

# Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.  
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

## ALINEACIÓN NSES:

Al final del quinto grado, los alumnos podrán:

**SH.5.CC.1** – Definir el VIH e identificar algunos métodos de transmisión apropiados para la edad, tanto como formas de prevenir su transmisión

**GRADO META:** Grado 5  
Lección 3

**TIEMPO:** 40 Minutos

## MATERIALES:

- Hojas grandes/ pizarrón
- Marcadores/ tizas
- Hoja para distribuir: “Hechos acerca del VIH” – una por alumno
- “Recursos del maestro sobre el VIH: <https://www.cdc.gov/std/spanish/vih/STDS-HIV-FS-Sp-July-2017.pdf>
- Clave de Respuestas: “Hechos acerca del VIH” – una copia para el maestro

## PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

Es útil para los alumnos tener un entendimiento básico del sistema inmune humano, cómo funciona, y el concepto de los gérmenes. El maestro debe también revisar el recurso del maestro incluido en la lección para asegurarse de que esta al día con la información de VIH y SIDA. Finalmente, el maestro también debe estar preparado para no discutir situaciones sexuales explícitas sino referir al alumno con tal pregunta a un adulto de familia.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al final de la lección los alumnos podrán:

1. Definir el VIH como un virus que debilita el sistema inmune y que se transmite a través de fluidos corporales. [Conocimiento]
2. Identificar por lo menos dos formas en que se puede transmitir el VIH. [Conocimiento]
3. Identificar por lo menos dos formas en que no se trasmite el VIH. [Conocimiento]
4. Identificar por lo menos una manera de prevenir la transmisión del VIH. [Conocimiento]
5. Identificar por lo menos un tratamiento para el VIH. [Conocimiento]

## PROCEDIMIENTO:

**PASO 1:** Inicie la actividad introduciendo la diferencia entre enfermedades transmisibles ty enfermedades no transmisibles.

Explique qué enfermedades transmisibles son enfermedades que una persona le puede dar a otra; o recibir de alguien más. Pida a los alumnos que levanten las manos para dar ejemplos de enfermedades transmisibles (unas respuestas pueden incluir la gripe, un virus del estómago, la influenza). Diga: “las enfermedades transmisibles son causadas por organismos pequeños o gérmenes que son transmisibles. Sin embargo, no toda infección, es transmisible. Después diga: “.las enfermedades no transmisibles son las que no se pueden pasar de una persona a otra”. Pida ejemplos de enfermedades o infecciones no transmisibles (Algunas respuestas pueden incluir apendicitis, un dedo infectado, el asma, cáncer). (3 minutos)

**PASO 2:** Diga a los alumnos que va a nombrar algunos problemas médicos que pueden tener las personas y que deben responder si son transmisibles o no. Pregunte:

## Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

- ¿Puedes adquirir un dolor de garganta de otra persona? (Sí)
- ¿Puedes adquirir las alergias de otra persona? (NO)
- ¿Te puedes enfermar de un hueso quebrado de otra persona? (NO)
- ¿Puedes adquirir piojos de otra persona? (Sí)
- ¿Puedes adquirir caries dentales de otra persona? (NO)

Pregunte a los alumnos si tienen alguna duda acerca de si cierta enfermedad es transmisible. Responda a las preguntas de los alumnos dando la respuesta correcta y explicando por qué (si no es transmisible, es causada por un germen no transmisible o no es causada por un germen). Si no está seguro, indíqueselo a los alumnos y diga que va a averiguarlo y hacérselos saber. (3 minutos)

**PASO 3:** Diga a los alumnos que hoy usted quiere hablar acerca de una infección transmisible en particular que se llama el VIH. Pregunte a los alumnos qué han escuchado del VIH. Mientras escribe en el pizarrón: “inmunodeficiencia humana”, diga: “el VIH es la abreviación para ‘Virus de inmunodeficiencia humana’. Este es un nombre muy grande, así es que vamos a desglosarlo un poco. ‘Humana’ significa que es una enfermedad de los humanos. No se puede contraer de una mascota o dárselo a una mascota. ‘Inmunodeficiencia’ son dos palabras juntas. ‘Inmuno’ se refiere al sistema inmune, o al sistema que nos capacita para luchar contra las enfermedades. Una ‘deficiencia’ se refiere a algo que hace falta, así es que básicamente el VIH es un virus, un organismo microscópico, que ataca nuestro sistema inmune y lo debilita haciendo más difícil para el cuerpo luchar contra otras enfermedades. El VIH es el virus que causa SIDA”. (5 minutos)

