



**RI NZAKI M'UI
JA HARI HYE**

**TU VIDA ESTÁ
EN TUS MANOS**

PROTÉGETE DEL VIH/SIDA



COMISIÓN NACIONAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
M É X I C O

Primera edición: agosto, 2009

**D. R. © Comisión Nacional
de los Derechos Humanos**

Periférico Sur 3469,
esquina Luis Cabrera,
col. San Jerónimo Lídice
C. P. 10200, México, D. F.

RÄ TESTE TS'OHYENI (VIH/Sida) N'E RA TS'UTUI UENDA JÄ'I

Te rä b'ë ä nteste ts'ohyeni (VIH) sida

RÄ sida (teste ts'o hyenjäi) gen'i n'a rä nzakändu muj ge kut'i ha rä ndoy'o ya jä'i xi tekuä ra nzaki, ko rä zar ä zu'e ra thuhurä virus, ge njabu nu'ä rä za rä hyeni dä japi ma n'a dä nts'edi njani dä hyo rá jä'i.

Nunä teste Ts'ohyeni jä'l (sida) fudi ko vih hinte ma ñ'ethi othe rä dath'i.

Hänge njabu gatho yä jä'l dä nts'uni ko ngen'a hyeni (VIH).

Hänja teste n ä ts'ohyeni (VIH)

Nunä tso'hyeni (VIH) di nthoshti ngeth'o nub'u:

—Nuyä nthätjäi indi ns'u korä y'oui.

—Nub'u nu rä b'ehyä di y'u ko nuna ts'o hyeni (VIH) njabu dä m'u ra bätsi.

—N'e nge'ä drä situi rä ji, ko nuna ts'o m'oñ'ethi.

Ngu nthandi nyabu teste nuna ts'o hyeni (VIH), sipi n'ehe rä nthokä ma ts'uni.

Nuna ts'ohyeni (VIH) ingi teste ngeth'o gi zenigua rä dath'i jä'i (VIH) n'i ngeth'o gihufi, nikorä jin'i ngeth'o dä

ntutsi, nixi njabu n'éhé ngeth'ó dä ntsi n'aduū ra mohi, ha dä hyi da nthuki, dä ñ'ahä n'aduū rä n'aduū rä tsaya ge njabu ko ra mihi oth'ó ra udum'uj gä nteste.

Hanja gä nsuhj ko nu na ts'ó hyeni (VIH)

Ge'ä dä thaki rä nth'otsi nu na ts'ó hyeni (VIH), ot'ä räb'edi:

- Dä thuts'i ränt'ó rä ponpit'i, nub'uj dä m'eni n'aduū.
- Nub'uj oth'ó rä ntó rä ponpit'i, hindä m'eni n'aduū ni yä b'ehña di ñ'uj dä nza harä ngu t'othe, ge'ä drä thandi b'uj petsi rä ts'ohyeni (VIH).
- B'uj drä ju nu yä montsutñ'ethi diä ray'ó, hindä yopa ju, ni xi drä yoho ko mä r'a. Nu yä ntheki pa yä nt'äxi ge'uj pa n'atho rä jä'i, ingi ho rä ny'oho ko ma r'a.

T'OT'Ä NT na nuna ts'ó hyeni (VIH prueba) NSUKÄNFENI

Xä nja rä m'i ki: xkä tho rä nts'uni ko rä nthotsi na ts'ó hyeni (VIH) ne gi ot'ä n'arä nsukanfeni nt'othe (VIH).

B'uj gi ot'ä rä nsukÄNFENI nt'othe (VIH) thogi ha rä ngu nt'othe ge'ä gi adi. Ingi njut'i, ko ri paha ge'ä n'ene hinto dä bädi.

Nuyä paya nuna ts'ohyeni (VIH) gen'ä n'a rä uñä ingi haki, nuna ugi nsoka di nt'othe ko na ya thatñ'ethi. Nua

m'onda yä nt'othe t'umbäbi nuyä jä b'ü ko rä (VIH/Sida) hinte jut'i.

B'ü gin e drä t'ot'ai n'a rä nsukndoy'o, b'ü gi b'ui ko ra VIH/Sida ot'ä rä b'edi gi pädi ge ja ri ts'uuenda jä'i.

TS'UTUENDA JÄ'I (derechos humanos y VIH/Sida)

1. Ngu njabu ko ma ra yä jä'i petsi rä VIH gehyü da met-si yä nts'utuenda niahyoni.
2. Dä m'ui k ora ts'ohyeni VIH, hingä rä ndumui ga nts'ante, ni n'ä.
3. Hinto drä japi dä y'oth'a rä nt'ani bu petsi rä ts'ohyen'i (VIH) ni xi dä mä b'ü b'ui ko nge'ä, nu na nt'ani drä t'ot'e de gä paha.
4. B'ü gin e gi ot'e rä nsuk doyo, gi petsi rä ts'uuenda dra xi'i hänja, nuyä juadi hintorza drä si pi, dä bädi, ne drä t'a'asehe ko ya ja'i.
5. Nu b'ü ri mponi ga ntsukbáinzaki ge'ä riuenda gi häni yä nfats'i hoganfeni, ha njabu gi b'ui xä hyo.
6. Rä nt'ot'e rä nsukb'ai nzaki VIH, hinge ngeth'o pa dä t'othe'i, pa gi tsu rä b'efi, pa gi nthäti, pa gi ma rä ngu nsadi, ge njani n'ehe gi petsi mä r'a nfats'i.
7. Ri te ko rä VIH (ts'ohyeni) hingä ko ngen'i da th'ä k'ä'i mä ra yä nfats'i gä nt'othe, dra ju'ä'i ha ri b'e fi, drä b'oni'i ha rä nsandi, dra ju'i ha na rä m'ui, drä thak'a'i gi hyo habu gine ha nuna dänhai M'onda pa gi poni o gi ku t'i.

