

SPANISH





**VIH**

**LO  
QUE**

**NECESITA  
SABER**

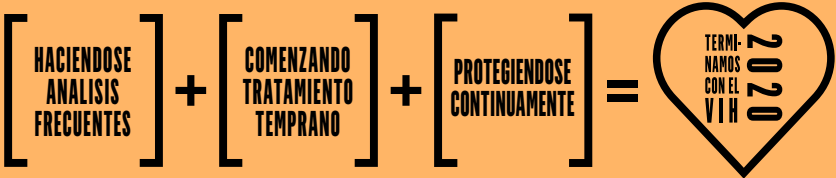




**VIH**

**LO  
QUE**

**NECESITA  
SABER**



# CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>1-2</b>
¿PARA QUIÉN ES ESTE FOLLETO?	3
ALGUNAS PREGUNTAS A LAS QUE RESPONDE ESTE FOLLETO	4
<b>¿QUÉ ES EL VIH?</b>	<b>5-6</b>
¿SON EL VIH Y EL SIDA LO MISMO?	7
¿CÓMO SE CONTRAE EL VIH?	8
¿CÓMO AFECTA EL VIH A SU CUERPO?	9
¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL VIH?	10
<b>PRUEBAS PARA EL VIH</b>	<b>11-12</b>
¿CÓMO PUEDO SABER SI TENGO VIH?	13
¿QUIÉN DEBERÍA HACERSE LA PRUEBA?	14
¿CON QUÉ FRECUENCIA DEBO HACERME LA PRUEBA?	15
TIPOS DE PRUEBAS	15
<b>TRATAMIENTO DEL VIH</b>	<b>17-18</b>
¿CÓMO SE TRATA EL VIH?	19
¿DÓNDE PUEDE RECIBIR TRATAMIENTO CONTRA EL VIH Y CUÁNTO CUESTA?	20
LENGUAJE COMÚN USADO SOBRE LOS TRATAMIENTOS DEL VIH	21
CONTROLANDO Y CUIDANDO SU SALUD	22
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS	22
<b>PREVENCIÓN DEL VIH</b>	<b>23-24</b>
USO DE LOS CONDONES Y LUBRICANTES	25
TOMA DEL TRATAMIENTO COMO PREVENCIÓN (TasP)	26
TOMA DE LA PROFILAXIS PREVIA A LA EXPOSICIÓN (PrEP)	26
TOMA DE LA PROFILAXIS TRAS LA EXPOSICIÓN (PEP)	27
USO DE MATERIAL ESTERILIZADO PARA INYECTAR DROGAS	28
<b>USO DEL SISTEMA SANITARIO</b>	<b>29-31</b>
ROLES DE LOS PROFESIONALES Y SERVICIOS SANITARIOS EN VIH	32
SERVICIOS DE VIH	35
<b>SUS DERECHOS Y EL VIH</b>	<b>37-38</b>
EL VIH Y LA LEY	41
<b>LISTA DE SERVICIOS</b>	<b>43-46</b>
<b>TÉRMINOS QUE PUEDE ESCUCHAR AL HABLAR SOBRE EL VIH</b>	<b>47-49</b>



# INTRODUCCIÓN



# ¿PARA QUIÉN ES ESTE FOLLETO?

ESTE FOLLETO ESTÁ DIRIGIDO A CUALQUIER PERSONA INTERESADA EN INFORMARSE SOBRE EL VIH.

EXPLICA QUÉ ES EL VIH, LAS FORMAS DE PROTEGERSE DE CONTRAER EL VIH Y TRANSMITIRLO A OTRAS PERSONAS. TAMBIÉN EXPLICA CÓMO HACERSE LA PRUEBA DEL VIH Y SU TRATAMIENTO EN CASO DE HABERLO CONTRAÍDO.

# ¿SABÍA QUE...?

- **HAY FORMAS DE EVITAR QUE USTED Y SUS PAREJAS SEXUALES CONTRAIGAN EL VIH.**
- **HAY MUCHAS MANERAS DE HACERSE LA PRUEBA DEL VIH.**
- **CON EL TRATAMIENTO DEL VIH PUEDE VIVIR UNA VIDA LARGA Y SALUDABLE.**
- **SI TIENE VIH, HAY MUCHOS SERVICIOS QUE LE PUEDEN AYUDAR.**

## ESTE FOLLETO ES PARA USTED SI:

- Ha tenido relaciones sexuales sin condón en un país donde el VIH es común
- Ha tenido más de una pareja sexual y no siempre usó condón
- Tiene una pareja que tenga el VIH
- Tiene una pareja que tenga el VIH y desean tener un bebé
- Es un hombre que tiene relaciones sexuales con otros hombres
- Ha compartido alguna vez agujas u otro material para inyectarse drogas
- Se ha hecho inyecciones, tatuajes, perforaciones o procedimientos médicos en el extranjero y no está seguro de que se haya utilizado un material esterilizado.

## ALGUNAS PREGUNTAS QUE ESTE FOLLETO RESPONDE:

- ¿Qué es el VIH?
- ¿Cómo puedo contraer el VIH?
- ¿Qué hace el VIH a mi cuerpo?
- ¿Cómo puedo protegerme de contraer el VIH?
- ¿Debo hacerme la prueba del VIH?
- ¿Dónde puedo hacerme una prueba de VIH?
- ¿Qué tratamientos contra el VIH hay disponibles en Australia?
- ¿Qué servicios me pueden ayudar?
- ¿Cuáles son mis derechos si soy VIH positivo?



# ¿QUÉ ES EL VIH?



# VIH SIGNIFICA VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA

Una persona se infecta con el VIH (VIH positivo) cuando el virus entra en su cuerpo.

El VIH ataca su sistema inmunológico, que protege su cuerpo contra las enfermedades.

## ¿SON EL VIH Y EL SIDA LO MISMO?

El VIH/SIDA a menudo se escribe como una sola palabra,

**pero el VIH y el SIDA son diferentes.**

VIH es el virus que daña su sistema inmunológico. Sin tratamiento, el VIH puede causar SIDA.

