

¿CÓMO PUEDO PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL VIH?

⚠ Vía sexual:

- Si mantienes relaciones sexuales con penetración vaginal, anal o sexo oral, usa el preservativo masculino, femenino o las barreras de látex (para el sexo oral).
- Manteniendo relaciones sexuales sin penetración (vaginal y/o anal) o sexo oral. Las caricias, besos, masturbación, etc. son otras formas de disfrutar de tu sexualidad.
- Manteniendo relaciones sexuales con penetración con una misma persona, siempre y cuando ninguno/a de los/las dos tenga el VIH. Recuerda que existen varias vías de transmisión y, en general, no hay ningún signo externo que nos indique la presencia del VIH, por eso la única forma de estar seguros/as es haciéndose la prueba y evitar mantener conductas de riesgo fuera de la relación. ¡Ojo! No olvides que tú sólo puedes estar completamente seguro/a de lo que tú haces y decides.
- Utilizar correctamente el preservativo masculino o femenino en cada práctica sexual con penetración. El preservativo previene las ITS y el embarazo no deseado.

⚠ Vía sanguínea:

Evitar el intercambio de objetos cortantes o punzantes, o asegurarse de su esterilización previa.

⚠ Vía materno-filial (transmisión vertical):

- Realizarse la prueba del VIH y llevar a cabo un seguimiento médico.
- Práctica de la cesárea.
- Evitar la lactancia.

¿QUÉ ES LA PRUEBA DEL VIH?

La prueba del VIH es un análisis de sangre específico que detecta la presencia de los anticuerpos que nuestro organismo genera para luchar contra el VIH.

➔ ¿Cuándo realizarla?

Si has tenido una práctica de riesgo, es aconsejable realizarse la prueba y repetírsela a los 3 meses para que los resultados sean completamente fiables. El sistema inmunológico tarda en generar los anticuerpos que luchan contra el VIH entre 2 y 8 semanas desde que se produce la transmisión. Durante este intervalo, la persona puede transmitir el VIH a otras personas, a través de las 3 vías de transmisión mencionadas.

➔ ¿Por qué hacerme la prueba?

La detección temprana de la infección es fundamental ya que permite:

- Prevenir la transmisión del virus o la reinfección.
- Acceder a un seguimiento/tratamiento médico para mejorar la calidad de vida y disminuir el riesgo de evolución hacia el Sida.

➔ ¿Dónde puedo hacerme la prueba?

- Médico de familia.
- Centros Especializados en ITS's.
- Centros de planificación familiar.
- Consultas externas de hospitales.
- Laboratorios de análisis clínicos, con prescripción médica.

La prueba del VIH se realiza de forma gratuita, voluntaria, confidencial y, si se desea, también anónima.

➔ ¿Qué significan los resultados de la prueba del VIH?

- **Negativo:** No se han detectado anticuerpos porque no ha habido infección por VIH.
- **Positivo:** Se han detectado anticuerpos del VIH y se debe acudir al médico.

¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO?

No existe vacuna que prevenga el VIH ni el Sida, pero hay tratamientos que pueden frenar la replicación del virus y restaurar el sistema inmunológico del paciente, se trata, del **tratamiento antirretroviral**. Éste mejora la calidad de vida y aumenta la supervivencia de las personas que viven con VIH. Además, es individualizado y requiere un seguimiento médico.

Desde la aparición del primer caso de VIH y Sida se han producido notables avances en la investigación médica, pero hasta el momento...

**EL ÚNICO REMEDIO
PARA EVITAR EL VIH Y SIDA
ES LA PREVENCIÓN.**