

NO OLVIDES QUE...

El VIH afecta a cualquier persona que no tome precauciones a la hora de evitar la transmisión. Este grupo de personas comprende a la población en general, sin distinción de raza, orientación sexual o número de relaciones sexuales que se tengan. No importa dónde, con quién, cuándo o qué se haga, lo importante es tomar medidas de prevención.

TOMA MEDIDAS

¿Tu preservativo o el mío?

El preservativo masculino es el método más eficaz para prevenir la transmisión del VIH, así como otras infecciones de transmisión sexual y los embarazos no deseados, por lo tanto es importante que lo conozcas bien y no olvides:

- Comprarlos en farmacias, o en otros lugares que ofrezcan garantía.
- Comprobar que estén en buen estado, la fecha de caducidad y que estén homologados por la autoridad sanitaria y con marcado CE.
- Protegerlos del calor, la luz y la humedad excesiva (ojo con las carteras y las guanteras de los coches, los cambios de temperatura los pueden deteriorar).
- Guardarlos en lugares frescos y secos.
- El **preservativo femenino** es un método de prevención alternativo al masculino, que protege también frente a la transmisión del VIH, otras infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados, y puede comprarse en algunas farmacias. Igual que con el preservativo masculino, es importante seguir adecuadamente los pasos que se indican en sus cajas para una correcta utilización.



UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA EN CONDUCTAS ADICTIVAS

Ayuntamiento de Paterna - Concejalía de Sanidad
Pl. del Poble, 1, 1^{er} piso.
Teléfono: 96 305 30 39
hernandez.cris@ayto-paterna.es



Quiérete

HAZTE LA PRUEBA. USA PRESERVATIVO

CIPS

CENTROS DE INFORMACIÓN Y PREVENCIÓN DEL SIDA

Prueba del VIH/SIDA gratuita, anónima y confidencial

900 70 20 20

Foro: <http://sp.san.gva.es/DgspWeb>
València: calle San Lázaro, s/n. Tel. 963 170 440

www.paterna.es



Necesitas
que te lo diga
una influencer?

01 Diciembre

Día Mundial de la

Lucha Contra el SIDA

TENLO CLARO

Cuando el VIH (Virus de Inmunodeficiencia Adquirida) entra en nuestro organismo ataca al sistema de defensas destruyendo progresivamente las células que se encargan de protegernos frente a las enfermedades. Con el tiempo, a medida que la infección avanza, se va debilitando el sistema inmunológico y la persona VIH positiva empieza a sufrir una serie de infecciones y enfermedades conocidas en su conjunto como **SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida)**.

LA TRANSMISIÓN DEL VIH SE PUEDE PREVENIR

Vías de transmisión	Prácticas de riesgo	Formas de prevención
Sexual	Penetración vaginal y/o anal sin preservativo Felación (contacto directo boca-pene) sin preservativo. Cunnilingus (contacto boca-vulva o boca-vagina) sin preservativo. Anilingus (contacto directo boca-ano) sin preservativo.	Preservativos masculinos, femeninos y barreras de látex. Cuando se utilizan juguetes eróticos, es imprescindible también una desinfección adecuada.
Sanguínea	Uso compartido de agujas, jeringuillas, elementos punzantes y de uso personal.	No compartir agujas, jeringuillas, cuchillas de afeitar... ¡Ojo! Tatuajes y piercings se deben realizar con material de un solo uso o esterilizado.
Madre - hijo/a	Durante el embarazo, parto y a través de la lactancia materna.	Posibilidad de interrupción voluntaria del embarazo dentro de los supuestos legales. Atención sanitaria regular desde el principio del embarazo. Tratamiento con medicamentos. Evitar la lactancia materna.

Únicamente en **la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna** puede haber una concentración suficiente de virus para poder transmitirlo.

SI HAS TENIDO PRÁCTICAS DE RIESGO

- Es conveniente que sepas lo antes posible si eres seropositivo/a mediante un **sencillo análisis de sangre** que detecta la presencia de anticuerpos frente al VIH en el organismo. La prueba del VIH es voluntaria y confidencial y si lo deseas, puede ser también anónima. Se realiza de forma **gratuita** en todos los centros sanitarios de la red pública (centros de atención primaria y centros de enfermedades de transmisión sexual) y algunas ONGs.
- Si tienes la sospecha de haberte infectado, es conveniente que te hagas **la prueba del VIH** cuanto antes, aunque sólo **transcurridos tres meses desde la práctica de riesgo** se puede estar prácticamente seguro del resultado.
- Si el resultado de la prueba es **negativo**, siempre que no te hayas expuesto al VIH en al menos los tres últimos meses, significa que **no te has infectado**. De todas formas, no olvides que debes seguir utilizando medidas preventivas adecuadas en cada momento.
- Si el resultado es **positivo**, no significa que tengas SIDA, sino que **estás infectado o infectada por el virus** y puedes transmitirlo a otras personas. Detectar precozmente la infección por VIH permite a la persona seropositiva beneficiarse lo antes posible de un seguimiento médico, acceder a un tratamiento eficaz que mejore su calidad de vida y adoptar las medidas preventivas necesarias para no transmitir el virus.

MIL Y UNA FORMAS

...de disfrutar de tu sexualidad de manera segura

- El VIH no tiene por qué limitar tus prácticas sexuales.** Debes conocer las vías de transmisión e incorporar los preservativos o barreras de látex para protegerte adecuadamente. Disfrutar con seguridad y tranquilidad es más divertido y excitante.
- Cuídate y no dejes tu salud en manos de otras personas.** Lleva siempre tus propios métodos de protección.
- Ten en cuenta que **el alcohol y otras drogas pueden alterar tu capacidad de decidir** y pueden llevarte a tener una falsa apreciación de la realidad y a eludir la utilización de métodos de protección.
- Recuerda que el amor, el cariño, la pasión y la estabilidad de una pareja, **no son una vacuna frente al SIDA.**
- El VIH puede afectar a cualquier persona que no tome medidas de prevención.** No te dejes influir por el aspecto físico, actividad sexual, edad, raza, orientación sexual... Combate los prejuicios sociales y sé responsable de tu propia salud.