SIDA significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida y se desarrolla cuando el sistema inmunológico está muy dañado y su cuerpo no puede combatir las infecciones. El SIDA te pone muy enfermo.

**En Australia, casi todas las personas que reciben tratamiento para el VIH no desarrollan SIDA.**

Existen muchos tratamientos nuevos disponibles que combaten el VIH y reducen el daño que el VIH hace a su sistema inmunológico.

## ¿CÓMO SE CONTRAE EL VIH?

El VIH se encuentra en los fluidos corporales, como la sangre, el semen, los fluidos vaginales y la leche materna. El VIH solo se puede contraer cuando los fluidos corporales de una persona con VIH ingresan en el cuerpo de otra persona.

## SE PUEDE CONTRAER EL VIH AL:

- Tener relaciones sexuales vaginales o anales sin condón
- Compartir agujas y otros equipos para inyectar drogas
- Hacerse perforaciones corporales o tatuajes con material sin esterilizar
- Someterse a transfusiones de sangre y procedimientos médicos en algunos países.

En Australia, las transfusiones de sangre y los procedimientos médicos son seguros.

La madre también puede transmitir el VIH a su hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia si la madre es VIH positiva.

## EL VIH NO SE PUEDE CONTRAER AL:

- Toser o estornudar
- Besarse, abrazarse o llorar
- Compartir cama con alguien que tiene VIH
- Compartir alimentos con alguien que tiene VIH
- Compartir un inodoro o una ducha con alguien que tiene VIH
- Ser picado por un insecto o mosquito.

## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL VIH?

Es posible que no tenga ningún síntoma cuando contraiga el VIH por primera vez.

Pero en algunos casos, cuando contrae el VIH por primera vez podría sentirse enfermo, como si tuviera la gripe, podría sentirse cansado y tener:

- Fiebre
- Sudores en la cama por la noche
- Erupción cutánea
- Dolores.

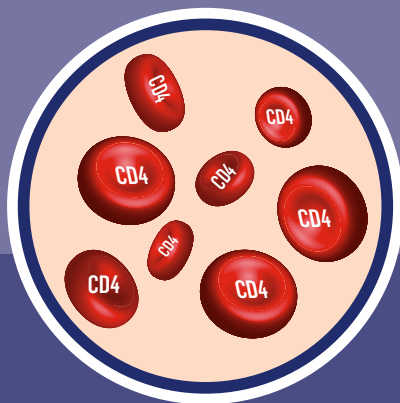
**ES IMPORTANTE HACER UNA PRUEBA DE VIH  
CON REGULARIDAD.**

# ¿CÓMO AFECTA EL VIH



Su sistema inmunológico protege su cuerpo contra infecciones y enfermedades y lo mantiene saludable

## CICLO DE VIDA DEL VIH

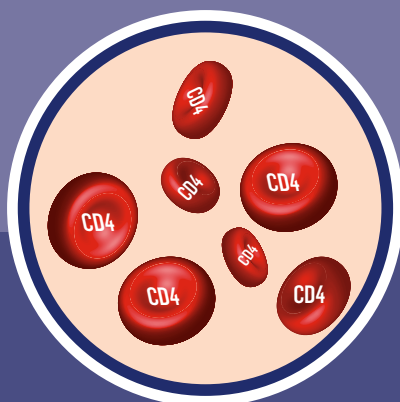


Está formado por muchas células diferentes que trabajan juntas para encontrar y destruir virus, bacterias y otros gérmenes que lo enferman. Algunas de estas células se llaman células CD4 (o células T4),



Su sistema inmunológico protege su cuerpo contra infecciones y enfermedades y lo mantiene saludable

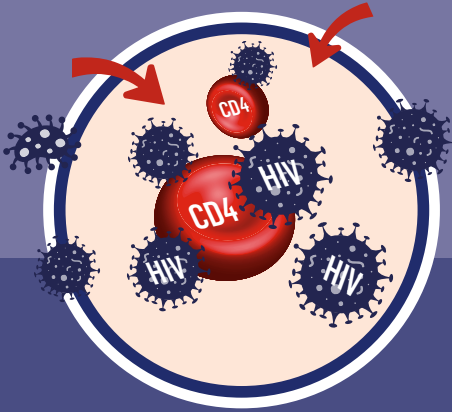
## CICLO DE VIDA DEL VIH



Está formado por muchas células diferentes que trabajan juntas para encontrar y destruir virus, bacterias y otros gérmenes que lo enferman. Algunas de estas células se llaman células CD4 (o células T4),

# ¿A SU CUERPO?

## SIN TRATAMIENTO

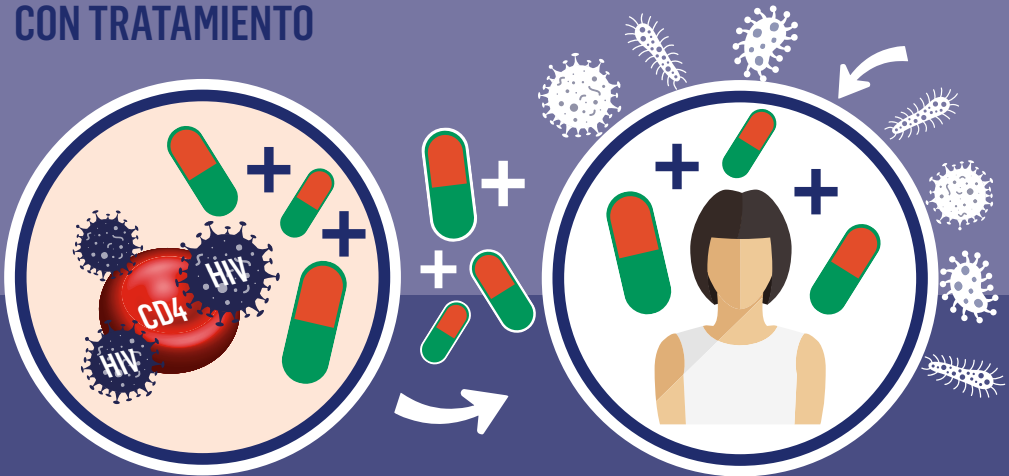


El VIH ataca y destruye tus células CD4 y daña tu sistema inmunológico.



