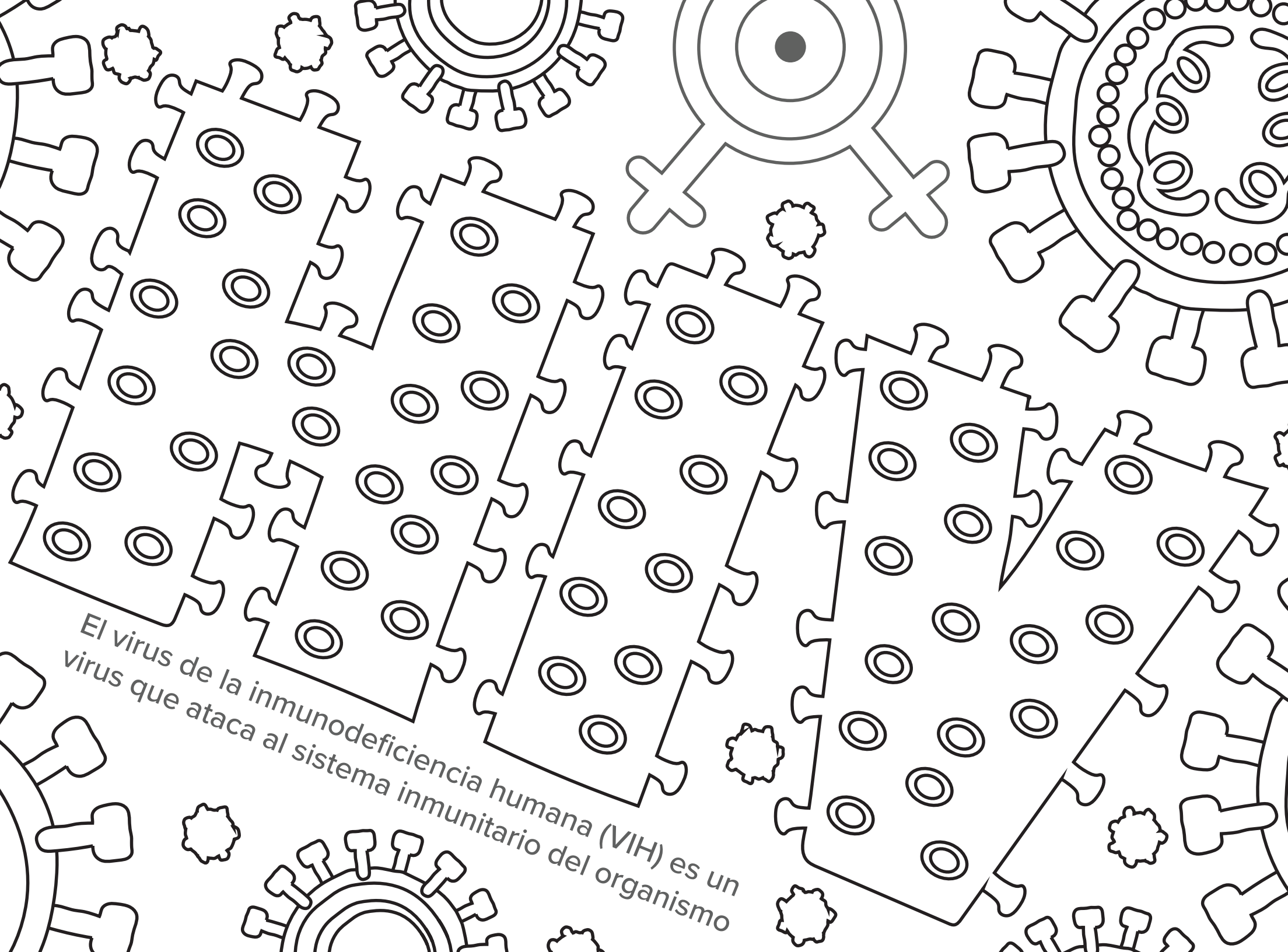
Bienvenidos al libro para colorear sobre VIH, hepatitis e ITS.

