

# Recursos



Poner Fin  
a la  
Epidemia  
del VIH



El centro oficial de información y recursos sobre la salud sexual, servicios de prevención, pruebas y atención del VIH y las ETS en el condado de Los Ángeles.



Información sobre la PrEP y la PEP para el público y los proveedores. Incluye información sobre los servicios de atención y prevención del VIH en el condado de Los Ángeles.

## TAKEMEHOME

Pruebas caseras gratuitas de para el VIH que se le envían discretamente por correo.

La iniciativa **Poner Fin a La Epidemia del VIH (EHE, por su sigla en inglés)** es una iniciativa lanzada localmente en el condado de Los Ángeles que tiene el objetivo a reducir el VIH en un 75 % para 2025 y en un 90 % para 2030.



Para obtener más información sobre Poner Fin a La Epidemia del VIH, visite [LACounty.HIV](http://LACounty.HIV) o envíe un correo electrónico a [EHEInitiative@ph.lacounty.gov](mailto:EHEInitiative@ph.lacounty.gov) para registrarse para recibir los boletines de EHE.

Revisado: enero 2023

Condado de Los Ángeles Departamento de Salud Pública  
División de Programas de VIH y ETS  
[www.publichealth.lacounty.gov/dhsp](http://www.publichealth.lacounty.gov/dhsp)  
(213) 351-8000

**ME  
HICE LA  
PRUEBA**

¿Ahora que?



# PROBÉ POSITIVO

¡Abre esta página para  
obtener más información!

# PROBÉ NEGATIVO

¡Abre esta página para  
obtener más información!



## DIAGNÓSTICO

### ¿Qué es el VIH?

El VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) es una infección de transmisión sexual (ITS) el virus ataca el sistema inmunológico del cuerpo. Sin tratamiento, puede provocar el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida).

### ¿Cómo se transmite?

El VIH se puede transmitir por los 5 fluidos corporales: sangre, semen o líquido preseminal, fluidos rectales, fluidos vaginales y leche materna (pecho). Se puede contraer el VIH al tener relaciones sexuales (vaginales, anales u orales) o al compartir agujas/jeringas. Las personas embarazadas también pueden transmitir el VIH a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

### ¿Cuáles son los síntomas?

En ocasión, los síntomas no se desarrollan o pueden confundirse con otra enfermedad. Si se desarrollan síntomas, pueden aparecer de 2 a 4 semanas después de la exposición y pueden ser similares a los de la gripe. Síntomas comunes: fiebre, inflamación de los ganglios linfáticos, dolor de garganta, sarpullidos, escalofríos, sudores nocturnos, fatiga y dolores corporales.



Todas las personas de 13 y 64 años deben **hacerse la prueba del VIH al menos una vez en la vida.**

### ¡Hazte la Prueba!

Hacerse la prueba es la única manera de saber si tienes VIH. Cualquier persona de 12 años o más puede obtener a la prueba del VIH. La prueba del VIH se recomienda como parte de la atención médica rutinaria. Visita [GetProtectedLA.com/es/](http://GetProtectedLA.com/es/) para encontrar sitios de prueba confidenciales gratuitos o de bajo costo disponibles en el condado de Los Ángeles. Visita [TakeMeHome.org](http://TakeMeHome.org) para pedir que le envíen por correo una prueba casera de autodiagnóstico del VIH.



## PREVENCIÓN

**Escoge algunos o todos lo que sean apropiados para tí:**

### Condones y Barrera Bucal

Usa un condón o barrera bucal constante y correcta cada vez que tengas sexo.

### Considera Limitar Tus Parejas Sexuales

Reducir tu número de parejas sexuales puede reducir tu riesgo de exposición al VIH/ITS.

### No Compartes Agujas, Jeringas, u Otros Equipos de Inyección

Puedes cambiar agujas usadas por nuevas en un programa de servicio de jeringas (SSP, por su signo en inglés). Para encontrar un SSP, visita [tiny.cc/LASyringe](http://tiny.cc/LASyringe). Si no puedes obtener unas agujas nuevas, límpialas para reducir tu riesgo de contraer el VIH y la hepatitis. Para aprender a limpiar tus jeringas, visita [tinyurl.com/CleanRig](http://tinyurl.com/CleanRig).