A medida que su sistema inmunológico se debilita, es más probable que tenga infecciones graves que pueden causar la muerte. Con el tiempo, si no está recibiendo tratamiento contra el VIH, la cantidad de células CD4 en su cuerpo será muy baja. Es entonces cuando puedes desarrollar SIDA.

## CON TRATAMIENTO



El VIH ataca y destruye tus células CD4 y daña tu sistema inmunológico. El tratamiento contra el VIH es accesible y efectivo.

El tratamiento reducirá la cantidad de virus en su cuerpo y el virus del VIH dejará de dañar su sistema inmunológico. Es mejor para su salud si comienza el tratamiento contra el VIH lo antes posible.



# PRUEBAS DE VIH

# ¿CÓMO PUEDO SABER SI TENGO VIH?

**La única forma de saber si tiene VIH es haciéndose una prueba de VIH. En Nueva Gales del Sur, la prueba del VIH es gratuita, sencilla y confidencial.**

En algunas clínicas, no necesita una tarjeta de Medicare y no necesita dar su nombre real si no lo desea. La clínica le pedirá al menos dos formas de comunicarse con usted para darle su resultado, que puede ser un número de teléfono móvil, una dirección de correo electrónico o una dirección postal.

Para obtener más información sobre cómo encontrar clínicas, llame a Infolink sobre salud sexual al 1800 451 624 o al Servicio multicultural de VIH y hepatitis al 02 9515 1234.

Hay muchas maneras en que puede hacerse una prueba de VIH. Puede:

- Ir a una clínica de salud sexual
- Ir a una clínica de pruebas rápidas llamada a[TEST] (solo si usted es un hombre que tiene relaciones sexuales con otros hombres)
- Solicitar a su médico de cabecera hacerse una prueba
- Hacer una prueba de detección de VIH en sangre seca (DBS) en casa.

Para obtener más información sobre los diferentes tipos de pruebas, consulte la página 15.

**Es normal preocuparse por las pruebas y cuáles serán los resultados, pero es la única forma de saber si tiene VIH.**

Muchas personas al no saber que tienen VIH, no reciben el tratamiento contra el VIH y se quedan sin recibir los beneficios que brinda a la salud estar recibiendo el tratamiento. Además, si no sabe si tiene VIH también podría transmitirlo a otros.

Si le preocupa la confidencialidad, hable con su médico, una clínica de salud sexual o una clínica de a[TEST] (consulte la página 15).

Cualquier información que un profesional de la salud tenga sobre usted es privada.

## ¿QUIÉN DEBERÍA HACERSE LA PRUEBA?

**Cualquiera que piense que puede tener El VIH debe hacerse la prueba.**

Debe hacerse la prueba del VIH si:

- Ha tenido más de una pareja sexual y no siempre usó condón
- Tiene una pareja que tenga el VIH
- Tenga una pareja que tenga el VIH y deseen tener un bebé
- Es un hombre que tiene relaciones sexuales con otros hombres
- Ha compartido alguna vez agujas u otro material para inyectarse drogas
- Se hay hecho inyecciones, tatuajes, perforaciones o procedimientos médicos en el extranjero y no está seguro de que se haya utilizado un material esterilizado.
- Ha tenido relaciones sexuales sin condón en un país donde el VIH es común

# ¿CON QUÉ FRECUENCIA DEBO HACERME LA PRUEBA?

Si nunca se ha realizado la prueba del VIH, ahora hay muchas buenas razones para hacérsela.

Muchos deberíamos hacernos pruebas con más frecuencia. Hable con su médico o clínica de salud sexual para averiguar con qué frecuencia debe hacerse la prueba.

## TIPOS DE PRUEBAS

### TIPOS DE PRUEBA DE VIH

#### PRUEBA DE SANGRE DEL VIH

(Prueba de anticuerpos contra el VIH)

### ¿CÓMO FUNCIONA LA PRUEBA?

Este es el tipo de prueba más común. Su médico toma una muestra de sangre y la envía a un laboratorio para detectar el VIH. Si su prueba da positivo en VIH, el médico repetirá la prueba para confirmar el resultado.

### ¿QUIEN PUEDE HACERSE LA PRUEBA?

Cualquiera que quiera una prueba de VIH

#### PRUEBA RAPIDA DE VIH

a[Test]

Para detectar el VIH se toma una pequeña gota de sangre de su dedo. El resultado está listo en 30 minutos.

Hay tres resultados posibles:

**Negativo** - no hay VIH

**Reactivo** - hay VIH. Deberá realizarse una prueba de VIH para confirmar el resultado.

**Invalido** - la prueba no funcionó. Tiene que hacerse la prueba de nuevo

Hombres que tienen sexo con hombres.

#### PRUEBA DE SANGRE SECA

(DBS) Prueba de VIH

La prueba de punción digital DBS se solicita en línea y lo puede hacer en casa.

Utilice la aguja pequeña que se incluye en el kit de la prueba para recoger unas gotas de sangre de su dedo y enviarlas a un laboratorio para su análisis. Obtendrá el resultado en una semana.

- Hombres que tienen sexo con hombres.
- Personas de países donde el VIH es común.
- Personas con parejas sexuales de países donde el VIH es común.

Debes ser mayor de 16 años y vivir en Nueva Gales del Sur. No necesita una tarjeta de Medicare.

Si el resultado de la prueba de VIH es positivo comience el tratamiento tempranamente, esto lo mantendrá más saludable y su sistema inmunológico se fortalecerá y reducirá la cantidad de VIH en su cuerpo. De esta forma evitará que transmita el VIH a sus parejas sexuales.