Colorear es para todos y este libro especial para colorear tiene muchos usos posibles. Puede ser utilizado por participantes de cursos de formación profesional sobre VIH, hepatitis e ITS como recurso de autocuidado. También puede ser utilizado por estudiantes mayores como parte de un plan de estudios sobre salud y por adultos. Está demostrado que colorear reduce el estrés y la ansiedad y mejora la concentración en adultos y jóvenes. Sabemos que los cursos de formación sobre el VIH, la hepatitis y las ITS pueden provocar ansiedad. Por eso, hemos creado este libro para colorear con el fin de ayudar a los participantes a relajarse y concentrarse para que puedan ser lo más participativos posible. Colorear relaja el centro del miedo del cerebro: la amígdala. Colorear induce el mismo estado que meditar. Promueve la atención plena y genera tranquilidad. Colorear también mejora la concentración. El acto de colorear requiere concentración, pero no tanta como para ser estresante. Permite dejar todo de lado y vivir el momento. ¿Y la mejor parte? No hace falta ser un artista experto para colorear. Al colorear, por ejemplo, ganglios linfáticos o patógenos, estás realizando un aprendizaje pasivo sobre el VIH y las ITS, ¡solo tienes que elegir el color de tu preferencia y poner manos a la obra! Sin presión, sin estrés. Cualquiera puede utilizar el libro para colorear sobre VIH, hepatitis e ITS para ponerse en tema y concentrarse durante una actividad de aprendizaje, para aprender sobre el VIH, la hepatitis o las ITS, o simplemente para divertirse.



Pathogens

Un patógeno es un germen que se puede propagar de una persona a otra y puede causar enfermedades. Un patógeno puede ser un virus o una bacteria.



