

Es su vida. Protéjala.



Infórmese acerca del VIH para que pueda tomar decisiones saludables

El VIH es el virus que causa el SIDA. El VIH ataca el sistema inmunológico del organismo. El sistema inmunológico protege al organismo de infecciones y enfermedades, pero no lo puede proteger del VIH. Usted está en riesgo de infección del VIH si:

- Tiene cualquier tipo de sexo sin protección —vaginal, oral o anal— con hombres o mujeres, especialmente si no usa un condón o un sistema de barrera en cada relación.
- Comparte agujas o equipos para inyectarse drogas, o para hacerse tatuajes y perforaciones.
- Alguna vez ha tenido una ETS (enfermedad de transmisión sexual) o si ahora tiene una ETS.

La epidemia del VIH/SIDA está afectando cada vez a más mujeres afroamericanas, quienes en la actualidad representan una tercera parte de los nuevos casos de SIDA, a diferencia de lo que sucedía al comienzo de la epidemia, que era 1 de cada 10. Las mujeres afroamericanas de Nueva York tienen una probabilidad 9 veces mayor de morir a causa del SIDA que las mujeres blancas. El SIDA es la principal causa de muerte entre las mujeres afroamericanas de 25 a 34 años de edad, y las mujeres afroamericanas tienen una probabilidad 23 veces mayor que las mujeres blancas de infectarse con el VIH.





Opciones:

Recuerde que tiene opciones: su vida es valiosa para usted, para su familia, sus amigos y para la comunidad. La realidad y las situaciones de la vida no siempre nos permiten tomar las mejores decisiones. Aunque sus opciones parezcan limitadas, intente tomar la mejor decisión para USTED dentro de las circunstancias que se le presenten. Usted tiene derecho a hacer preguntas importantes:

- Hable con su pareja sobre el uso de condones y sobre hacerse la prueba; no espere al calor del momento. ¡Hable antes!
- Esté preparada y siempre tenga condones a la mano.
- No deje que la amenacen o que la convenzan de que no use un condón...si tiene miedo de su pareja sexual, ¡obtenga ayuda de inmediato!
- Usted tiene la opción de no tener relaciones sexuales. El sexo vaginal, anal y oral sin protección aumenta sus probabilidades de contraer el VIH/SIDA.
- Recuerde que está bien priorizar sus necesidades cuando se trata de tomar decisiones saludables.

Valore su vida y protéjase.

¿Por qué estamos en riesgo?

- Nuestras parejas pueden estar teniendo relaciones sexuales con otras personas que no usan protección.
- Tal vez no nos protejamos el 100% de las veces.
- La prevención del VIH a menudo pasa a segundo plano cuando las mujeres están intentando conseguir trabajo, llevar alimentos a su hogar, encontrar una vivienda decente y/o cuidado para los niños.

¿Cómo podemos prevenir la infección del VIH?

Intente tomar la mejor decisión posible para usted eligiendo:

- Usar condones en todas las ocasiones y para todo tipo de relaciones sexuales. Los condones ayudan a protegernos del VIH y otras ETS. Si el condón para hombres no está entre las opciones, infórmese acerca del condón para mujeres.
- Intente limitar el número de parejas sexuales. Cuantas más parejas sexuales tenga, mayor será el riesgo de contraer el VIH.
- Use únicamente jeringuillas nuevas y esterilizadas para preparar e inyectarse drogas. Además, no mezcle el sexo con el alcohol y/o las drogas: estos afectan su capacidad de tomar buenas decisiones.
- Hágase la prueba. Conozca su condición. Conozca la condición de su pareja.





Use su conocimiento para cambiar su conducta

Una de cada tres mujeres negras aún ignora su condición respecto del VIH. Si tiene el conocimiento, tiene el poder de cambiar su vida y la vida de los demás.

- Hágase la prueba. La prueba del VIH es gratuita, rápida, confidencial y sencilla.
- Hable con su pareja acerca de hacerse la prueba. Él puede estar tan confundido como usted y querrá hablar sobre hacerse la prueba. Permítale demostrarle que le interesa y que usted le interesa y que valora su vida como valora la suya propia. ¡No deje de conversar sobre el tema!
- Hay varios tipos de prueba del VIH. Visite al proveedor de atención de salud de su comunidad, su clínica local, un hospital y/o alguna organización comunitaria.
- Si el resultado de su prueba del VIH es negativo, usted puede proteger su salud informándose sobre cómo mantenerse a salvo del VIH.
- Si el resultado de su prueba del VIH es positivo, los tratamientos ayudan a que las personas vivan vidas más largas y más saludables. Hable con su médico sobre las opciones de tratamiento. Si no tiene un médico de cabecera, hay médicos dispuestos a ayudarla a encontrar las mejores opciones de tratamiento.

**Tome decisiones saludables y
avance en una dirección positiva.
Protéjase y proteja su futuro.
Valore la vida...**

Información adicional sobre el VIH

Para ver imágenes sobre cómo usar el condón femenino visite:

www.health.state.ny.us/publications/9571.pdf

Líneas de Información sobre VIH/SIDA del Estado de Nueva York

1-800-541-AIDS (English)

1-800-233-SIDA (Español)

TDD: 1-800-369-2437 Para las llamadas de voz puede usar el sistema de retransmisión de Nueva York:

llame al 711 o al 1-800-421-1220 y pídale al operador que marque el 1-800-541-2437.

Sitio web: www.nyhealth.gov/diseases/aids/publications

Línea directa de la ciudad de Nueva York para el VIH/SIDA: 1-800-TALK-HIV (825-5448)

Líneas nacionales para las ETS de los CDC en inglés y español: 1-800-232-4636

TTY: 1-888-232-6348



