

2023

# 12 MESES, CONSEJOS

Para prevenir el VIH



AJUNTAMENT DE  
**Paterna**  
REGIDORIA DE SANITAT



Unitat de Prevenció Comunitària  
en Conductes Addictives



Subvencionado por:  
**GENERALITAT  
VALENCIANA**

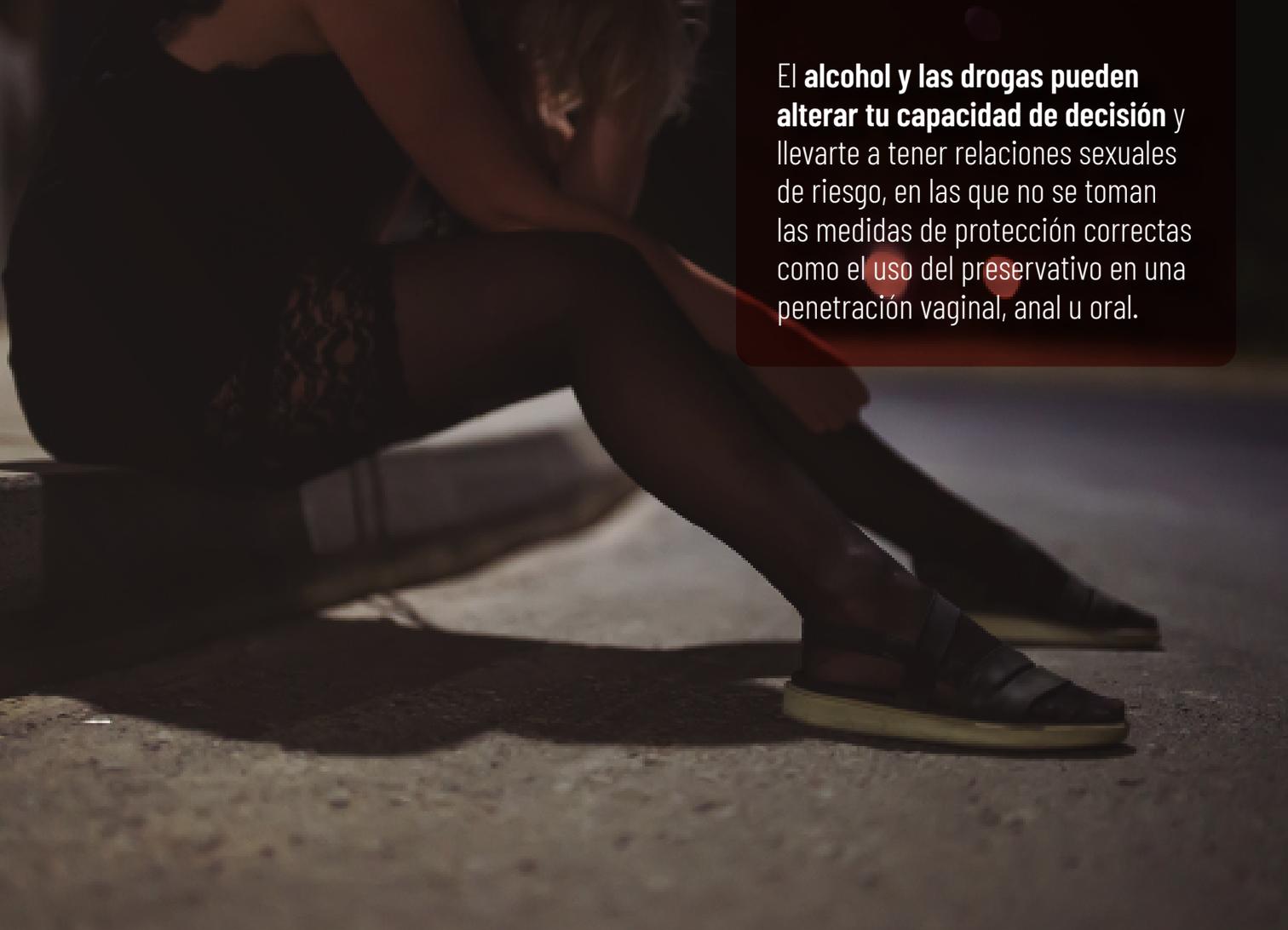
Conselleria de Sanitat  
Universal i Salut Pública

**TOTS  
A UNA  
veu**



El VIH puede afectar a **cualquier persona que no tome precauciones para evitar la transmisión**, independientemente de la orientación sexual, la raza, o el número de relaciones; lo importante es tomar medidas de precaución.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
						1 Año Nuevo
2	3	4	5	6 Día de Reyes	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



El **alcohol y las drogas pueden alterar tu capacidad de decisión** y llevarte a tener relaciones sexuales de riesgo, en las que no se toman las medidas de protección correctas como el uso del preservativo en una penetración vaginal, anal u oral.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					



El preservativo masculino es el método más eficaz para prevenir la transmisión del VIH, y también otras infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados. **Hay que comprarlos en farmacias o lugares que ofrezcan garantías.**

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19 San José Día del Padre
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Utiliza **preservativos homologados y comprueba la fecha de caducidad.**

Protégelos de la luz y la humedad excesiva. Ten cuidado al sacarlos del envoltorio, evita las uñas, los dientes o los anillos que los rasguen.



LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
					1	2
3	4	5	6	7 Viernes Santo	8	9 Domingo de Resurrección
10 Lunes de Pascua	11	12	13	14	15	16
17 San Vicente Ferrer	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



**Una de las vías de transmisión es la sanguínea.** No hay que compartir jeringuillas, hojas de afeitar... Cuando se realizan tatuajes y piercing se deben realizar con materiales de un solo uso o esterilizados.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1 Día del Trabajo	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31 Día mundial sin tabaco				



También **existe el preservativo femenino**, que supone una alternativa más de protección frente al VIH para mantener relaciones sexuales con penetración seguras.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24 San Juan	25
26 Día Internacional contra el abuso y tráfico de drogas	27	28	29	30		



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

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



En caso de haber tenido una práctica de riesgo sin haber tomado precauciones, o ante la rotura de preservativo, debes acudir a los **Centros de Información y Prevención del Sida (CIPS)**.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 Asunción de la Virgen	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27 Cordà de Paterna
28 Santísimo Cristo de la Fe de Paterna	29	30	31			



**Mito:** el VIH lo cogen las personas drogodependientes, las prostitutas y los homosexuales.

**Realidad:** la infección por VIH es una infección por transmisión sexual. Puede afectar a cualquier persona sexualmente activa que no emplee medidas de prevención.

# septiembre

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



**Mito:** a las personas afectadas por el VIH se les nota.

**Realidad:** el VIH no afecta al aspecto físico de las personas.

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
						1
2	3	4	5	6	7	8
9 9 d'Octubre Dia de la C. Valenciana	10	11	12 Dia de la Hispanidad	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29 Dia mundial sin juegos de azar
30	31					



**Mito:** las personas afectadas por el VIH no pueden tener sexo, o pueden tenerlo solo con personas seropositivas.

**Realidad:** las personas con VIH pueden tener una vida sexual plena manteniendo medidas preventivas, incluso en relaciones sexuales sin preservativo estando en tratamiento adecuadamente. Hoy en día el riesgo mayor es tener relaciones sexuales con personas que desconocen su estado.

# noviembre

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1 Festividad de Todos los Santos	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15 Dia mundial sin alcohol	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

**Mito:** el VIH se transmite por picaduras de insecto.

**Realidad:** es imposible que el VIH se transmita por picaduras o por el aire.



# diciembre

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
				1 Día Mundial sin SIDA	2	3
4	5	6 Día de la Constitución Española	7	8 Día de la Inmaculada Concepción	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25 Navidad	26	27	28	29	30	31

**La Unidad de Prevención Comunitaria de Conductas Adictivas (UPCCA)** es un servicio especializado de titularidad local que desarrolla programas de prevención con el objeto de reducir o evitar el uso y/o abuso de drogas y otras conductas adictivas, así como promover hábitos de vida saludables.

## ACCIONES

**Sesiones informativas sobre sustancias adictivas** (alcohol, tabaco, marihuana, etc.) dirigidas a adolescentes, padres/madres y a cualquier colectivo que lo solicite.

**Talleres de prevención** a las dependencias emocionales.

**Sesiones informativas a jóvenes y padres/madres sobre los riesgos de los usos inadecuados de las nuevas tecnologías** (videojuegos, redes sociales, móviles) y sobre cómo prevenir las conductas adictivas causadas por las nuevas tecnologías.

**Talleres de prevención del VIH.**

Realización de **programas de prevención de adicción a los juegos de azar** (apuestas, juegos de casino...).

**Campañas de concienciación y sensibilización** de drogas y otros trastornos adictivos.

**Información y asesoramiento** a jóvenes y padres/madres con consumos problemáticos de drogas y/o comportamientos adictivos.

**Acciones de prevención** (mesas informativas, obras de teatro, cinefórum, jornadas, etc.) con motivo del Día Mundial Sin Tabaco, Día Mundial Sin Alcohol y Día Mundial Sin Sida.



Subvencionado por:

**GENERALITAT  
VALENCIANA**

**Conselleria de Sanitat  
Universal i Salut Pública**

**TOTS  
A UNA  
veu**

**Sede de la UPCCA:** Centro Valentín Hernández. C/Músico Antonio Cabeza nº 24  
telf. 664472522 e-mail: hernandez.cris@paterna.es