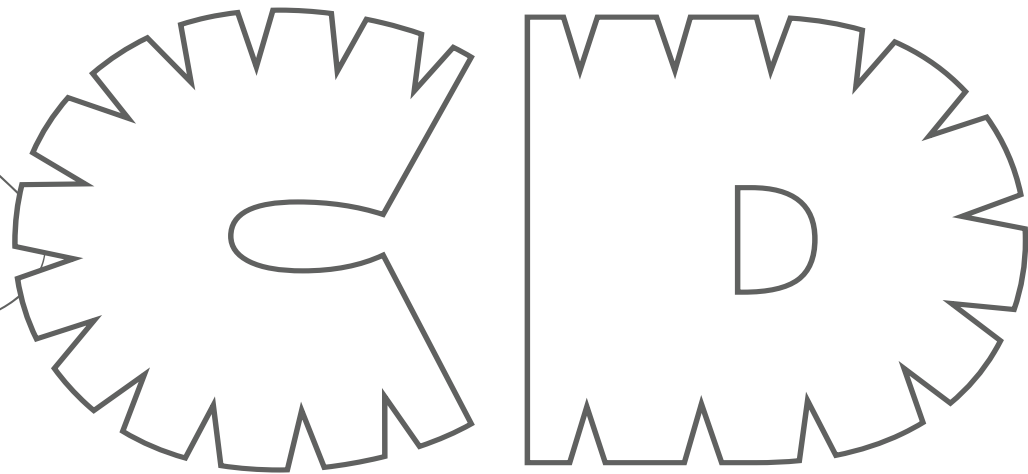
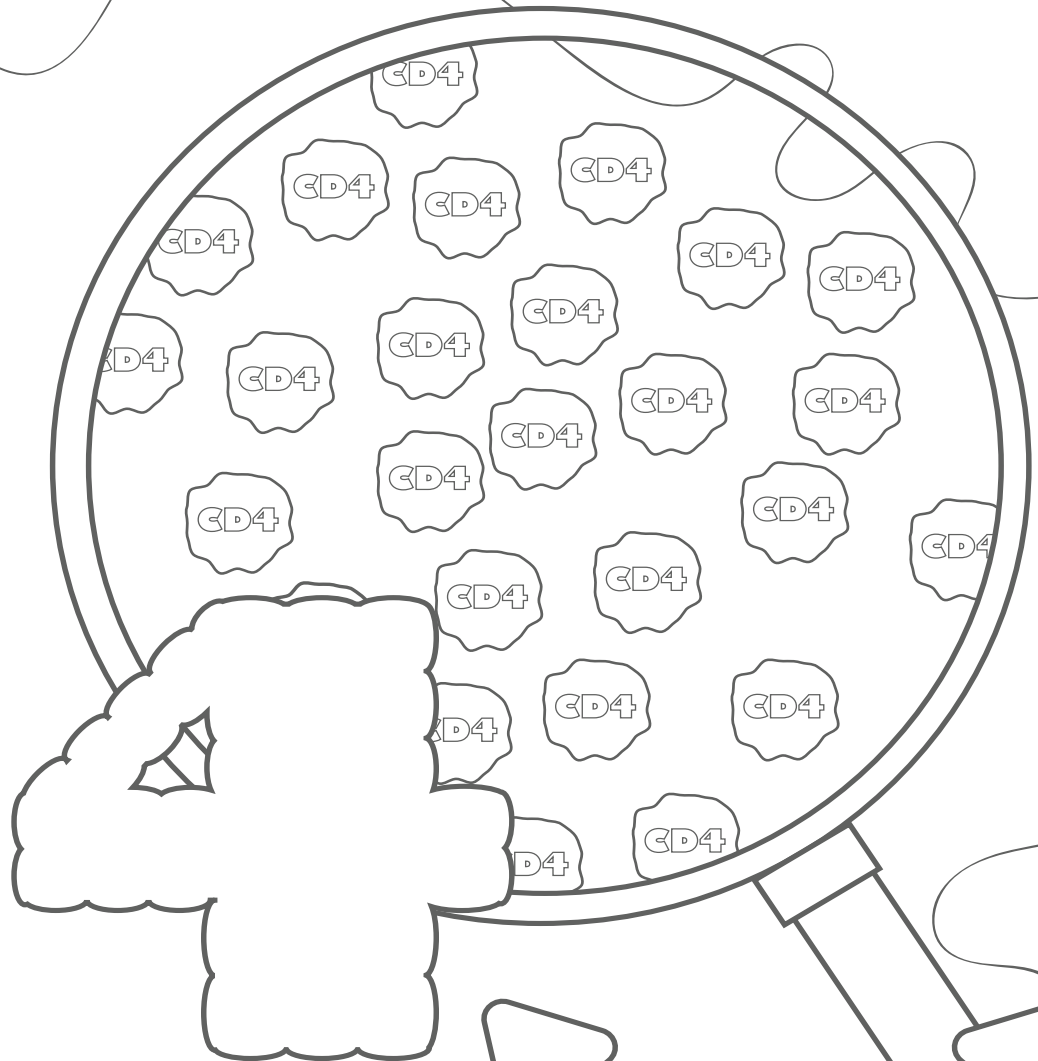
El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es un virus que ataca al sistema inmunitario del organismo



AIDS

El síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) es una enfermedad crónica potencialmente mortal causada por el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH). Al dañar el sistema inmunitario, el VIH interfiere en la capacidad del organismo para combatir infecciones y enfermedades.

Las células CD4 son un tipo de glóbulos blancos que tienen un rol importante en el sistema inmunitario del organismo. El VIH ataca y mata a las células CD4. El recuento de CD4 es una prueba de laboratorio importante que se utiliza para controlar la salud de las personas con VIH. Un recuento normal de CD4 es de 500-1,200 células/ml.



CELLS



Cuanto mayor es este recuento, más fuerte es el sistema inmunitario.

