

# ¿ Sabías que puedes vivir una vida plena con VIH ?

Virus de la Inmunodeficiencia Humana

Es un virus que afecta el sistema inmunológico de las personas. Este sistema es el que nos ayuda a combatir infecciones y enfermedades.

## RECOMENDACIONES

### Adherencia al tratamiento

Sigue tu terapia antirretroviral de manera constante para mantener una carga viral indetectable.



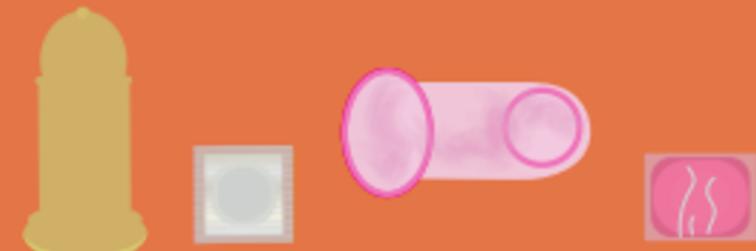
### Monitoreo regular

Asiste a chequeos médicos periódicos para monitorear tu salud y el efecto del tratamiento.



### Prácticas sexuales protegidas

Usa condón en todas tus prácticas sexuales para prevenir otras Infecciones de Transmisión Sexual ITS.



### Salud mental

Si lo deseas, busca grupos de apoyo y considera la terapia para manejar el bienestar emocional y el estigma.



Con el tratamiento adecuado, muchas personas pueden llevar una vida plena y saludable.

[f](#) [X](#) [I](#) [Y](#) [gob.mx/salud](#)

[f](#) [X](#) [I](#) [D](#) [S](#) [SSAVER.GOB.MX](#)



Gobierno de  
México

Salud  
Secretaría de Salud

CENSIDA  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
VERACRUZ  
2024 - 2030

SS  
SECRETARÍA  
DE SALUD

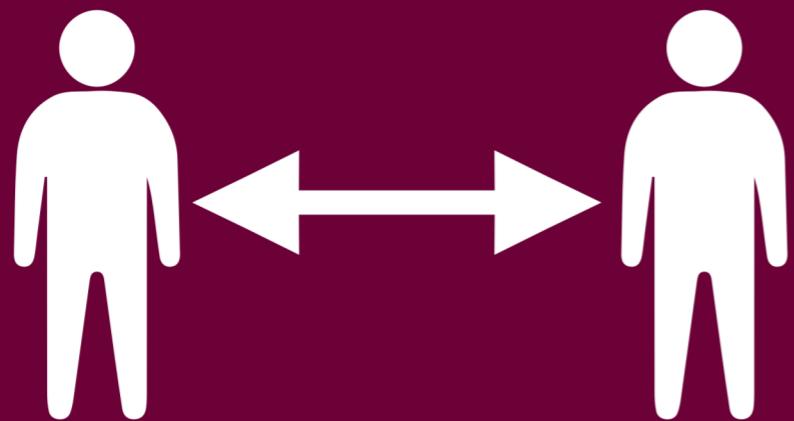
SESVER  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ



POR AMOR A  
VERACRUZ

# MITO

El VIH se puede adquirir en actividades de la vida cotidiana



# REALIDAD

El VIH NO se transmite a través de abrazos, besos, dar la mano, trabajar o comer con alguien que vive con VIH.

Tampoco al usar piscinas, asientos de inodoro, por picaduras de insectos o mordeduras de animales.

[gob.mx/salud](http://gob.mx/salud)

[SSAVER.GOB.MX](http://SSAVER.GOB.MX)



Gobierno de  
**México**

**Salud**  
Secretaría de Salud

 **CENSIDA**  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
**VERACRUZ**  
2024 - 2030

**SS**  
SECRETARÍA  
DE SALUD

**SESVER**  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ

 **POR AMOR A  
VERACRUZ**

# MITO

**Las personas con VIH no pueden tener prácticas sexuales**

# REALIDAD

Todas las personas tienen derecho de ejercer su sexualidad.