## A DÓNDE IR PARA HACERSE LA PRUEBA

Un médico de cabecera  
Una clínica de salud sexual  
Planificación familiar de Nueva Gales del Sur

Los centros de pruebas rápidas de VIH, llamados a[TEST] se pueden encontrar en:  
[www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/)

Solicite el kit de prueba de VIH DBS en línea en:  
<https://www.hivtest.health.nsw.gov.au/>

Recibirá el kit de prueba por correo en un sobre confidencial. Tiene todo lo que necesita para hacer la prueba.

## ¿CUÁNTO CUESTA LA PRUEBA?

La prueba es gratuita si la ordena un médico de cabecera que factura directamente al Medicare, clínicas de salud sexual y de planificación familiar de Nueva Gales del Sur.

Si su médico de cabecera no factura directamente al Medicare, puede ser que usted deba pagar por el servicio

GRATIS

GRATIS



# TRATAMIENTO DEL VIH



# ¿CÓMO SE TRATA EL VIH?

**Los tratamientos para el VIH disponibles hoy en día son muy efectivos.**

El VIH se trata con medicamentos llamados antirretrovirales (ARV).

Los antirretrovirales no eliminan el VIH, pero reducen la cantidad de virus en su cuerpo y, por lo tanto, evitan que el virus dañe su sistema inmunológico. Una vez que el virus se ha reducido a niveles muy bajos (generalmente a las pocas semanas de comenzar el tratamiento), el VIH no puede transmitirse de una persona a otra.

Si está en tratamiento para el VIH, puede vivir una vida plena, larga y saludable. Es mejor para su salud si comienza el tratamiento contra el VIH lo antes posible.

## **COSAS QUE DEBE SABER SOBRE LOS TRATAMIENTOS CONTRA EL VIH:**

- Los tratamientos contra el VIH son muy efectivos, pero duran toda la vida.
- Su salud mejorará cuanto antes comience el tratamiento contra el VIH.
- Debe administrarlo exactamente como lo indica su médico y asegurarse de no omitir ninguna píldora.
- Algunas personas tienen efectos secundarios. En ese caso, deberá comunicárselo a su médico, para que pueda recetarle un tratamiento diferente para detener los efectos secundarios.
- Tomar antirretrovirales es una decisión importante que debe discutir con su médico. Tómese el tiempo que necesite para preguntar y asegurarse de tener toda la información que requiera.

# ¿DÓNDE PUEDO RECIBIR TRATAMIENTO CONTRA EL VIH Y CUÁNTO CUESTA?

Un médico especializado en VIH es quien mejor le podrá informar sobre el tratamiento. Si su médico no tiene experiencia en VIH, solicite una consulta con un médico en una clínica de salud sexual o pida a su médico que le remita a un especialista en VIH.

Su médico le recetará el medicamento contra el VIH adecuado para usted. Necesita llevar esta receta a:

- **Farmacia del hospital:** para obtener su medicamento de una farmacia del hospital, es importante que llame antes de ir para asegurarse de que estén abiertos.
- **Farmacia local:** pregunte a su farmacia local si venden su medicamento contra el VIH. Planee con anticipación cuando necesite más medicamento y deje que el farmacéuta haga el pedido. Algunas farmacias locales pueden entregarle su medicamento de forma gratuita. Todas las farmacias deben mantener su información personal privada.
- **Farmacias en línea:** puede comprar sus medicamentos contra el VIH por Internet y que se los envíen a su casa o a otra dirección.

En Nueva Gales del Sur (NSW), el tratamiento es **gratuito** para cualquier persona que tenga el VIH (VIH positivo). No necesita una tarjeta de Medicare para recibir tratamiento gratuito.

**CONSULTE A SU MÉDICO PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN.**

# LENGUAJE COMÚN DEL VIH

Algunas de las palabras que usará su médico cuando esté en tratamiento son:

## CARGA VIRAL

**Carga viral se usa para describir la cantidad de VIH que hay en su sangre.**

Si su carga viral es alta, significa que su sistema inmunológico está siendo atacado y debilitado.

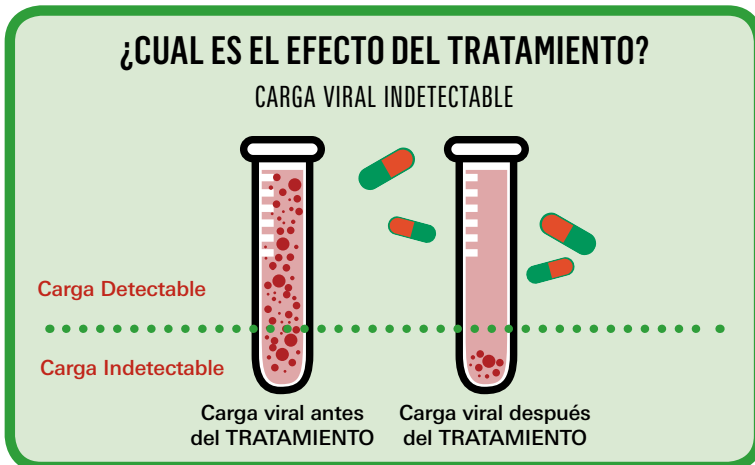
Si su carga viral es baja o indetectable significa que su sistema inmunológico no está siendo atacado y es mucho menos probable que se enferme o desarrolle SIDA.

Una prueba de medición de su carga viral muestra cómo está funcionando su tratamiento contra el VIH y puede ayudarles a usted y a su médico a decidir si el tratamiento funciona o si hay que cambiarlo.

## CARGA VIRAL INDETECTABLE

**Carga viral indetectable** significa que el VIH todavía está presente en su cuerpo, pero en cantidades muy pequeñas. La cantidad de VIH en la sangre es tan pequeña que la prueba no puede encontrarla.

