



VIH y SIDA en Español

Prevención del VIH

En 1983 el VIH se estableció como la causa del SIDA. Desde entonces, hemos aprendido mucho acerca de las formas en que el VIH puede ser transmitido y prevenido. Hoy, existen muchas herramientas disponibles para prevenir la transmisión del VIH. Aún sin una cura ni una vacuna, tenemos los medios para dar fin a la epidemia en los Estados Unidos y alrededor del mundo.

Considera los siguientes métodos de prevención:

Hazte la prueba. aproximadamente el 25 por ciento de las personas VIH positivas en los Estados Unidos no saben que están infectados. Conoce tu estado para proteger tu salud, y la salud de los demás. [Haz clic aquí](#) para averiguar más sobre la prueba del VIH.

Practica sexo seguro. Cuando se usan correcta y consistentemente, los condones y los lubricantes pueden reducir enormemente el riesgo de contraer el VIH y otras infecciones de transmisión sexual.

Usa la Profilaxis Pre-Exposición (PrEP). La PrEP es una píldora que toman personas VIH negativas consistentemente una vez por día, y ha demostrado ser muy efectiva para prevenir la transmisión del VIH a parejas VIH negativas. Se recomienda el uso de condones junto con la PrEP.

Recibe tratamiento para el VIH. El tratamiento como prevención (TasP, siglas en inglés de Treatment as Prevention) requiere recetar medicamentos anti-VIH para reducir la cantidad de virus en la sangre (y fluidos genitales) para que tengan menos posibilidades de infectar a otros.

Reduce el riesgo con las drogas inyectables. Si te inyectas drogas, nunca compartas agujas, jeringas u otros instrumentos. Si no tienes equipo de inyección descartable, asegúrate de limpiar las agujas, jeringas y otros instrumentos con cloro y agua.

Reduce la transmisión de madre a hijo. Si estás embarazada, o pensando en empezar una familia, hazte la prueba del VIH. Si eres positiva, una atención prenatal cuidadosa, incluyendo el uso de medicamentos anti-VIH para la madre, pueden reducir altamente el riesgo de pasar el virus al bebé a un 2 por ciento o menos.

Toma Profilaxis Post-Exposición (PEP, siglas en inglés). La PEP consiste en un corto tratamiento de medicamentos antirretrovirales, generalmente durante un mes, luego de una exposición de alto riesgo.

Last Reviewed: September 21, 2018

© 2024 Smart + Strong All Rights Reserved.

<https://www.poz.com/basics/vih-sida-en-espanol/prevencion-del-vih>