Ganglios linfáticos del cuello (cervicales)

Ganglios linfáticos de la axila (axilares)

Lymph nodes

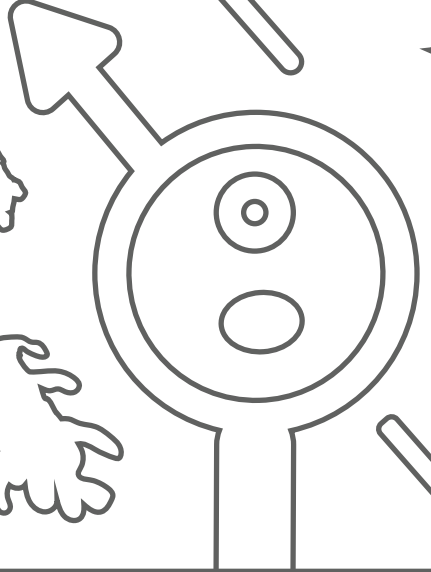
Ganglios linfáticos de la ingle (inguinales)

Los ganglios linfáticos son pequeñas glándulas que filtran la linfa, el líquido transparente que circula por el sistema linfático. Se inflaman en respuesta a infecciones y tumores. La inflamación de los ganglios linfáticos se puede producir a los pocos días de contraer una infección por VIH.