**PASO 4:** Diga a los alumnos que la forma en que normalmente evitamos que la gente adquiera un virus es vacunándolos. La vacuna es una inyección que dada a las personas las protege de adquirir una infección específica durante muchos años. Diga: “así como muchas personas se ponen la vacuna de la influenza, muchos niños se ponen una vacuna contra la varicela o el sarampión”. Explique que no hay una vacuna contra el VIH pero sí hay unos tratamientos efectivos, llamados terapias antirretrovirales que pueden reducir la posibilidad de transmitir el VIH a otros, que retardan el crecimiento del VIH en una persona y que prolongan la vida de personas que están viviendo con VIH. También existen tratamientos para las enfermedades que puede causar el VIH. Pero una vez que alguien tiene el VIH, no existe por el momento una forma de eliminarlo por completo el VIH del cuerpo, aunque, con tratamiento, las personas viviendo con VIH pueden tener una esperanza de vida normal. Como no hay vacuna para prevenir el VIH y no hay forma de eliminarlo después de que alguien ya este positivo, es muy importante saber cómo se transmite el VIH para que podamos evitar la transmisión o controlar el virus si nacimos con él”. (3 minutos)

**PASO 5:** Diga: “afortunadamente, es difícil adquirir el VIH. No es una infección fácil de transmitir como una gripe o la influenza. El VIH se encuentra en algunos fluidos corporales, como la sangre, y no en otros, como el sudor, las lágrimas, saliva u orina. El VIH solo se puede transmitir a través de la sangre, el semen o el fluido vaginal. Adicionalmente, se puede pasar por la leche materna si la persona está viviendo con VIH y dando de mamar a un infante”.

Diga: “es muy importante recordar que el VIH sólo se puede transmitir de una persona que tiene VIH. Si dos personas no tienen VIH, ninguno le puede pasar el VIH al otro”. (6 minutos)

**PASO 6:** Distribuya la hoja: “Hechos sobre el VIH”. Pida a los alumnos que trabajen en parejas para completar la hoja de trabajo. Permita 8 minutos para que lo hagan. Una vez

## Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

completada, repase las preguntas con la clase. Todas las respuestas son VERDADERAS. Para cada pregunta, provea la respuesta además de una explicación de por qué es verdadera. (Refiérase al guía de maestro con explicaciones). (16 minutos)

**PASO 7:** Diga a los alumnos: “ahora que saben que el VIH no es fácil de transmitir, podrían dar un ejemplo de qué se puede hacer con un amigo o miembro de familia que está viviendo con VIH que sería perfectamente seguro. Es decir, ¿qué no transmitiría el VIH?”. Provea los primeros ejemplos para que los alumnos entiendan lo que está preguntando. Diga: “por ejemplo, puedes abrazar a alguien que esta viviendo con VIH, le puedes dar un beso en la mejilla, y puedes compartir comida con ellos. ¿Quién puede dar otro ejemplo?”. (Las respuestas pueden incluir una gran serie de comportamientos incluyendo sentarse en el inodoro donde se ha sentado alguien viviendo con VIH, nadar en una piscina juntos, sentarse a la par de alguien que está viviendo con VIH, ir a clases con alguien viviendo con VIH, etc.) (3 minutos)

**PASO 8:** Finalice la lección diciendo: “el VIH es una infección seria y transmisible pero también es muy difícil adquirirla. Con tal de que sepamos cómo se adquiere y no se transmite, podemos protegernos y ser buenos amigos y miembros de familia con personas que conocemos quienes están viviendo con VIH o SIDA. Todas las personas tienen algún riesgo de VIH, y la única manera de asegurarse si alguien tiene el VIH es con un examen de laboratorio”. (1 minuto)

### **EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE RECOMENDADO AL CONCLUIR LA LECCION:**

La hoja de trabajo: “Hechos sobre el VIH” está diseñada para evaluar los objetivos uno, dos, tres y cinco.

Adicionalmente, a través del paso 8, el maestro puede evaluar el objetivo 4 y aún más la comprensión de los alumnos de la transmisión de VIH por sus respuestas a las formas de interactuar sin riesgo con las personas que tienen VIH.