**Cuando su carga viral es indetectable, el VIH no está dañando su sistema inmunológico y usted no puede transmitir el VIH a otras personas.**



Si toma el tratamiento para el VIH como su médico lo prescribe su carga viral llegará a ser indetectable.

Necesitará realizarse análisis de sangre con regularidad para verificar su carga viral. Debe seguir tomando su medicamento regularmente para mantener su carga viral indetectable.

Si tiene VIH y no tiene una tarjeta de Medicare, hable con su médico o contacte con un servicio de asistencia (consulte la página 45) para obtener más información y asistencia.

## CONTROLANDO Y CUIDANDO SU SALUD

Para conseguir calidad de vida viviendo con el VIH debe trabajar con su médico, de forma que se mantenga saludable y esté protegido contra otras infecciones. Una parte importante de vivir bien con el VIH es que trabaje con su médico para mantenerse saludable y protegerse de contraer otras infecciones. Es muy importante hacerse chequeos regulares para que su médico pueda verificar cualquier cambio en su salud y aconsejarle sobre qué hacer.

## TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

Algunas personas que viven con el VIH utilizan terapias complementarias y también toman medicamentos contra el VIH (antirretrovirales).

Las terapias complementarias incluyen:

- Acupuntura
- Homeopatía
- Hipnoterapia
- Masaje
- Meditación
- Naturopatía
- Medicina tradicional
- Vitaminas.

Las terapias complementarias no pueden tratar o curar el VIH, pero pueden ayudar con los efectos secundarios de su tratamiento contra el VIH.

Informe a su médico si está usando alguna terapia complementaria, ya que estas pueden afectar su tratamiento contra el VIH.



# PREVENCIÓN DEL VIH



**Puede protegerse y proteger a los demás del VIH si:**

## **UTILIZA CONDONES Y LUBRICANTES**

Esto puede ayudar a protegerse y a proteger a otros de algunas infecciones que pueda contraer con el sexo: infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH.

Los condones vienen en diferentes formas, tamaños y colores. Es posible que deba probar algunos tipos diferentes para encontrar el que más le convenga.

Los condones solo deben usarse con lubricante a base de agua. Los aceites y la vaselina pueden debilitar el condón y podría romperse.

Puede comprar condones y lubricante en:

- Farmacias
- Supermercados
- Tiendas multiservicio
- Máquinas expendedoras en baños de hombres y mujeres.

Puede conseguir condones y lubricantes gratis en:

- Clínicas de planificación familiar
- Centros de salud comunitarios
- Clínicas de salud sexual
- ACON (ver página 45).

# TOMA DEL TRATAMIENTO COMO PREVENCIÓN (TasP)

Si vive con el VIH, tomar los tratamientos contra el VIH según las indicaciones de su médico hará que su carga viral sea indetectable. Tener una carga viral indetectable significa que no puede transmitir el VIH a otras personas.

# TOMA DE LA PROFILAXIS PREVIA A LA EXPOSICIÓN (PrEP)

PrEP es una forma de protegerse del VIH mediante la toma de medicamentos contra el VIH recetados por un médico. Puede optar por tomar el medicamento contra el VIH en forma de píldora o inyección.

Si decide tomar **las pastillas de PrEP**, puede tomarlas a **diario**, A demanda (o PrEP de acuerdo con la ocasión o cuando lo necesite) o **periódicamente** (de vez en cuando). Todas estas opciones son eficaces para prevenir el VIH. Descubra cuál funciona mejor para usted utilizando la herramienta de frecuencia de dosificación de PrEP: [endinghiv.org.au/stay-safe/prep-dosing-frequency-tool/](https://endinghiv.org.au/stay-safe/prep-dosing-frequency-tool/).

Otra opción es la **PrEP inyectable**, que es tan eficaz como las pastillas. La PrEP inyectable proporciona una protección más prolongada. Solo es necesario aplicar una inyección cada dos meses.

La PrEP no le protege de contraer otras infecciones de transmisión sexual (ITS), por lo que es importante seguir usando condones para evitar contraer otras ITS. Hable con su médico o con una clínica de salud sexual para saber si la PrEP es adecuada para usted. Puede llamar al 1800 451 624 Línea de Información de Salud Sexual o visitar la página de internet: [shil.nsw.gov.au](https://shil.nsw.gov.au).



## TOMA DE LA PROFILAXIS TRAS LA EXPOSICIÓN (PEP)

**Si usted cree que ha tenido contacto con el VIH, debe tomar la PEP por cuatro semanas para protegerse de contraer el VIH.**

La PEP es para cualquier persona que piense que puede haber estado en contacto con el VIH porque:

- Tuvo relaciones sexuales sin condón
- Compartió agujas u otro material para inyectarse drogas

**Debe comenzar a tomar PEP lo antes posible. Solo funcionará si lo toma dentro de las 72 horas posteriores al contacto con el VIH.**

Si su médico considera que la PEP es adecuada para usted, deberá tomarla todos los días durante 28 días.

Puede obtener PEP en clínicas de salud sexual, médicos que se especializan en VIH y hospitales.

## USO DE MATERIAL ESTERILIZADO PARA INYECTAR DROGAS

Solo utilizando sus agujas, jeringas y otros equipos propios o nuevos es la mejor manera de protegerse y proteger a los demás del VIH.

Las agujas y los materiales gratuitos están disponibles en los Programas de agujas y jeringas (NSPs) y algunas farmacias.

Puede obtener nuevos equipos de inyección siempre que vea esta señal: →





# USO DEL SISTEMA SANITARIO



# USO DEL SISTEMA SANITARIO

El sistema sanitario está compuesto por servicios, organizaciones y personas que brindan atención en salud. Estos incluyen hospitales, clínicas, médicos, enfermeras, trabajadores sociales e intérpretes.

Encontrar la información y los servicios que necesita puede ser difícil, especialmente si usted no se siente bien y su inglés es limitado. Es posible que deba usar algunos servicios de salud que no ha usado antes. Es importante que sepa qué servicios de atención en salud están disponibles y cómo pueden ayudarlo.

