

¿MEJOR NO SABERLO?

opciones para cuando no estás seguro de tu situación respecto al VIH.

gl  stop sida
coordinadora gai-lesbiana

tanto si uno se hace la prueba del VIH como si no, todo el mundo tiene una situación respecto al VIH.

¿cuál es el tuyo? ¿negativo?

¿positivo? ¿estás seguro? si no lo estás,

¿no te interesa saberlo?

¿podrían estar tus opciones más claras?

sobre: ● el tipo de sexo que practicas ● cuidarte ● tus prioridades ● tu relación con la gente ● tus metas y ambiciones ● un nuevo comienzo



HE CORRIDO RIESGOS,
PERO ESTOY BASTANTE
SEGURO DE QUE SOY
VIH NEGATIVO.

¿NO ES SUFICIENTE?

saber con seguridad que eres VIH negativo

podría proporcionarte:

tranquilidad

- sabiendo que no has cogido el VIH
- o que no lo has pasado a alguien

oportunidades para aprender a reducir los riesgos que estás corriendo

- si das negativo después de haber follado sin condón, no significa que siempre vayas a tener la misma suerte
- si quieres reducir los riesgos en el futuro, podría ayudarte acudir a una asociación y hablar con alguien que sepa del VIH o llamar a un teléfono de información sobre sida

opciones sobre el condón en una relación estable

algunos hombres optan por no usar condones con su pareja si ambos tienen:

- confianza y honestidad recíproca
- un acuerdo sobre no hacer sexo fuera de la relación o sólo sexo más seguro
- y ambos se han hecho la prueba del VIH y han dado negativo



saber con seguridad que eres VIH positivo

podría proporcionarte:

acabar con la incertidumbre

- salir de dudas podría ser un alivio ● y será más fácil afrontar que eres VIH positivo cuando tu salud general es buena

opciones para decidir cómo quieres que sea tu vida y tu sexualidad

- cómo tratas tu cuerpo (dieta, deporte, fumar, beber, drogas) ● hacer planes a largo plazo
- protegerte de otras enfermedades de transmisión sexual ● evitar transmitir el VIH

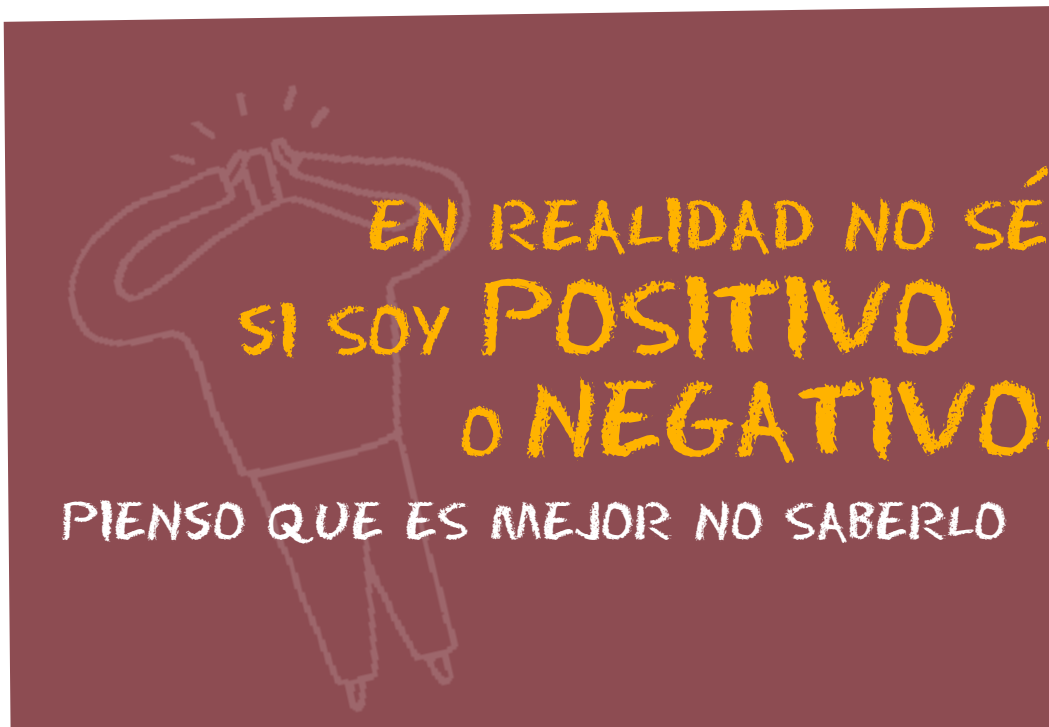
la posibilidad de elegir mejores tratamientos, una vida más larga y con mejor salud