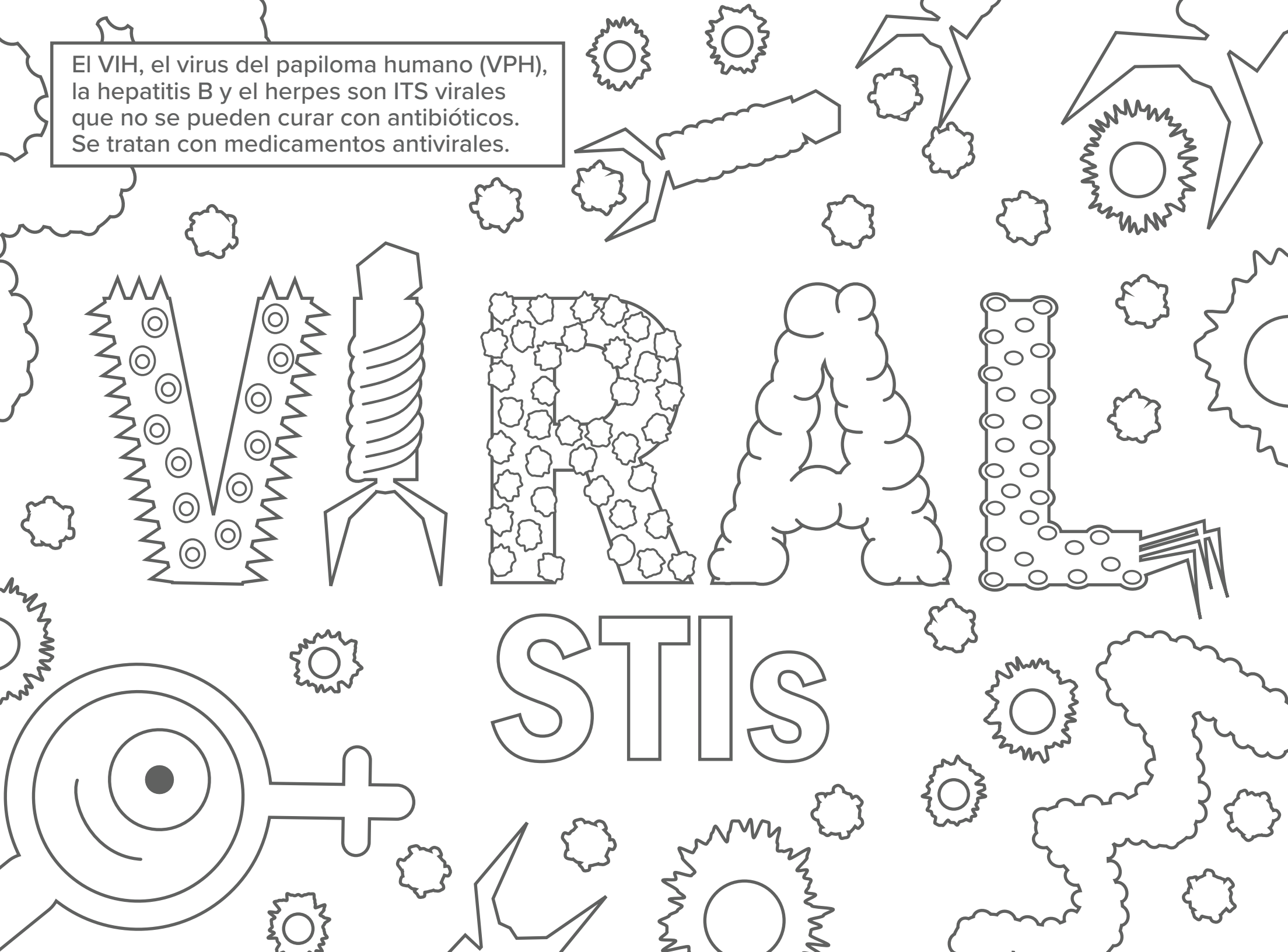
B

STI
EP

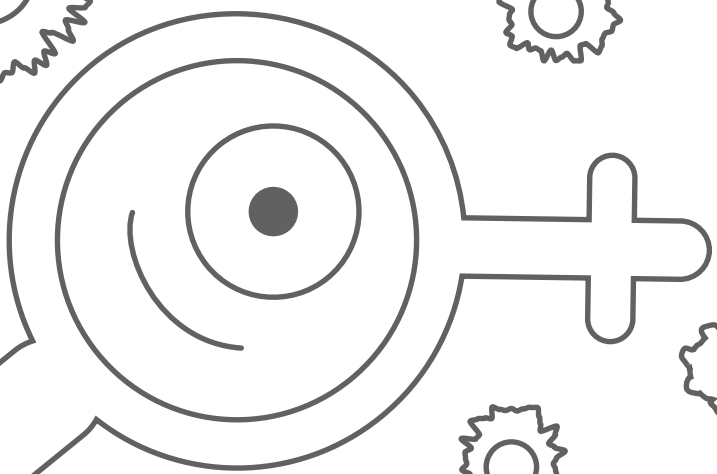


Las ITS bacterianas (infecciones de transmisión sexual), como la gonorrea, la sífilis y la clamidia, se pueden CURAR eficazmente. Especialmente si se diagnostican a tiempo.

El VIH, el virus del papiloma humano (VPH),
la hepatitis B y el herpes son ITS virales
que no se pueden curar con antibióticos.
Se tratan con medicamentos antivirales.