**Muchos servicios de salud son gratuitos si dispone de una tarjeta de Medicare.**

Esto significa que el médico factura directamente al Medicare. Sin embargo, es posible que aún deba pagar los medicamentos o algunas pruebas que se le ordenen.

Si tiene una tarjeta de Medicare, siempre pregunte si la facturación se hace directamente al Medicare antes de ver al médico o cualquier otro trabajador de la salud.

Siempre lleve consigo su tarjeta de Medicare cuando visite a su médico, una clínica o un hospital.

Sus datos de Medicare son confidenciales.

**Si no tiene una tarjeta de Medicare, puede usar algunas clínicas de salud sexual sin costo alguno.**

Para encontrar una clínica de salud sexual cerca de usted, vaya a:

[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)

# ROLES DE LOS PROFESIONALES DE LA SALUD Y SERVICIOS SANITARIOS EN VIH

## **MÉDICOS DE CABECERA(GP)**

Los médicos de cabecera (médicos de medicina general) son médicos que trabajan en la comunidad en lugar de hospitales. Puede visitar un médico de cabecera en un centro médico o un consultorio privado. Algunos médicos hacen facturación directamente al Medicare si dispone de una tarjeta de Medicare (no paga), pero algunos médicos cobran una tarifa adicional por su servicio. Siempre es importante verificar si habrá una tarifa para ver al médico de cabecera.

Si tiene VIH, es importante encontrar un médico de cabecera que comprenda el VIH y tenga experiencia en el tratamiento de personas que viven con el VIH. No todos los médicos de cabecera pueden prescribir un tratamiento contra el VIH. Si su médico de cabecera no puede recetarle un tratamiento contra el VIH, pueden remitirlo a un médico de cabecera que pueda hacerlo, o a un médico especialista.

Un médico de cabecera puede recetar la PrEP, por lo que si cree que la PrEP es adecuada para usted, hable con su médico de cabecera.

## **ESPECIALISTAS**

Los especialistas son médicos que están capacitados para tratar problema de salud en particular. Los especialistas en medicina contra el VIH supervisarán cada etapa de su tratamiento y atención. Debe tener una carta de referencia de su médico de cabecera para reservar una cita con un especialista en VIH.

## CLÍNICAS DE SALUD SEXUAL

Hay clínicas de salud sexual ubicadas a lo largo de Nueva Gales del Sur. Estas clínicas brindan servicios médicos, asesoramiento y apoyo en materia de salud sexual y reproductiva, incluido el VIH.

Todas las clínicas de salud sexual:

- Cuentan con personal con mucha experiencia en VIH
- Son gratis.

Algunas clínicas de salud sexual:

- Están abiertas hasta tarde
- No piden identificación
- Atienden personas que no tienen una tarjeta de Medicare.

## HOSPITALES

Los hospitales brindan tratamiento especializado a las personas que están enfermas, incluidas las personas que viven con el VIH. Algunos especialistas en VIH están ubicados en hospitales.

## ASESORES, TRABAJADORES SOCIALES Y PSICÓLOGOS

Muchos servicios tienen asesores, trabajadores sociales y psicólogos que pueden hablarle sobre sus sentimientos y encontrar soluciones a algunos de los desafíos de vivir con el VIH.

Un consejero o trabajador social puede:

- Ayudarle a encontrar servicios
- Explicarle aspectos del tratamiento del VIH que quizás no entienda
- Proporcionar apoyo emocional
- Ayudarle a decidir a quién decir que tiene VIH, cómo decírselo e incluso estar con usted cuando se lo diga.

## INTÉRPRETES

Si usted no se siente cómodo hablando en Inglés, puede tener un intérprete presente cuando esté hablando con trabajadores de la salud u otros servicios.

El trabajo del intérprete es el de transmitir todo lo que usted y el trabajador de salud se dicen entre sí.

Mediante un intérprete puede:

- Entender todo lo que le dicen
- Asegurarse de que todo lo que usted dice se entiende
- Hacer preguntas y obtener respuestas
- Entender y consentir las pruebas y el tratamiento.

Como todos los profesionales de la salud, los intérpretes deben proteger su confidencialidad.

También dispone de intérpretes telefónicos en cualquier parte de Australia. Este servicio se llama Servicio de Intérprete Telefónico (TIS, por sus siglas en inglés). El servicio es gratuito y no es necesario reservar con antelación.

**Para usarlo llame al : 131450.**

# SERVICIOS DE VIH

## **VIH Y HEPATITIS MULTICULTURAL (MHAHS)**

MHAHS proporciona asistencia a los migrantes y refugiados que viven con el VIH y ayuda a las personas a entender su VIH, a usar la salud y otros servicios, y brinda apoyo emocional.

Este servicio cuenta con trabajadores de apoyo, hombres y mujeres, de origen Asiático, Africano, Europeo, de Medio Oriente y Sudamericano quienes entienden lo que es vivir con VIH/SIDA y pueden ocuparse de asuntos culturales.

Este servicio es gratuito.

Para obtener más información, vaya a:

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)

Teléfono: 02 9515 1234

## **ACON**

ACON se especializa en la prevención del VIH, el apoyo a las personas con VIH y la salud de lesbianas, gays, bisexuales, transexuales e intersexuales (LGBTI).

ACON ayuda a las personas con VIH a tomar el control de su salud, así como la salud de sus parejas, proporcionando información, programas y servicios que incluyen asesoramiento, asistencia y organizando grupos de apoyo.

Para obtener más información, vaya a:

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)

Teléfono: 02 9206 2000

## **POZHET**

Pozhet promueve la salud y el bienestar de los heterosexuales con VIH, sus parejas y familiares en todo Nueva Gales del Sur. Proporciona educación y apoyo a los heterosexuales que viven con el VIH y vincula a las personas con servicios sociales y de salud. Pozhet también proporciona información sobre la prevención del VIH a todos los heterosexuales.