- el número de hombres gays que mueren a causa del sida ha caído drásticamente (igual que el número de enfermedades relacionadas con el VIH, como neumonía, sarcoma de Kaposi -cáncer de piel- y citomegalovirus -pérdida de visión-
- los fármacos pueden tener efectos secundarios y no funcionan para todo el mundo, pero sí para la mayoría de las personas que los toman. ¿Querrías que estos tratamientos fuesen una opción para ti algún día? Te podrás beneficiar de ellos si conoces a tiempo que tienes el VIH

revisiones regulares de salud: una oportunidad de lucha para tu sistema inmunitario

- para evitar que tu salud se deteriore en exceso. Mucha gente descubre que tiene el VIH cuando su sistema inmunitario ya está gravemente dañado y resulta más difícil de tratar ● cuándo será mejor para ti saberlo, antes o después de que tu salud esté comprometida?

la vida con un diagnóstico de VIH positivo no está exenta de problemas. Saberlo puede ayudarte a la hora de tomar decisiones. Podrás sentir que controlas más tu propia vida. No estás solo, puedes conseguir apoyo.



¿qué seguridad tienes sobre tu situación respecto al VIH?

¿es éste tu caso? ¿es el de algún hombre con el que has follado sin condón?

- los estudios muestran que 2 de cada 4 hombres gays no se han hecho nunca la prueba del VIH
- algunos pensamos o decimos que somos VIH negativos, pero puede que nos hayamos infectado después de la última prueba del VIH
- muchos de los que sabemos que tenemos VIH no lo decimos antes de practicar sexo

lugares en los que puedes hablar sobre los riesgos que hayas podido correr y sobre tu situación respecto al VIH:

teléfonos gratuitos:

- teléfono de Información de la coordinadora gai-lesbiana: 900 601 601, todos los días del año, de 18 a 22 h.
- teléfono de Información de la Generalitat, Programa per a la Prevenció i l'Assistència de la Sida: 900 21 22 22

en persona:

- con tu médic@
- en los centros de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS)
- en **stop sida** puedes concertar una visita para hablar de tus dudas y miedos sobre la prueba del VIH. Nuestro servicio se llama "VIH Infoservei" y podrás hablar con un counselor, te escuchará y podrás resolver tus dudas

en talleres de sexo más seguro:

en estos talleres podrás hablar y aprender sobre el sexo más seguro o clarificar aquellos temas sobre los que no estás tan seguro. **stop sida** te ofrece la posibilidad de asistir a estos talleres tanto en la sede de la asociación como en encuentros de fin de semana en talleres de salud sexual, llámanos y te informaremos.



¿Y qué hay del **ESTRÉS**
de ser diagnosticado VIH positivo?

ser diagnosticado VIH positivo

puedes pensar que es más fácil no saber si tienes el VIH que vivir con el estrés que produce un diagnóstico positivo de VIH.

ahora que los tratamientos han mejorado, algunas personas están evaluando el estrés de saber **pronto** que tienen el VIH frente al estrés de que se lo digan más **tarde**, a menudo cuando se está seriamente enfermo. El estrés también se produce por el sentimiento de impotencia e incertidumbre.