8. Nuna nhyeni ts'ohyeni VIH ko ngen'i hingi tsa drä ts'am'ai, dra t'äk'ai njabu n'ehé ingi tsa drä t'ek'ai.
9. Ko nunä ts'ohyeni VIH hintotsa da hñak'ai giñ'oui n'a rä jäi gi ho.
10. Ngu ngath'o yä jä'i, gi petsi ri tsutuenda ri nfaxui ma ra, gi petsi ma ra yä nko hi ko nu'ü yä ngu ts'utui gi ne.
11. Gi petsi rä ts'uuenda gi häni gi mä, gi honi yä nfädi strähyo de nu'ä ja mä payä de nuna t'sohni VIH/ Sida.
12. Gi petsi ri nsukuenda ngu gi ne ya hogänt'othe, ko nu'ü yä hogä hyothete, ha drä thant'äl xä hyo ge njabu n'ene drä su mats'uni dri thog ntini dri thogi ntini ga nt'othe.

VIH/SIDA Y DERECHOS HUMANOS

Qué es el VIH/Sida

El sida (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) es una situación de salud en la cual el organismo humano se encuentra gravemente bajo de defensas a causa de un virus, de manera que cualquier enfermedad puede afectarlo o, incluso, terminar con su vida.

El sida es causado por el VIH (virus de inmunodeficiencia humana), que afecta al sistema de defensas del organismo humano que nos protege de las enfermedades.

Por eso, todas las personas debemos protegernos contra el VIH.

Cómo se transmite el VIH

El VIH sólo se transmite por las siguientes vías:

- Por tener relaciones sexuales sin protección con una persona con VIH.
- De una mujer embarazada con VIH al producto en gestación.
- Por transfusión de sangre con VIH o por compartir jeringas contaminadas.

Éstas son las únicas formas de transmisión del VIH. También se les llama prácticas de riesgo.

El VIH NO se transmite por saludar a una persona VIH, ni por abrazarlo, o por medio de la saliva o los besos, ni por el sudor o las lágrimas. Tampoco por compartir platos, baños, camas, ni ninguna forma de contacto casual.

Cómo protegernos del VIH

Para evitar la transmisión del VIH es necesario:

- Usar condón durante las relaciones sexuales.
- Si no hay condones, se deben tener relaciones sexuales sin penetración.
- Las mujeres embarazadas deben acudir al médico y hacerse la prueba del VIH.
- Siempre que se usen jeringas deben ser nuevas y desechables y nunca deben reutilizarse ni compartirse. En cuanto a otros instrumentos punzo cortantes (por ejemplo los rastrillos para afeitarse) deben ser de uso personal y nunca compartirlos.

La prueba del VIH

Si has estado expuesto a la transmisión del VIH en una práctica de riesgo es recomendable que te realices la prueba del VIH.

Para hacerte la prueba del VIH acude a tu centro de salud para solicitarla. Es gratuita, voluntaria y confidencial.

Hoy en día, el VIH es una enfermedad crónica y controlable por medio de medicamentos indicados. En México los tratamientos y la atención médica para las personas que viven con VIH son gratuitos.

Si decides realizarte la prueba, o si vives con VIH o sida, es importante que sepas que éstos son tus derechos humanos:

Derechos humanos y VIH/Sida

1. Como cualquier otra persona en México y el mundo, las personas con VIH deben gozar de los derechos humanos fundamentales.
2. Vivir con VIH no debe ser motivo de discriminación de ningún tipo.
3. Nadie está obligado a someterse a la prueba de detección de VIH, ni a declarar que vive con VIH. La prueba del VIH es voluntaria.
4. Si decides realizarte la prueba, tienes derecho a recibir información. Los resultados deben manejarse de forma confidencial y entregarse de manera individual y por personal capacitado.
5. Si el resultado de tu prueba fue positivo, tienes derecho a recibir servicio de consejería o apoyo emocional para favorecer tu adaptación a la nueva situación.

6. La aplicación de la prueba del VIH no debe ser requisito para recibir atención médica, obtener empleo, contraer matrimonio, asistir a la escuela o tener acceso a servicios.
7. Vivir con VIH no puede ser considerado como causa para la negación de servicios de salud, despido laboral, expulsión de la escuela, desalojo de una vivienda o expulsión del país. Tampoco se te puede limitar el libre tránsito dentro del territorio nacional ni la salida del país ni el ingreso al mismo.
8. El VIH no debe ser motivo de detección, aislamiento o segregación.
9. Si vives con VIH nadie puede limitar tu derecho a ejercer la sexualidad libre y responsable.
10. Como todo ser humano, tienes derecho a asociarte libremente y afiliarte a las instituciones sociales o políticas que desees.
11. Tienes derecho a buscar, recibir y difundir información veraz, objetiva, científica y actualizada sobre el VIH/Sida.
12. Tienes derecho a servicios de salud oportunos y de calidad idónea; atención personal cálida, profesional y éticamente responsable, así como un trato respetuoso y un manejo correcto y confidencial de tu historial médico.

Si necesitas información sobre el VIH/Sida o tienes dudas llama:

TelSIDA

Del interior sin costo

01 800 712 0886 y 01 800 712 0889

Si consideras que tus derechos humanos han sido violados llama:

01 800 715 2000 (gratuito)

(55) 56 81 81 25

TRADUCCIÓN:

Emigdio Cornejo Chávez



COMISIÓN NACIONAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
M É X I C O

2009