

**CONOZCA EL VIH.
± SIN MIEDO.**

Rompa el estigma — ¡Cambie lo que sabe sobre el VIH!



HECHO 1: Hacerse la prueba del VIH es normal: ¡hágalo!

Las pruebas del VIH son sencillas; varias opciones son gratuitas, convenientes y discretas. Si bien todo el mundo debería hacerse la prueba al menos una vez, las personas con mayor riesgo deberían hacerlo con más frecuencia, incluyendo las siguientes:

- Cualquiera que tenga relaciones sexuales con alguien cuya condición respecto al VIH se desconozca.
- Cualquiera que tenga relaciones sexuales con alguien que sea VIH positivo.
- Cualquiera que tenga relaciones sexuales sin condón.
- Cualquiera que comparta agujas u otros materiales.

Encuentre un centro examinador: <https://www.columbus.gov/publichealth/programs/Sexual-Health/HIV-Testing/>

HECHO 2: ¡La prevención es para todas las condiciones!

Hay muchas formas sencillas y eficaces de prevenir el VIH. Haga su parte y comience con lo siguiente:

- Hable abierta y honestamente sobre el VIH.
- Use protección.
- Tome PrEP o PEP.
- Permanezca en tratamiento.

Obtenga más información sobre prevención:
<https://www.columbus.gov/publichealth/programs/Sexual-Health/HIV-Prevention/>



HECHO 3: El tratamiento contra el VIH funciona

Hay opciones de tratamiento contra el VIH más efectivas que nunca y están mejorando todo el tiempo. Así es como puede comenzar:

- Establezca un equipo de atención confiable y experimentado.
- Encuentre la combinación adecuada de medicamentos de terapia antirretroviral (ART).
- Realice un seguimiento de su avance con regularidad y haga que cada visita cuente.

Encuentre un proveedor: <https://www.columbus.gov/publichealth/programs/Sexual-Health/HIV-Treatment/>

HECHO 4: No detectable es igual a no transmisible (U=U)

Los planes de tratamientos eficaces contra el VIH pueden reducir la cantidad de virus en el cuerpo del portador a niveles indetectables. Eso significa que no hay riesgo de transmitirlo a otra persona a través de relaciones sexuales.

Obtenga más información sobre U=U: <https://www.preventionaccess.org/>