### **TAREA:**

Ninguna.

### HECHOS ACERA DEL VIH (VERDADERO O FALSO)

**Instrucciones:** Escriba VERDADERO al lado de las declaraciones que son verdaderas y FALSO al lado de las declaraciones que son falsas.

1. No puedes adquirir el VIH estando en el mismo cuarto con alguien que está viviendo con VIH.  
**(Verdadero: el VIH no es transmisible por el aire).**
2. Hasta ahora, no hay vacuna para prevenir el VIH.  
**(Verdadero: Los investigadores están trabajando en una vacuna y probablemente habrá una en el futuro. Hay una inyección que una persona puede ponerse todos los días para que sea más difícil adquirir el VIH, pero no es una vacuna)**
3. El VIH no se trasmite a través de estornudos.  
**(Verdadero: El VIH no es transmisible por el aire por estornudar o toser)**
4. El VIH es una enfermedad transmisible.  
**(Verdadero: Pero no es fácil transmitirla)**
5. No puedes adquirir el VIH compartiendo una bebida.  
**(Verdadero: El VIH no se encuentra en la saliva)**
6. El VIH afecta el sistema inmunológico del cuerpo.  
**(Verdadero: El VIH ataca el sistema inmunológico y lo debilita, haciendo que sea más difícil luchar contra infecciones)**
7. SIDA y VIH son dos cosas diferentes.  
**(Verdadero: El SIDA ocurre cuando una persona con VIH se enferma porque su sistema inmunológico ya no puede luchar contra infecciones. Pueden pasar años, a veces hasta 10 años para que una persona con VIH desarrolle SIDA).**
8. Si tienes contacto con la sangre de alguien que NO tiene VIH, no puedes adquirir el VIH.  
**(Verdadero: El VIH solo se puede transmitir de una persona que ya tiene VIH. Si dos personas no tienen VIH, entonces ninguno puede transmitirlo al otro)**
9. Compartir la aguja/jeringa con alguien que tiene VIH y la usa para inyectarse drogas puede resultar en adquirir el VIH.  
**(Verdadero: Compartir agujas o jeringas para usar drogas con alguien que tiene VIH es una de las maneras más fáciles de adquirir el VIH. Dejar de inyectarse con drogas puede bajar la posibilidad de adquirir el VIH al igual que usar agujas nuevas estériles en vez de compartirlas. La única manera cierta de prevenir el VIH y otras ETS es a través de la abstinencia de la actividad sexual y del uso de drogas)**
10. Si alguien con VIH está sangrando, pueden transmitir el VIH a alguien más  
**(Verdadero: El VIH es transmisible por sangre infectada. La otra persona sin embargo tendría que cortarse su propia piel, para que el virus entre su cuerpo.)**

### HECHOS ACERA DEL VIH (VERDADERO O FALSO)

**Instrucciones:** Escriba VERDADERO al lado de las declaraciones que son verdaderas y FALSO al lado de las declaraciones que son falsas.

- \_\_\_\_\_ 1. No puedes adquirir el VIH estando en el mismo cuarto con alguien que tiene VIH.
- \_\_\_\_\_ 2. Hasta ahora, no hay vacuna para prevenir el VIH.
- \_\_\_\_\_ 3. El VIH no se puede transmitir a través de estornudar.
- \_\_\_\_\_ 4. El VIH es una enfermedad transmisible.
- \_\_\_\_\_ 5. No puedes adquirir el VIH compartiendo una bebida.
- \_\_\_\_\_ 6. El VIH afecta el sistema inmunológico del cuerpo.
- \_\_\_\_\_ 7. El SIDA y el VIH son dos cosas diferentes.
- \_\_\_\_\_ 8. Si tienes contacto con la sangre de alguien que NO tiene VIH, no puedes adquirir el VIH.
- \_\_\_\_\_ 9. Compartir la misma aguja/jeringa que alguien que tiene VIH y la usa para inyectarse drogas puede resultar en adquirir el VIH.
- \_\_\_\_\_ 10. Si alguien con VIH está sangrando, puede transmitirle el VIH a alguien más.

NOTA: Esto es para uso del maestro únicamente. NO es una hoja de distribución. NO LO DISTRIBUYA A LOS ALUMNOS.