Para obtener más información, vaya a:

[www.pozhet.org.au](http://www.pozhet.org.au)

Teléfono: 1800 812 404

## **POSITIVE LIFE NSW**

Positive Life NSW trabaja para promover una imagen positiva de las personas que viven y están afectadas por el VIH con el objetivo de acabar con los prejuicios, el aislamiento, el estigma y la discriminación. Positive Life tiene como objetivo cambiar los sistemas y las prácticas que discriminan a las personas que viven con el VIH, sus parejas, amigos, familiares y cuidadores en Nueva Gales del Sur.

Para obtener más información, vaya a:

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)

Teléfono: 02 9206 2177 or 1800 245 677



# VIH Y SUS DERECHOS



## ALGUNAS PREOCUPACIONES COMUNES QUE LAS PERSONAS TIENEN SOBRE EL VIH SON:

Estoy vivo pero no siento que esté integrado porque me he aislado de mi comunidad.


Tengo miedo de hacerme una prueba. ¿Y si sale positiva? Mi familia me rechazaría. Preferiría no saberlo.

En mi país hay muchos prejuicios respecto a las personas que están afectadas por el VIH.

Mi familia estaba avergonzada y no quiso hablarme.

No quiero que se cancele mi visa y tener que volver a mi país. Soy libre de ser quien soy en Australia.

En mi cultura, no hablamos de sexo ni con mis amigos homosexuales



Estigma es cuando alguien experimenta creencias, sentimientos y puntos de vista negativos debido a su género, sexualidad, raza, color, problemas de salud o fe religiosa.

Cuando una persona es vista como diferente, puede ser juzgada y discriminada y experimentar el estigma. Esto puede hacer que las personas que viven con el VIH se aíslen y eviten hacerse la prueba del VIH, comenzar el tratamiento y utilizar los servicios sanitarios y de apoyo.

En Australia, es contrario a la ley que cualquier persona o profesional sanitario le discrimine, juzgue, critique o niegue el servicio debido a su género, sexualidad, raza, color, problemas de salud o creencias religiosas.

## EL VIH Y LA LEY

Es importante saber sobre el VIH y la ley.

**En Nueva Gales del Sur, por ley, no es necesario que le diga a alguien que tiene VIH antes de tener relaciones sexuales siempre y cuando tome las precauciones razonables para proteger a la otra persona del VIH.**

Entre las precauciones razonables para evitar la transmisión del VIH se pueden incluir:

- El uso del condón
- Tener una carga viral indetectable (por estar en tratamiento contra el VIH)
- Que su pareja sexual este tomando profilaxis previa a la exposición (PrEP).

Si está afectado con el VIH, debe preguntarle a su médico qué precauciones razonables puede tomar para proteger a sus parejas del VIH.

Para más información, consulte la información del Ministerio de Salud de Nueva Gales del Sur en: [www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx)





# LISTA DE SERVICIOS



# SERVICIOS DE APOYO

## **Multicultural HIV and Hepatitis Service**

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)

Sydney: 02 9515 1234

Llamada gratuita: 1800 108 098

Level 2, 18 Marsden Street

Camperdown, NSW 2050

Correo electrónico: [info@mhahs.org.au](mailto:info@mhahs.org.au)

## **ACON**

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)

Teléfono: 02 9206 2000

Llamada gratuita: 1800 063 060

414 Elizabeth Street

Surry Hills, NSW 2010

Correo electrónico: [acon@acon.org.au](mailto:acon@acon.org.au)

## **Positive Life NSW**

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)

Teléfono: 02 9206 2177

Llamada gratuita: 1800 245 677

Suite 5.2, Level 5, 414 Elizabeth Street

Surry Hills, NSW 2010

Correo electrónico: [contact@positivelife.org.au](mailto:contact@positivelife.org.au)

[positivelife.org.au](http://positivelife.org.au)

## **Pozhet**

**(Servicio de VIH en heterosexuales de NSW)**

[pozhet.org.au](http://pozhet.org.au)

Línea telefónica de asistencia para VIH en heterosexuales: 1800 812 404

18 Marsden Street

Camperdown, NSW 2050

Correo electrónico: [pozhet@pozhet.org.au](mailto:pozhet@pozhet.org.au)

## **Bobby Goldsmith Foundation (BGF)**

BGF es un servicio estatal de Nueva Gales del Sur que brinda apoyo e información a las personas que viven con el VIH.

[www.bgf.org.au](http://www.bgf.org.au)

Llamada gratuita: 1800 651 011

Level 3, 111-117 Devonshire Street

Darlinghurst, NSW 2010

Teléfono: 02 9283 8666

Correo electrónico: [bgf@bgf.org.au](mailto:bgf@bgf.org.au)

## **NUAA (Asociación de usuarios y SIDA de NSW)**

NUAA está liderada por personas con experiencia en drogas, que proporcionan información y apoyo a los consumidores de drogas en Nueva Gales del Sur.

[nuaa.org.au](http://nuaa.org.au)

Teléfono: 02 8354 7300

Llamada gratuita: 1800 644 413

345 Crown Street

Surry Hills, NSW 2010

## ¿DÓNDE HACERSE LA PRUEBA?

Busque un sitio para hacerse la prueba de VIH, por ubicación  
[www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested)

### **Servicios De Salud Sexual**

Salud sexual de Nueva Gales del Sur  
Enlace informativo: 1800 451 624  
[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)

## SERVICIOS JURÍDICOS

### **HIV/AIDS Legal Centre (HALC)**

El centro jurídico de VIH/SIDA HALC brinda asistencia legal gratuita a personas en Nueva Gales del Sur que viven con VIH o hepatitis.

