

durante el periodo ventana, el resultado podría ser un “falso negativo”, es decir, tienes el virus pero no tienes anticuerpos al VIH y, por tanto, la prueba no los detecta aunque estés infectado.

- si has tenido una práctica de riesgo puntual o se ha roto el condón puedes hacerte la prueba a los 3 meses.
- si mantienes prácticas de riesgo habitualmente puedes hacerte la prueba de manera rutinaria cada 6 meses.
- la única forma de saber si eres seronegativo o seropositivo es haciéndote la prueba del VIH/Sida. Si no te la has hecho, cualquier opinión que tengas sobre tu estado serológico puede estar equivocada.

¿Dónde hacerte la prueba del Sida?

- Puedes pedírsela al médica/o de tu centro de salud.
- En algunas ciudades existen centros donde se realizan la prueba de manera anónima y gratuita si quieres información sobre si existe alguno de ellos en tu ciudad puedes llamar a los teléfonos de las asociaciones que aparecen en este folleto.

¿Quieres más información?

En las asociaciones de gays, lesbianas, transexuales y bisexuales de FELGT, y en las de lucha contra el Sida puedes recibir **asesoramiento antes y después de hacerte la prueba del VIH/Sida**, que te ayudará a evaluar tus prácticas de riesgo, ventilar tus emociones y preocupaciones durante el tiempo de espera del periodo ventana, aprender a practicar sexo más seguro, y recibir información y apoyo en caso de resultar seropositivo.

Y recuerda, seas seronegativo, seropositivo o “seronolósé” practica el sexo más seguro: usa condón y lubricante soluble en agua

Con la colaboración de:



Coordinadora Estatal del SIDA

**Sal de dudas,
quiérete, cuídate.**



ALGARABÍA Tenerife 600764716 / ALEGA Cantabria 942 214 049 / ALEGAVA Valladolid 646 941 032 / ALTIHAY Fuerteventura 928 859 358 / AMLEGA Melilla 685 225 070 / ARCADIA Cádiz 956 212 200 / ARCO IRIS Balears 971 227 282 / BEN AMICS Balears 971 715 670 / BOLOBOLO Toledo 699 541 410 / CGLI Ibiza-Formentera 971 19 24 21 / COGALE León 699 141 795 / COGAM Madrid 915 224 517 / DECIDE-T Alacant 678 708 730 / DEFRENTE LGTB Sevilla 653 356 353 / GAILES La Ribera 610 955 647 / GAMA Las Palmas 928 433 427 / GEHITU País Vasco 902 200 096 / GUIRIGAY Corredor del Henares 916 739 415 / GYLDA La Rioja 941 226 762 / HALEGATOS Madrid 902 280 669 / IGUALES Salamanca 629 379 167 / JERELES GAY Jerez de la Frontera 696 917 832 / COL-LECTIU LAMBDA València 963 913 238 / LEGAIS Vigo 630 061 399 / MAGENTA Aragón 976400338 Ext 109 / NOS Granada 958 200 602 / OJALA Málaga 952 652 547 / ORLANDO 951 116 169 / PECAMINATA Murcia 968 205 200 / RQTR Madrid 913 942 828 / SONRIE TU Zamora 607 545 055 / TRANSEXUALIA 616 601 510 / XEGA Asturias 985 224 029 / XEGA XOVEN Asturias 985 224 029

PRUEBA SIDA
mañana 9h.

**Sal de dudas,
quiérete, cuídate.**



Es posible que alguna vez se te haya pasado por la cabeza hacerte la prueba del Sida. Es un asunto importante. Tal vez, no estás seguro de qué ventajas tiene hacérsela. Puede que sientas miedo o angustia al pensar en ello. Este folleto pretende ayudarte a tomar una decisión al respecto.

¿Qué es la prueba del VIH/Sida?

Consiste en un análisis de sangre que **detecta** si en tu cuerpo hay **anticuerpos anti-VIH**, que es la reacción del organismo ante la presencia del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH). Por tanto,

- un resultado **NEGATIVO** quiere decir que **NO** te has infectado con el VIH. Eres **seronegativo**.
- un resultado **POSITIVO** quiere decir que **SÍ** te has infectado con el VIH. Eres **seropositivo o portador del VIH**.

¿Para qué hacerte la prueba del VIH/Sida?

Si eres **SERONEGATIVO**:

- ganarás en **tranquilidad** saliendo de dudas.
- **aprenderás** más sobre cómo **prevenir la transmisión del virus del Sida**.

Recuerda que **ser seronegativo no quiere decir que estés inmunizado contra el VIH** y puedes contraerlo si no usas medidas preventivas. Tú decides qué riesgos correr; es tu responsabilidad decidir cómo protegerte y proteger a los demás, ya sea tu pareja estable o una pareja ocasional.

Si eres **SEROPOSITIVO**:

- cuanto antes lo sepas **antes podrás cuidar de tu salud**: tener una alimentación más sana, reducir el estrés, practicar algún deporte, evitar el tabaco, el alcohol y otras drogas, etc.
- cuanto antes lo sepas **antes podrás recibir atención y cuidados médicos especializados**: información sobre tu estado de salud y sobre la Infección por VIH/Sida, seguimiento médico, tratamiento preventivo de enfermedades, medicación para fortalecer tu sistema inmunológico, capacidad para decidir sobre opciones de tratamiento antes de que lo necesites, etc.

Recuerda, **ser seropositivo no quiere decir que tengas el Sida**. Tendrás que realizarte otras analíticas que te orientarán sobre el estado de tu sistema inmunitario (recuento de defensas) y el nivel de virus en sangre (carga viral).

Las personas seropositivas han de **seguir usando medidas preventivas**, por dos razones muy importantes:

- si tienes relaciones sexuales sin protección **con personas seronegativas**, ya sean una pareja ocasional o tu pareja estable, puedes transmitir el VIH. Su seguridad también es responsabilidad tuya.

- si tienes relaciones sexuales sin protección **con personas seropositivas**, ya sean una pareja ocasional o tu pareja estable, os arriesgáis a reinfectaros. La reinfección con el VIH puede hacer que se debilite vuestro sistema inmunitario y que disminuya la efectividad de los tratamientos para el SIDA.

¿Cuándo hacerte la prueba del VIH/Sida?

Para hacerte la prueba has de tener en cuenta algunas cuestiones importantes:

- tienes que haber tenido, al menos, una **práctica de riesgo**: cualquier conducta que ponga en contacto semen, flujo vaginal o sangre infectados con tu torrente sanguíneo. Una sola práctica de riesgo puede transmitir el virus del Sida.
- la práctica sexual de más alto riesgo es la **penetración anal y vaginal sin preservativo**, tanto si te penetran como si penetras. El **sexo oral** (felación o mamada) también tiene riesgo, sobre todo si eyaculan en tu boca.
- tiene que haber pasado el **periodo ventana** (entre 4 y 12 semanas desde la última práctica de riesgo), que es el tiempo que se suele tardar en desarrollar anticuerpos si se ha entrado en contacto con el VIH. Si te haces la prueba