### PrEP (Profilaxis Preexposición)

PrEP es un medicamento que reduce el riesgo de contraer el VIH antes de la exposición a través del sexo o al compartir agujas/jeringas. La PrEP reduce el riesgo de contraer el VIH aproximadamente un 99% a través de las relaciones sexuales y al menos en un 74 % por el uso de drogas inyectables cuando se toma según las indicaciones. ¡Visita [es.GetPrEPLA.com](http://es.GetPrEPLA.com) para encontrar un proveedor de PrEP cerca de tí!

### PEP (Profilaxis Posexposición)

PEP es un medicamento de emergencia que se toma durante 28 días para prevenir el VIH después de una posible exposición. La PEP se debe iniciar dentro 72 horas posteriores a la posible exposición al VIH; lo más antes que comience la PEP, mejor. Busca inmediatamente un proveedor de atención primaria, atención de urgencia o sala de emergencias para obtener PEP.



**Si estás embarazada, busca atención prenatal temprana para prevenir problemas de salud para tu y tu bebé.**



## TRATAMIENTO

### ¿Cómo se trata el VIH?

El VIH se trata tomando terapia antirretroviral (TAR). TAR reduce la cantidad de VIH en tu cuerpo y ayuda a mantenerse saludable. No existe una cura para el VIH, pero se puede controlar con el tratamiento del VIH.



**Puedes vivir una vida larga y saludable si tomas tus medicamentos para el VIH.**

### Vinculación a La Atención

Una vez que recibas el diagnóstico del VIH, es importante comenzar el tratamiento para que puedas mantenerte saludable. Si necesitas ayuda para encontrar un proveedor de VIH o hacer una cita, llame a los Navegadores rápidos del condado de Los Ángeles.



**¡Llame al (833) 351-2298 para conectarte con un navegador de salud pública para ayudarlo a comenzar tu tratamiento contra el VIH!**

### I=I (Indetectable = Intransmisible)

I=I es la abreviatura de Indetectable = Intransmisible y comparte el mensaje de que las personas con VIH (PCV) que toman medicamentos para controlar el virus no pueden transmitir el VIH a otras personas durante las relaciones sexuales. Vamos a desglosarlo:

- Cuando el VIH es "indetectable", también conocido como supresión viral, es cuando la cantidad de VIH en la sangre es tan baja que no se puede medir con la prueba de laboratorio.
- Muchos estudios científicos han demostrado que cuando el VIH es indetectable durante al menos seis meses, entonces es "intransmisible" y no se transmite de persona a persona durante sexo.
- ¡El tratamiento del VIH beneficia la salud de la persona que vive con el VIH y también la de sus parejas!



## PRÓXIMOS PASOS

### ¿Deberías divulgar tu prueba de VIH es positiva a otras personas?

Muchas personas tienen un sentido de alivio, cercanía y empoderamiento cuando revelan su estado a sus seres queridos y parejas. Tu estado es personal, es tu decisión cómo y cuándo informar a los demás. Tu equipo de atención del VIH o el Departamento de Salud Pública pueden ayudarte con esto si necesitas o desea ayuda.

### Notificando parejas a la exposición del VIH

Si te sientes cómodo, infórmale a tu pareja(s) sexuales o a la persona(s) con que compartes agujas, que han estado expuestas al VIH y que se deben hacer la prueba. Puedes informarles de forma anónima a través de [tellyourpartner.org/es/](http://tellyourpartner.org/es/) que te permite enviar un mensaje de texto o correo electrónico anónimo a la persona. También puedes llamar al Departamento de Salud Pública y podemos trabajar para notificarles mientras protegemos tu confidencialidad.



**Llama al (213) 639-4277 si deseas que el personal de salud pública notifique a alguien sobre una exposición al VIH/ITS.**

### ¿Estás experimentando violencia doméstica (VD) o violencia de la pareja íntima (VPI)?

A veces, un diagnóstico de VIH o ITS puede ocurrirle a alguien que está pasando por VD o VPI, y puede hacer que la notificación a la pareja sea una opción insegura. Si necesitas ayuda de inmediato, o estás pasando por VD o VPI, llame a la línea directa confidencial de VD del condado de Los Ángeles las 24 horas, los 7 días de la semana al (800) 978-3600.