

# HIV 101

Without treatment, HIV (human immunodeficiency virus) can make a person very sick and even cause death. Learning the basics about HIV can keep you healthy and prevent transmission.

## HIV CAN BE TRANSMITTED BY



Sexual Contact



Sharing Needles to Inject Drugs



During Pregnancy, Birth, or Nursing (Breastfeeding)

## HIV IS NOT TRANSMITTED BY



Air or Water



Saliva, Sweat, Tears, or Closed-Mouth Kissing



Insects or Pets



Sharing Toilets, Food, or Drinks

## PROTECT YOURSELF FROM HIV

- Get tested at least once or more often if you have certain risk factors.
- Use condoms the right way every time you have anal or vaginal sex.
- Choose activities with little to no risk like oral sex.
- Don't inject drugs, or if you do, don't share needles, syringes, or other drug injection equipment.



- If you engage in behaviors that may increase your chances of getting HIV, ask your health care provider if pre-exposure prophylaxis (PrEP) is right for you.
- If you think you've been exposed to HIV within the last 3 days, ask a health care provider about post-exposure prophylaxis (PEP) right away. PEP can prevent HIV, but it must be started within 72 hours.
- Get tested and treated for other STDs.



## KEEP YOURSELF HEALTHY AND PROTECT OTHERS IF YOU HAVE HIV

- Find HIV care and stay in HIV care.
- Take your HIV treatment as prescribed.
- Get and keep an undetectable viral load. This is the best way to stay healthy and protect others.



- If you have an undetectable viral load, you will not transmit HIV through sex.
- If your viral load is not undetectable—or does not stay undetectable—you can still protect your partners by using other HIV prevention options.



Scan to learn more!



Ending  
the  
HIV  
Epidemic

# INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH

Sin tratamiento, el VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) puede hacer que una persona esté muy enferma, e incluso causarle la muerte. Aprender lo básico sobre el VIH puede mantenerlo saludable y prevenir la transmisión de este virus.

## EL VIH PUEDE SER TRANSMITIDO



Mediante el contacto sexual



Al compartir las agujas para inyectarse drogas



Durante el embarazo, el parto o la lactancia (lactancia materna)

## EL VIH NO SE TRANSMITE



A través del aire o del agua



Mediante la saliva, el sudor, las lágrimas o los besos con la boca cerrada



Por los insectos o por las mascotas



Al compartir el inodoro, los alimentos o las bebidas

## PROTÉJASE DEL VIH

- Hágase la prueba al menos una vez o con más frecuencia si tiene ciertos factores de riesgo.
- Use condones de la manera correcta cada vez que tenga relaciones sexuales anales o vaginales.
- Elija actividades que impliquen poco o nada de riesgo, como las relaciones sexuales orales.
- No se inyecte drogas, pero si lo hace, no comparta las agujas, jeringas, u otro equipo de inyección de drogas.



- Si tiene comportamientos que pueden aumentar sus posibilidades de contraer el VIH, pregúntele a su proveedor de atención médica si la profilaxis preexposición (PrEP) es adecuada para usted.
- Si cree que se ha expuesto al VIH dentro de los últimos 3 días, pregúntele de inmediato a un proveedor de atención médica acerca de la profilaxis posexposición (PEP). La PEP puede prevenir el VIH, pero debe comenzarse dentro de las 72 horas de la posible exposición.
- Hágase las pruebas de detección de otras ETS y reciba el tratamiento necesario.



## SI TIENE EL VIH, MANTÉNGASE SALUDABLE Y PROTEJA A LOS DEMÁS

- Busque atención médica para el VIH y no deje de recibir la atención médica para el VIH.
- Tomar el tratamiento para el VIH según las indicaciones.
- Obtenga y mantenga una carga viral indetectable. Esta es la mejor manera de mantenerse saludable y proteger a los demás.



- Si tiene una carga viral indetectable, no transmitirá el VIH a su pareja sexual.
- Si su carga viral no es indetectable, aún puede proteger a sus parejas utilizando otras opciones de prevención del VIH.



¡Escanea para obtener más información!



Ending the HIV Epidemic