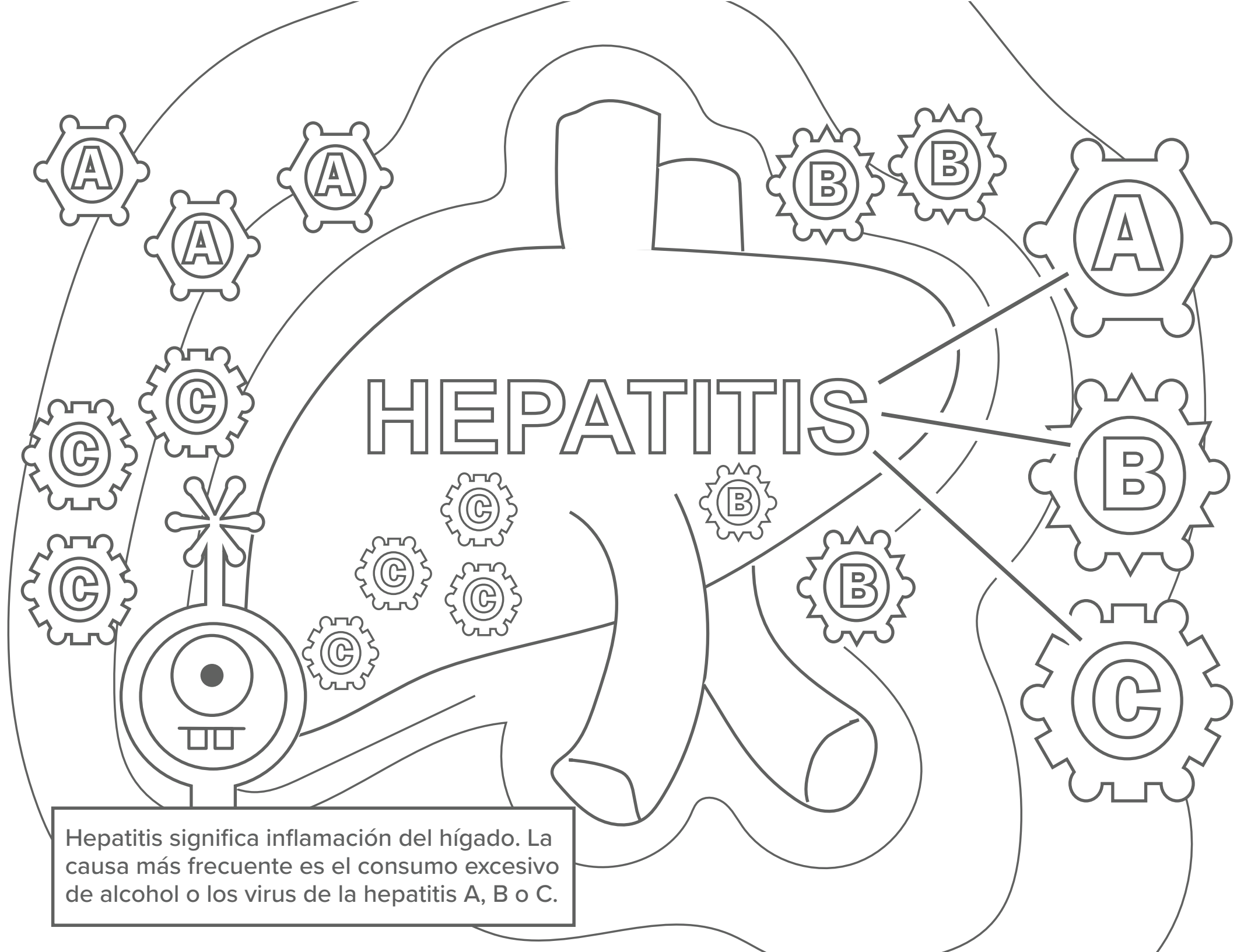


STIS



HEPATITIS

Hepatitis significa inflamación del hígado. La causa más frecuente es el consumo excesivo de alcohol o los virus de la hepatitis A, B o C.

