



LA PPE DESPUÉS DE UN RIESGO

- Un tratamiento urgente con PPE disminuye la posibilidad de que te infectes con el VIH después de haber mantenido sexo desprotegido.
- La PPE debe iniciarse **tan pronto como sea posible** después del riesgo (siempre en un plazo máximo de 72 horas).
- La PPE puede obtenerse en los **servicios de urgencias y en las unidades de VIH** de los hospitales de la Seguridad Social. Un médico decidirá si reúnes los requisitos.

SIN CONDÓN CON TU PAREJA ESTABLE

- Muchos HSH se han infectado con el VIH a través de su pareja estable.
- ¿Tienes una nueva pareja? **Haceros los dos la prueba del VIH y otras ITS** antes de abandonar el uso del condón.
- En muchas relaciones estables entre HSH se producen otras relaciones sexuales fuera de la pareja. **Habla de forma realista con tu pareja. Sé honesto.**
- Si has corrido riesgos con una pareja casual, utiliza de nuevo condones con tu pareja estable **hasta que estés seguro que no tienes VIH.**

SIN CONDÓN CON PAREJAS CASUALES

- **No presumpas nada.** Quizá pienses “él también es VIH positivo” y que el otro piense “él también es VIH negativo”.
- ¿Quieres hacerlo sin condón con una pareja casual? En ese caso deberíais **hablar honestamente** sobre vuestro seroestado.
- **Puedes tener VIH u otras ITS sin saberlo.** Por lo tanto, la información que des o que te den puede no coincidir con la realidad.
- No usar el condón entre hombres seropositivos es relativamente seguro para el VIH, **pero no para otras ITS.**

CUIDA DE TU PAREJA

- Cada uno es responsable de su propia salud. Pero debes **responsabilizarte también de la salud de tu pareja.** Habla con él en caso de haber incurrido en riesgos.
- Si te has infectado con el VIH u otra ITS habla con tu pareja. El diagnóstico precoz es muy importante tanto para su salud como para que no esté transmitiendo la infección a otros sin saberlo.
- ¿Estás haciendo tratamiento contra una ITS? **Nada de sexo hasta que estés completamente curado.**

VIH/SÍFILIS ¡HAZTE LA PRUEBA!

- PRUEBAS RÁPIDAS
- SERVICIO GRATUITO, ANÓNIMO Y CONFIDENCIAL
- HORARIO ININTERRUMPIDO DE LUNES A VIERNES DE 11 A 20H

bcn checkpoint

VIH-SIDA · ITS · SEXUALIDAD · HOMBRES · SALUD

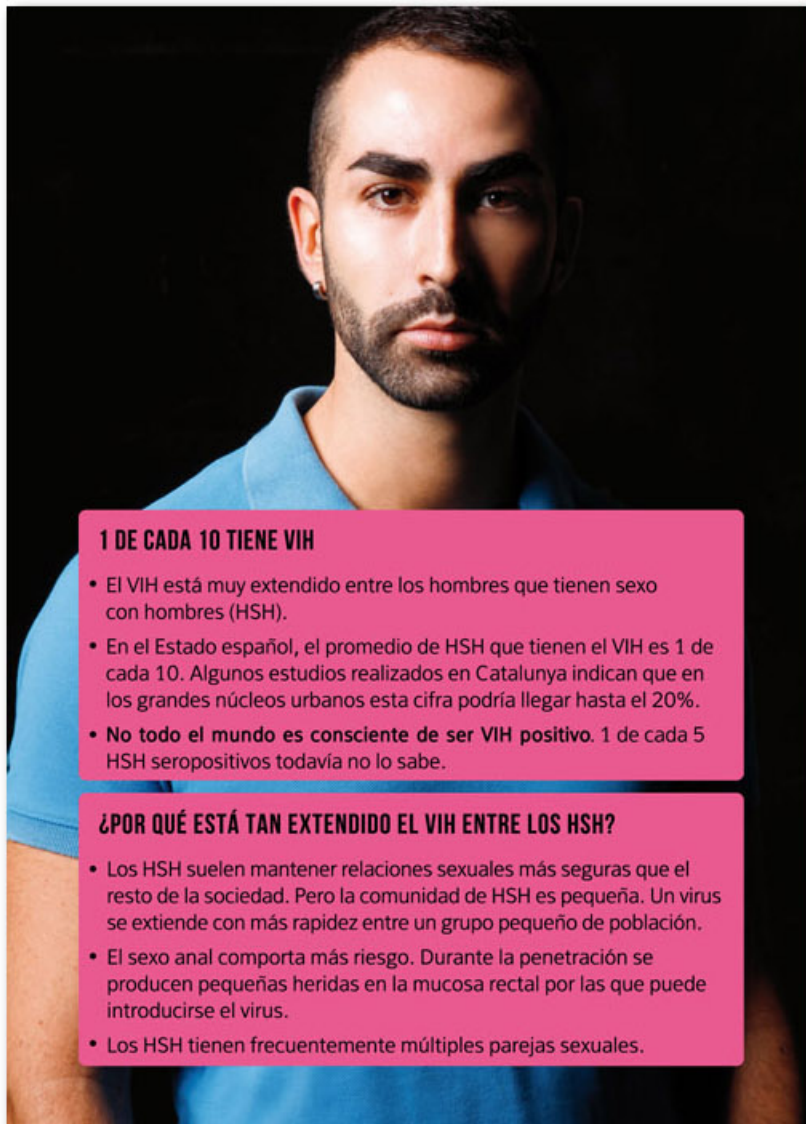
BCN Checkpoint es un centro comunitario de detección del VIH y otras infecciones de transmisión sexual para hombres gays y otros hombres que hacen sexo con hombres