¿te sentirías con más control sobre tu vida conociendo tu situación respecto al VIH o ignorándola?



hipotecas y seguros de vida

obtener un resultado VIH positivo puede dificultar conseguir hipotecas o seguros de vida, pero algunas compañías o bancos los hacen independientemente del resultado. Otras compañías todavía preguntan, incluso, si eres gay o si te has hecho la prueba del VIH (sea cual sea el resultado).

por lo tanto, antes de solicitar una hipoteca o un seguro de vida, vale la pena conocer con detalle la política de la empresa o banco.

un abogado o asesor financiero, especialmente uno que sea amigo del colectivo gay, puede ser de gran ayuda.

la coordinadora gai-lesbiana dispone de una asesoría jurídica, puedes preguntar, llama al 900 601 601, todos los días del año, de 18 a 22 h. y pide una cita.



¿Y qué pasa con los **VIAJES,**
TRABAJAR EN EL
EXTRANJERO
o EMIGRAR?

viajar, trabajar en el extranjero, emigrar

en la mayoría de los países no tienen restricciones para los turistas que han sido diagnosticados VIH positivos. **Los EEUU sí que tienen restricciones.**

en muchos países puede haber problemas para trabajar en el extranjero o emigrar, si eres VIH positivo. No hacerse la prueba no te excusa, ya que muchos de estos países te obligan a que te la hagas si quieres emigrar o trabajar allí.

infórmate antes de hacer preparativos de viaje.



¿Qué hay de la **PRESIÓN**
para hacerse la prueba?

la presión para hacerse la prueba

... tal vez de tu pareja, de l@s amig@s, de la familia, del médic@, de la empresa...

hacerte la prueba es **decisión tuya**, de nadie más.

no hay ningún problema en ir al médic@ sólo a **hablar sobre el VIH y la prueba**. Puedes dejar muy claro que el hecho de querer hablar sobre tu situación respecto al VIH no significa que quieras hacerte la prueba del VIH. También puedes acudir a una asociación anti-sida o llamar a un teléfono de información.

tómate tu tiempo. Decide cuando te sientas preparado.



¿Dónde puedo hacerme la
PRUEBA del VIH?

teléfonos y direcciones para hacerse la prueba

Puedes ir a:

Tu médic@ de cabecera

Centre de Malalties de Transmissió Sexual de Drassanes
Avda. de Drassanes 19, Barcelona. De lunes a viernes de 8 a 10 h y de 14 a 16 h

Centre Jove d' Anticoncepció i Sexualitat (CJAS)
C/ La Granja 19-21, Barcelona. Lunes de 10 a 19 h. martes y jueves de 12 a 19 h. viernes de 10 a 14 h. telf. 93 415 10 00

stop sida

Finlàndia 45, Barcelona. El servicio es los sábados. Cita previa a través del 900Rosa (900 601 601)

Infórmate en:

El teléfono de información de la coordinadora gai-lesbiana 900 Rosa: 900 601 601, todos los días de 18 a 22 h.

El teléfono de información del Programa per a la Prevenció i l'Assistència de la Sida
900 21 22 22, de 9 a 17.30 h. de lunes a viernes

informaciones sobre la prueba del VIH

- la prueba del VIH está entre las pruebas médicas más fiables.
- es gratuita en algunas asociaciones anti-sida, en los centros de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y a través de la Seguridad Social.
- en muchas clínicas privadas puedes hacerte la prueba, pero tendrás que pagar.
- en **stop sida** disponemos del Servicio de la Prueba, específico para gais y lesbianas, donde podrás hacértela de manera gratuita, anónima y confidencial. Para acceder al servicio puedes llamar al 900 Rosa, 900 601 601, todos los días de 18 a 22 h. y te darán hora. Si no vives en Barcelona puedes preguntar en el 900 Rosa dónde hacerte la prueba del VIH en tu ciudad.

VIH - las cosas han cambiado.
tu situación respecto al VIH – ¿mejor no saberlo?

stop sida

Finlàndia 45, 3r 08014 Barcelona

teléfono: 93 298 05 88 fax: 93 298 05 89 e-mail: stopsida@stopsida.org web: stopsida.org

Para colaborar con stop sida, número de cuenta:

"La Caixa" 2100-3296-16-2200132868

Nuestro agradecimiento a la asociación

Terrence Higgins Trust y a la Red Europea GAP