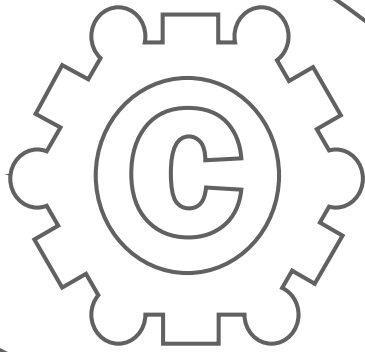


CADENA DE INFECCIÓN POR HEPATITIS C

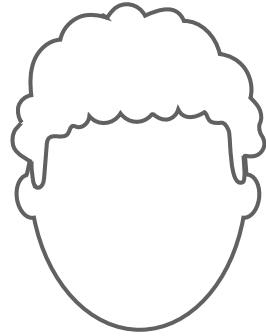
Huésped susceptible

ANYONE

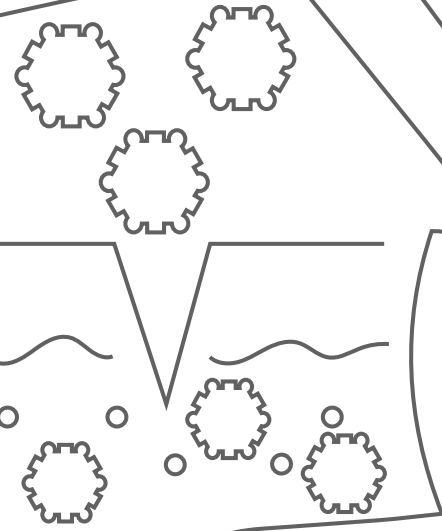
Patógeno/ hep C



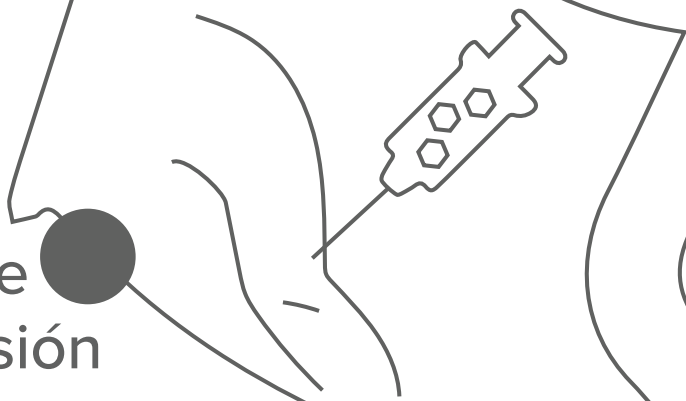
Persona con hepatitis C



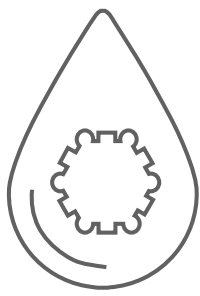
Portal de entrada



Modo de transmisión



Portal de salida

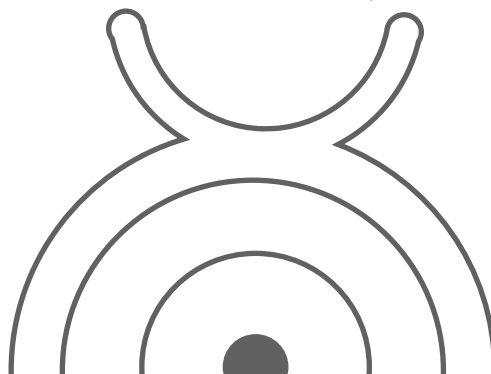


¿Qué significa para ti “salud sexual”?