COMTE BORRELL, 164-166 (METRO: URGELL) 08015 BARCELONA
TEL: 933 182 056 WWW.BCNCHECKPOINT.COM

COLABORAN:



IDEA ORIGINAL: SENSOA, Bélgica / Fotografía: tiagoriscostudio.com / Modelos: Alberto, Gerard, Iván y Maxi / Adaptación gráfica: alexduranes



1 DE CADA 10 TIENE VIH

- El VIH está muy extendido entre los hombres que tienen sexo con hombres (HSH).
- En el Estado español, el promedio de HSH que tienen el VIH es 1 de cada 10. Algunos estudios realizados en Catalunya indican que en los grandes núcleos urbanos esta cifra podría llegar hasta el 20%.
- **No todo el mundo es consciente de ser VIH positivo.** 1 de cada 5 HSH seropositivos todavía no lo sabe.

¿POR QUÉ ESTÁ TAN EXTENDIDO EL VIH ENTRE LOS HSH?

- Los HSH suelen mantener relaciones sexuales más seguras que el resto de la sociedad. Pero la comunidad de HSH es pequeña. Un virus se extiende con más rapidez entre un grupo pequeño de población.
- El sexo anal comporta más riesgo. Durante la penetración se producen pequeñas heridas en la mucosa rectal por las que puede introducirse el virus.
- Los HSH tienen frecuentemente múltiples parejas sexuales.

ITS + VIH: ¡DOBLE PROBLEMA!

- Se producen muchas infecciones de transmisión sexual (ITS) entre los HSH. Las ITS pueden ser muy perjudiciales si no se tratan.
- Si tienes una ITS, **tienes muchas más probabilidades de infectarte con el VIH.** Si ya tienes VIH, una ITS puede interferir en la evolución de tu infección, además de aumentar las probabilidades de que transmitas el VIH a otros.
- Las ITS se transmiten también a través del sexo oral.

RECIENTE INFECCIONADO = ALTA PROBABILIDAD DE TRANSMITIR LA INFECCIÓN

- Durante las primeras semanas después de la infección por VIH hay mucha cantidad de virus en la sangre y en el semen.
- Una persona que acaba de infectarse con el VIH tiene altas probabilidades de transmitir la infección a los demás. Si lo haces sin condón, las probabilidades de transmitir el VIH en el sexo anal son muy altas.
- ¿Has tenido relaciones sexuales sin condón con alguien que no estás seguro que sea seronegativo? Considera hacer una profilaxis post exposición (PPE) y hazte la prueba tan pronto como sea posible. **Mientras tanto utiliza el condón.**

¿QUÉ ES LA CARGA VIRAL?

- La carga viral es la cantidad de VIH que se encuentra en la sangre. Cuanto más virus tienes en la sangre, más fácil es que transmitas el VIH a los demás.
- En las personas que están en tratamiento contra el VIH, la carga viral se reduce a “indetectable”, pero el virus nunca desaparece por completo. Tras infectarse con una ITS puede producirse un incremento de la carga viral.
- Cada vez hay más datos que indican que con una carga viral indetectable se reducen las probabilidades de que el virus se transmita. Sin embargo, es difícil estar completamente seguro en todo momento de cuál es la carga viral, por lo que el uso del condón aportará más seguridad.

VIVIR CON VIH

- El VIH **se puede tratar con relativa facilidad**, pero no se cura. En general, la medicación no suele producir demasiados efectos secundarios, aunque hay que seguir tomándola durante toda la vida.
- Las personas con VIH **tienen un sistema inmunológico comprometido** y son menos resistentes a algunas enfermedades. Así mismo, pueden verse afectadas por ansiedad y depresiones y sus cuerpos pueden experimentar un envejecimiento prematuro.
- Un diagnóstico por VIH comporta **un gran impacto emocional.** Algunas personas con VIH temen ser discriminadas y tienen dificultad para hablar de ello con sus amigos o familiares.

HAZTE LA PRUEBA. INFÓRMATE EN EL:

933 182 056

WWW.BCNCHECKPOINT.COM

SERVICIO GRATUITO, ANÓNIMO Y CONFIDENCIAL

HACERSE LA PRUEBA: ¡UNA BUENA COSTUMBRE!

- No esperes a tener síntomas para hacerte la prueba del VIH. **Hazte la prueba regularmente.**
- Después de un riesgo **hazte la prueba del VIH tan pronto como sea posible.** Se pueden obtener resultados fiables entre 4 y 8 semanas después del riesgo. No obstante, en caso de un resultado negativo será necesario realizar nuevamente la prueba a las 12 semanas después de la relación de riesgo para descartar que no se haya producido la infección.
- ¿Tienes muchas parejas sexuales? **Hazte la prueba del VIH y otras ITS cada seis meses.**

EL CONDÓN: UNA PROTECCIÓN FÁCIL Y SEGURA

- Los condones siguen siendo el medio más eficaz contra el VIH.
- Utiliza lubricante a base de agua o silicona. El uso de poca cantidad o un lubricante inadecuado facilita la ruptura del condón.
- Elige un condón con el que te sientas cómodo y que sea adecuado para ti. Existen diferentes medidas.