

Tolerancia Cero a los prejuicios y discriminación de las personas con VIH

Ante el VIH todos somos iguales



EL DESCONOCIMIENTO SOBRE EL VIH, el sida y sus vías de transmisión son algunas de las principales causas del ESTIGMA Y LA DISCRIMINACIÓN.

El VIH no se transmite:

- Por la saliva, sudor o lágrimas.
- Por besarse, abrazarse, darse la mano o tocarse.
- Por el aire y agua.
- Por picaduras de insectos o mosquitos.

El VIH NO SE TRASMITE por la convivencia, el contacto cotidiano o por compartir el espacio familiar, laboral o educativo.

“SI TE DISCRIMINAN POR TENER VIH”, la ley te ampara. Si se produce en el ámbito sanitario, contacta con los servicios de información y atención al paciente de hospitales o las unidades de atención al paciente de atención primaria.

Asesoramiento jurídico:

CESIDA: www.cesida.org / clinicallegal@cesida.org

¿Dónde puedes recibir asesoramiento y hacerte la prueba rápida del VIH?

Dispones de **Servicios de Salud Sexual** en diversos centros de salud donde realizarte la prueba rápida de VIH y de otras ITS, de forma gratuita y accesible para cualquier persona.

Solicita directamente cita a través de:



También puedes recibir asesoramiento y pedir cita en el

Teléfono de información en salud sexual de la Comunidad de Madrid

646 132 456  

Otros recursos donde realizarte la prueba rápida del VIH y descartar otras ITS.

Más información y horarios:



Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

MIL RAZONES PARA PREVENIR EL VIH



POR AMOR **POR MÍ** **POR TI**
POR NOSOTROS
PORQUE SÍ **POR RESPETO**
PORQUE TE QUEREMOS **POR IGUALDAD**
POR TRANQUILIDAD **POR PASIÓN**
PORQUE ME QUIERO
PARA DISFRUTAR
PARA CUIDARME
PARA SOÑAR **PARA REÍRNOS**
POR DIGNIDAD

1 DICIEMBRE. DÍA MUNDIAL DEL SIDA



Comunidad de Madrid



Desde 1988, cada 1 de Diciembre se conmemora el **Día Mundial del Sida.**

Mil razones para prevenir el VIH

En la Comunidad de Madrid **se diagnostican más de 600 nuevas infecciones cada año** y una de cada diez personas que tiene VIH, lo desconoce.

También debes saber que otras infecciones de transmisión sexual (ITS) como la clamidia, gonococia, sífiis, etc. están aumentando de forma muy importante y su presencia favorece la transmisión del VIH.

El VIH puede transmitirse

- Si tenemos relaciones sexuales con penetración oral, vaginal o anal sin preservativo, siendo esta última la de mayor riesgo.
- Si compartimos objetos que hayan estado en contacto con sangre o fluidos sexuales infectados: jeringuillas, agujas, material para esnifar drogas, instrumentos para acupuntura, tatuajes, piercing, juguetes sexuales, etc.
- De una mujer con VIH a su hijo/a durante el embarazo, el parto o la lactancia.



Evitemos la infección

El preservativo, usado de forma correcta, protege eficazmente contra la transmisión del VIH, otras infecciones de transmisión sexual y los embarazos no planificados.

Evita compartir objetos punzantes o de higiene personal.

En las personas con VIH, cuando, gracias al tratamiento antirretroviral, se alcanza una carga viral indetectable de forma mantenida, el riesgo de transmisión por vía sexual es prácticamente nulo. Esto es así también en el embarazo y parto. La lactancia materna no está recomendada.

INDETECTABLE = INTRANSMISIBLE

Ante prácticas de riesgo para el VIH, puedes consultar por opciones como la PrEP (profilaxis preexposición) y la PEP (profilaxis postexposición).

Drogas, alcohol y sexo

Hay **sustancias adictivas que modifican la conducta** (alcohol, cocaína, etc.). Tener relaciones sexuales bajo sus efectos puede hacerte sentir más desinhibido/a, pero debes saber que:

- Pueden **disminuir tu sensación de control y capacidad de consentimiento**, aumentando las prácticas de riesgo. **Cuando salgas a divertirte, lleva el preservativo.**
- Pueden hacer **más difícil mantener la erección**, sobre todo, el alcohol.
- Pueden **crear dependencia** y que cada vez te cueste más tener sexo sin tomar drogas o sin beber.
- En definitiva, pueden suponer un **riesgo importante para tu salud.**

Cuídate

La prueba del VIH

Es un test que detecta los anticuerpos que el organismo produce en respuesta al VIH.

- **Prueba convencional:** requiere un análisis de sangre y el resultado está en poco días. Solicítala en tu centro de salud.
- **Prueba rápida de sangre o saliva:** requiere un pinchazo en el dedo o una muestra de la boca. Los resultados están en menos de 30 minutos.

Hazte la prueba del VIH

- Si has tenido relaciones con penetración (anal, oral o vaginal) sin preservativo.
- Si has compartido material de punción o para administrar sustancias inyectadas o inhaladas.
- Si estás embarazada o piensas estarlo.
- Si has padecido alguna infección de transmisión sexual, hepatitis viral o tuberculosis.
- Si tienes una pareja estable y quieres dejar de usar el preservativo con ella.