Aprender a
evitar el VIH
y las ITS

Evitar el
embarazo

Hablar con tu
madre/padre o
con un adulto de
confianza

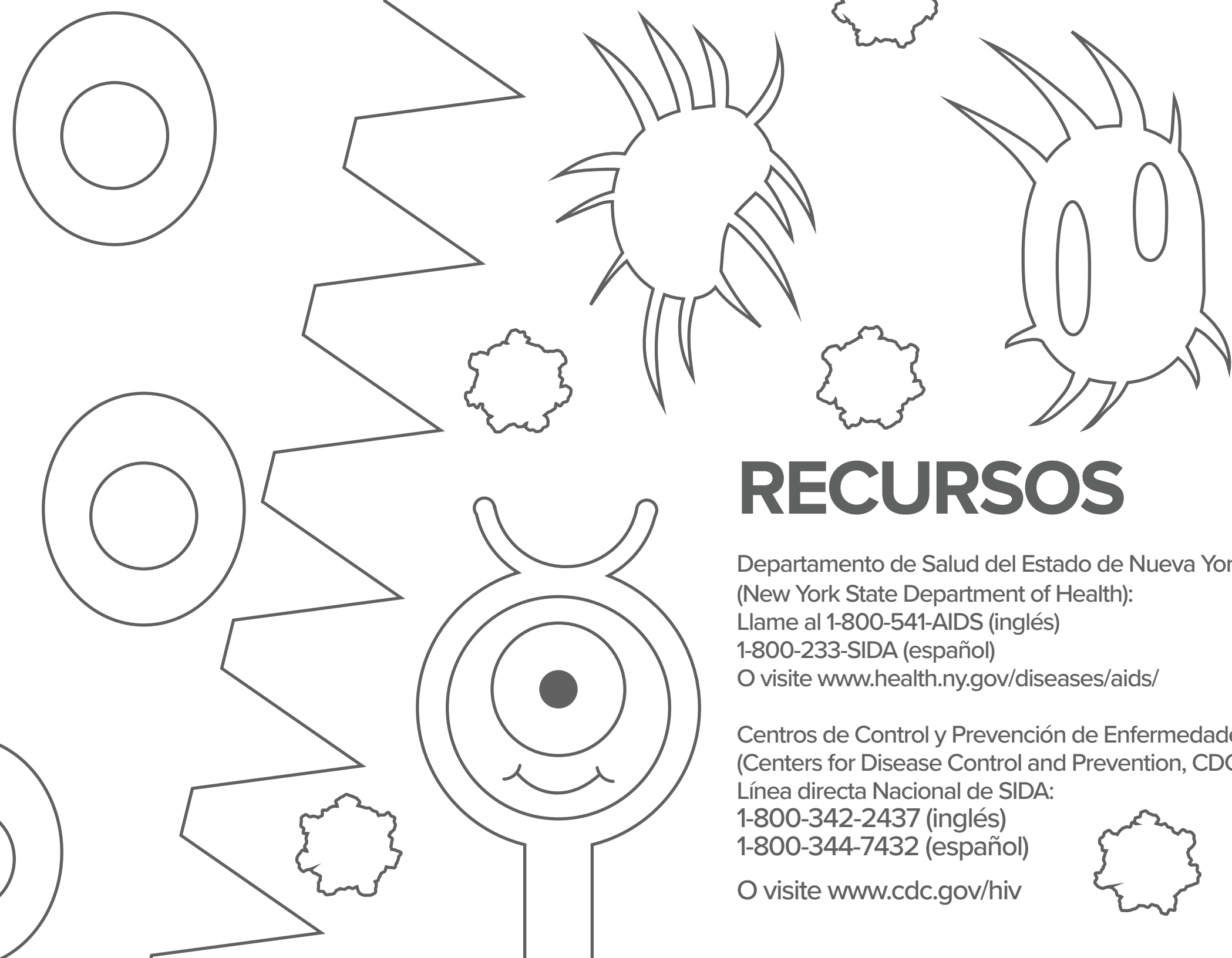


Tener buena salud sexual implica: comprender que la sexualidad es una parte natural de la vida; poder experimentar placer sexual y tener intimidad cuando se desee; poder experimentar placer sexual y tener intimidad con consentimiento; poder conversar sobre tópicos de salud sexual con otros, lo cual incluye a parejas sexuales y proveedores de atención médica; respetar los derechos de salud sexual de los demás; evitar embarazos no deseados; detectar ITS y recibir tratamiento, si es necesario; tener acceso a información, educación y atención de salud sexual.





Muro de garabatos - Crea el tuyo



RECURSOS

Departamento de Salud del Estado de Nueva York
(New York State Department of Health):
Llame al 1-800-541-AIDS (inglés)
1-800-233-SIDA (español)
O visite www.health.ny.gov/diseases/aids/

Centros de Control y Prevención de Enfermedades
(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)
Línea directa Nacional de SIDA:
1-800-342-2437 (inglés)
1-800-344-7432 (español)
O visite www.cdc.gov/hiv