[www.halc.org.au](http://www.halc.org.au)  
Teléfono: 02 9206 2060

414 Elizabeth Street  
Surry Hills, NSW 2010  
Correo electrónico: [halc@halc.org.au](mailto:halc@halc.org.au)

# TÉRMINOS QUE PUEDE ESCUCHAR AL HABLAR SOBRE EL VIH

## **Adherencia**

La adherencia es la toma del tratamiento contra el VIH todos los días, como lo ordenó su médico.

## **Anticuerpo**

El cuerpo produce anticuerpos para combatir bacterias y virus como el VIH.

## **ARV**

Los medicamentos antirretrovirales son medicamentos que se usan para tratar el VIH.

## **Facturación directamente al Medicare**

Si su médico factura directamente al Medicare, su visita es gratuita porque Medicare le paga al médico. Si su médico no factura directamente al Medicare, usted le paga al médico y luego le reclama un reembolso a Medicare.

## **Células CD4**

Las células CD4 son un tipo de célula del sistema inmunológico en el cuerpo a la que el VIH ataca y mata con el tiempo. Cuanto menor es el número de células CD4, más débil es el sistema inmunológico.

## **Ensayos clínicos**

Los ensayos clínicos son estudios de investigación en los que las personas se ofrecen voluntariamente para probar nuevos tratamientos, para manejar diferentes condiciones médicas.

## **Condomes**

Se trata de una fina bolsa de goma (de látex) que se ajusta al pene erecto de un hombre con el fin de evitar el embarazo y reducir la posibilidad de contagiar el VIH y otras ITS.

## **Confidencialidad**

Cualquier información que un profesional de la salud tenga sobre usted es privada. Un profesional de la salud solo puede transmitir su información con su permiso o en circunstancias muy especiales..

## **Diagnóstico**

La conclusión a la que puede llegar un médico después de examinar, hacer pruebas y hablar con sus pacientes.

## **Prueba de VIH con muestras sangre seca (DBS)**

Se trata de una prueba sencilla del VIH mediante la punción del dedo, gratuita, confidencial y que se puede solicitar en línea.

## **VIH negativo**

Alguien que no tiene VIH.

## **VIH positivo**

Alguien que tiene VIH.

## **Estatus de VIH**

El estatus del VIH trata sobre si usted es VIH positivo o VIH negativo.

## **Prueba de VIH**

Examen de sangre utilizado para encontrar anticuerpos contra el VIH. También se le llama prueba de anticuerpos contra el VIH.

## **Infección**

Es un germen en/ o sobre el cuerpo que te enferma. Las infecciones pueden ser causadas por virus, bacterias, hongos o parásitos.

## **Lubricante**

El lubricante es una sustancia resbaladiza que se usa con condones para reducir la fricción durante las relaciones sexuales.

## **PEP**

La profilaxis posterior a la exposición es el tratamiento que toma una persona con VIH negativo en las 72 horas posteriores a un evento de riesgo potencial de VIH para prevenir la infección por VIH.

## **PrEP**

La profilaxis previa a la exposición (PrEP) es cuando una persona VIH negativa toma medicamentos contra el VIH todos los días para protegerlos del VIH.

## **Prueba rápida de VIH**

Para detectar el VIH se toma una pequeña gota de sangre de su dedo. El resultado está listo en 30 minutos.

## **Drogas recreativas**

Se trata de drogas que no están recetadas por un médico y se usan por placer. Todas las drogas recreativas son ilegales en Australia.

## **Medicamentos altamente especializados de la Sección 100 (s100)**

Los medicamentos altamente especializados son medicamentos que se usan para tratar y prevenir el VIH, que solo pueden recetar los médicos especialmente capacitados.

## **Médico que prescribe medicamentos S100**

Un médico que ha sido capacitado para prescribir medicamentos altamente especializados de la Sección 100 (s100), incluidos los medicamentos que se usan para tratar y prevenir el VIH.

## **Infecciones de transmisión sexual (ITS)**

Las infecciones se propagan a través del contacto sexual. Son causadas por bacterias, virus o parásitos.

## **Seroconversión**

El tiempo que tardan los anticuerpos contra el VIH en detectarse en la sangre después de la infección. Esto a veces se denomina periodo silente.

## **Efecto secundario**

Una posible reacción negativa a la medicación o tratamiento.

## **Estigma**

Creencias negativas, sentimientos y puntos de vista que una sociedad o grupo de personas tienen hacia alguien debido a su género, sexualidad, raza, color, problemas de salud o creencias religiosas.

# TÉRMINOS QUE PUEDE ESCUCHAR AL HABLAR SOBRE EL VIH

## **TasP**

El tratamiento como prevención o TasP implica tomar medicamentos contra el VIH según las indicaciones de su médico para hacer que la carga viral sea indetectable.

## **Transmisión**

El paso de una enfermedad de una persona a otra.

## **Tratamiento**

Algo que una persona hace para que pueda mantenerse saludable o mejorar. Los tratamientos pueden implicar tomar medicamentos, terapias complementarias y/o cambios en el estilo de vida.

## **Carga viral indetectable (UVL)**

Una carga viral indetectable significa que el VIH todavía está en su cuerpo pero en cantidades muy pequeñas. Este es el objetivo principal del tratamiento del VIH, ya que significa que el sistema inmunológico no está siendo atacado y que una persona no puede transmitir el VIH a sus parejas sexuales.

## **Máquina expendedora**

Una máquina expendedora es una máquina en la que puede obtener cosas como chocolate, café o condones introduciendo dinero y presionando un botón. Las máquinas expendedoras con condones generalmente se encuentran en los aseos de algunos lugares, como bares o universidades.

## **Carga viral**

Término usado para describir la cantidad de VIH en su sangre. Cuanto mayor es la carga viral, mayor es la posibilidad de transmitir el VIH y más rápido puede debilitar su sistema inmunológico.

## **Virus**

Germen que algunos antibióticos no pueden tratar. El VIH, la hepatitis B y la hepatitis C son virus que no pueden tratarse con antibióticos. Todos ellos pueden ser tratados con medicamentos antivirales.

## **Periodo silente**

Ver 'seroconversión'.

