

SPORTS, LOISIRS ET VIH

Le VIH ne se transmet pas dans le cadre de tes loisirs et activités sportives.

Gourde d'eau, serviette, ballon, casier, douche, gants ne transmettent pas le VIH.

Pour que le VIH se transmette, trois conditions sont nécessaires :

- Le VIH pour vivre et infecter une personne a besoin d'un véhicule de transport (les liquides biologiques ou corporels) soit le sang, le sperme, les sécrétions anales ou vaginales ou le lait maternel.
- Il a aussi besoin d'une porte d'entrée telle une plaie ouverte, une muqueuse.
- De plus, lorsque la quantité de virus est faible, le risque de transmission est inexistant. Pour que la quantité de virus soit faible, une personne vivant avec le VIH doit prendre un traitement anti-VIH efficace.

Il est bon de savoir qu'il n'y a jamais eu de cas de transmission du VIH par le contact avec une tache de sang se retrouvant sur un plancher, une serviette ou sur une pièce d'équipement.

Advenant que l'un-e de tes coéquipier-ères se blesse et qu'il ou elle saigne, il est recommandé d'appliquer les soins de base, et ce, qu'il ou elle vive ou non avec le VIH.

Soins de base

- Si possible, lave-toi les mains avant d'appliquer les soins
- Dans la mesure du possible, porte des gants en latex durant
- Si tu n'as pas de gants en latex, assure-toi de ne pas avoir de blessures ouvertes sur tes mains. Dans ce contexte, demande à une autre personne d'appliquer les soins.
- Lave-toi les mains après les soins
- Rince l'équipement et les surfaces tachés de sang avec un produit nettoyant.

Il est à noter que la salive ou la sueur ne transmettent pas le VIH. N'hésite donc pas à plaquer l'adversaire si ça permet à ton équipe de gagner.

Dans mes sports et loisirs, j'pense positif !

**C'EST LE SIDA QU'IL FAUT EXCLURE,
PAS LES SÉROPOSITIFS.**