Aquellas con VIH y que han alcanzado la indetectabilidad, ya **no transmiten el virus.**

 [gob.mx/salud](http://gob.mx/salud)

 [SSAVER.GOB.MX](http://SSAVER.GOB.MX)



Gobierno de  
**México**

**Salud**  
Secretaría de Salud

 **CENSIDA**  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
**VERACRUZ**  
2024 - 2030

**SS**  
SECRETARÍA  
DE SALUD

**SESVER**  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ

 **POR AMOR A  
VERACRUZ**

# MITO

Todas las personas que viven con VIH, desarrollarán SIDA

**VIH ≠ SIDA**

 [gob.mx/salud](http://gob.mx/salud)

# REALIDAD

VIH es el virus que afecta gradualmente las **defensas de la persona**, mientras que el sida es la última etapa de la infección por el VIH, se desarrollará al no recibir atención oportuna.

Con tratamiento las personas tienen **calidad de vida**.

 [SSAVER.GOB.MX](http://SSAVER.GOB.MX)



Gobierno de  
**México**

**Salud**  
Secretaría de Salud

 **CENSIDA**  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
**VERACRUZ**  
2024 - 2030

**SS**  
SECRETARÍA  
DE SALUD

**SESVER**  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ

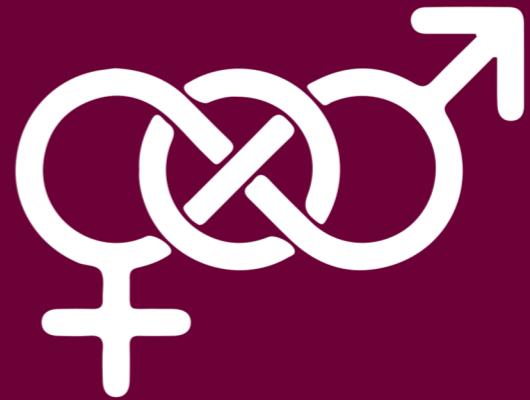
 **POR AMOR A  
VERACRUZ**

# MITO

Solo las personas  
**LGBTTIQ+** o con  
múltiples parejas  
pueden adquirir VIH

# REALIDAD

Cualquier persona puede  
adquirir la infección por el  
**VIH**, sin importar su edad,  
sexo, orientación sexual,  
identidad y expresión de  
género, raza, origen étnico,  
etc.



[gob.mx/salud](http://gob.mx/salud)

[SSAVER.GOB.MX](http://SSAVER.GOB.MX)



Gobierno de  
**México**

**Salud**  
Secretaría de Salud

 **CENSIDA**  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
**VERACRUZ**  
2024 - 2030

**SS**  
SECRETARÍA  
DE SALUD

**SESVER**  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ

 **POR AMOR A  
VERACRUZ**

# EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

La educación sexual brinda a las personas los conocimientos, habilidades, aptitudes y valores para proteger su salud, desarrollar relaciones sociales, sexuales respetuosas, tomar decisiones informadas, así como comprender y proteger los derechos sexuales.

## BENEFICIOS

### Conocimiento de los métodos anticonceptivos.

Permiten tomar decisiones sobre la salud sexual y la fertilidad de manera libre e informada.

### Conocimiento biológico y social.

Entender cómo funciona el cuerpo en la sexualidad y la reproducción, también cómo se relacionan la identidad y las representaciones sociales en nuestra cultura.

### Respeto por la diversidad.

Fomenta una actitud abierta hacia las diferentes orientaciones sexuales, identidades y expresiones de género.

### Respeto por los derechos humanos

Permite reconocer y respetar los propios derechos y de los demás. Abogar por las personas cuyos derechos son violados.

### Conductas Saludables

Desarrolla las aptitudes para el autocuidado y elecciones saludables. Formar relaciones respetuosas y saludables con familiares, amigos y parejas románticas o sexuales.



gob.mx/salud

SSAVER.GOB.MX



Gobierno de  
México

Salud  
Secretaría de Salud

CENSIDA  
Centro Nacional para la  
Prevención y Control  
del VIH/SIDA y Hepatitis



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
VERACRUZ  
2024 - 2030

SS  
SECRETARÍA  
DE SALUD

SESVER  
SERVICIOS DE SALUD  
DE VERACRUZ



Por Amor a  
VERACRUZ