## Las ETS y el VIH: hoja informativa de los CDC



**Las personas que tienen enfermedades de transmisión sexual (ETS) tienen más probabilidades de contraer el VIH, en comparación con aquellas que no tienen ETS.**

### ¿Algunas ETS se asocian al VIH?

Sí. En los Estados Unidos, las personas que contraen sífilis, gonorrea y herpes a menudo también tienen el VIH, o tienen más probabilidades de contraer este virus en el futuro.

### ¿Por qué tener una ETS me pone en mayor riesgo de contraer el VIH?

Si usted tiene una ETS, tiene más probabilidades de contraer el VIH que una persona que no tiene una enfermedad de transmisión sexual. Esto se debe a que las mismas conductas y circunstancias que lo pueden poner en riesgo de contraer una ETS también lo pueden poner en mayor riesgo de contraer el VIH. Además, si tiene una llaga o herida en la piel causada por una ETS, el VIH podría entrar con más facilidad al cuerpo.

### ¿Qué actividades me pueden poner en riesgo de contraer tanto enfermedades de transmisión sexual como el VIH?

- Tener relaciones sexuales anales, vaginales u orales sin condón;
- tener múltiples parejas sexuales;
- tener parejas sexuales anónimas;
- tener relaciones sexuales bajo la influencia del alcohol o de drogas puede disminuir las inhibiciones y hacer que corra mayores riesgos sexuales.

### ¿Qué puedo hacer para evitar contraer las ETS y el VIH?

La única manera de evitar las ETS es no tener relaciones sexuales vaginales, anales ni orales. Si usted es sexualmente activo, puede hacer las siguientes cosas para disminuir las probabilidades de contraer una ETS y el VIH:

- Elija conductas sexuales de menor riesgo.
- Use condones de manera constante y correcta.
- Reduzca la cantidad de personas con las que tiene relaciones sexuales.
- Limite o elimine el consumo de drogas y alcohol antes de tener relaciones sexuales y durante estas.
- Tenga una conversación honesta y abierta con su proveedor de atención médica y pregúntele si debe hacerse pruebas de detección de ETS y del VIH.
- Hable con su proveedor de atención médica y averigüe si la profilaxis preexposición (o PrEP) es una buena opción para usted para prevenir la infección por el VIH.

National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention  
Division of STD Prevention



CS200054

**Si ya tengo el VIH y luego contraigo una ETS, ¿eso pone a mi pareja sexual (o parejas sexuales) en mayor riesgo de contraer el VIH?**

Puede que sí. Si usted ya tiene el VIH y luego contrae otra ETS, esto puede poner a sus parejas sexuales VIH negativas en mayor riesgo de contraer el VIH de usted.

Sus parejas sexuales tienen menos probabilidades de contraer el VIH si usted hace lo siguiente:

- Recibe terapia antirretroviral (TARV). La TARV reduce la cantidad de virus (carga viral) en la sangre y en los líquidos del cuerpo. Si toma los medicamentos de manera constante, la TARV lo puede mantener sano por muchos años y reducir significativamente las probabilidades de que usted les transmita el VIH a sus parejas sexuales.
- Elige conductas sexuales de menor riesgo.
- Usa condones de manera constante y correcta.

El riesgo de contraer el VIH también puede reducirse si su pareja recibe profilaxis preexposición (o PrEP) después de hablar de esta alternativa con su proveedor de atención médica y determinar si es adecuada.

**¿El tratamiento contra las ETS evitará que contraiga el VIH?**

No. Eso no es suficiente.

Si recibe tratamiento contra una ETS, esto ayudará a prevenir las complicaciones de esa afección y evitará que se la transmita a sus parejas sexuales. El tratamiento contra una ETS que no sea el VIH no previene la propagación del VIH.

Si le diagnostican una ETS, hable con su médico acerca de cómo puede protegerse y proteger a su pareja (o parejas) para evitar que se vuelvan a contagiar la misma ETS o que contraigan el VIH.



**¿Dónde puedo obtener más información?**

División de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual (DSTDP)  
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

[www.cdc.gov/std/spanish/default.htm](http://www.cdc.gov/std/spanish/default.htm)

Centro de Información de los CDC  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

Comuníquese con CDC-INFO

<https://wwwn.cdc.gov/dcs/espanol>

Quiero Saber (ASHA)

<http://www.quierosaber.org/ets.html>

P.O. Box 13827

Research Triangle Park, NC 27709-3827

1-800-783-9877