

Indetectable equivale a Intransmisible

CONSEJOS PARA COMUNICAR I=I

El hecho de que las personas que viven con el VIH que están bajo un tratamiento efectivo no transmitan el virus se conoce como I=I (Indetectable = Intransmisible, en inglés, Undetectable = Untransmittable, o U=U). Esta información puede cambiar vidas cuando se comunica correctamente. Es importante ser preciso y motivador.

I=I ES DE TODOS

I=I está basado en la ciencia del tratamiento como prevención (en inglés, Treatment as Prevention, o TasP). En 2016, Julio Montaner, MD, el pionero de TasP, fue uno de los primeros que avaló I=I. Más de 800 organizaciones de casi 100 países, incluyendo docenas de organismos de salud pública de los EE.UU, ahora utilizan ese término.

HAZLO UNA PRIORIDAD

Cuando produzcas textos, videos, discursos y hojas informativas, pon I=I al principio para que tenga la mayor oportunidad de ser escuchado. I=I aplica a varias áreas, incluyendo el estigma sobre el VIH, la salud sexual y reproductiva, la prevención del VIH, la criminalización del VIH y el acceso a tratamientos y servicios.

LA INFORMACIÓN BÁSICA ES SENCILLA

Enfócate en la adherencia, las pruebas de carga viral con regularidad y la participación en el cuidado. Las reglas básicas no son complicadas. Se trata de TLC. Tratamiento: mantente en tratamiento de acuerdo a las indicaciones médicas. Laboratorio: hazte las pruebas de laboratorio con regularidad. Conexión: mantente conectado con la atención médica.

Otros temas para tener en cuenta: el umbral viral para I=I es menos de 200 copias por mililitro, sinónimo de supresión viral. I=I sólo previene el VIH. Los condones ayudan a prevenir otras infecciones de transmisión sexual y el embarazo. I=I puede no eximir a las personas del alcance de las leyes de divulgación del VIH.

SÉ CLARO Y CONSISTENTE

Usa frases fuertes como “no puede pasarlo”, “no puede transmitirlo”, “sin riesgo” y “efectivamente sin riesgo”. Estas frases son de hecho la misma evaluación de riesgo. También puedes decir “riesgo cero”. Evita frases que comuniquen incluso el menor riesgo, como “casi imposible”, “extremadamente bajo” o “dificulta la transmisión”. Cualquier percepción de riesgo, no importa qué tan pequeña sea, aún puede ser considerada un riesgo.



Para más
información visita
PreventionAccess.org
y
POZ.com/Undetectable.



Fuente: Adaptado de “Communication Tips: A Dear Colleague Letter from the Executive Director” por Bruce Richman de Prevention Access Campaign.

IT STARTS WITH KNOWING YOUR STATUS.

The only way to know your status is to get tested for HIV.



IF YOUR RESULT IS POSITIVE ...

It's okay to feel overwhelmed or confused. But HIV treatments can help people live longer, healthier lives. Talk to a healthcare provider as soon as possible after diagnosis. There's no cure for HIV, but by starting, sticking to, and staying on daily treatment, HIV can be a manageable disease for many people.

IF YOUR RESULT IS NEGATIVE ...

There are things you can do to stay that way. Use condoms, get retested regularly, and talk to a healthcare provider about HIV prevention medicines for PEP (Post-exposure Prophylaxis) and PrEP (Pre-Exposure Prophylaxis).

HIV TREATMENT HELPS PROTECT EVERYONE.

Starting and sticking to HIV treatment can lower the amount of virus in the body to undetectable. **According to current research, starting and sticking to treatment every day can help you get to and stay undetectable, which means there's effectively no risk of spreading HIV through sex.** It's called Treatment as Prevention, or TasP. So, HIV treatment can help protect everyone, positive and negative.



3 WORDS EVERYONE SHOULD KNOW.

PrEP

Pre-Exposure Prophylaxis: “Pre” means “before” and “Prophylaxis” means “prevention.” PrEP means taking prescription medicines every day *before* you are exposed to HIV to help reduce the risk of getting HIV. PrEP is for people who are HIV negative and are at risk of getting HIV through sex.

PEP

Post-Exposure Prophylaxis: “Post” means “after.” PEP means taking prescription medicines daily, immediately after being exposed to HIV, for 28 days to help reduce the risk of infection. You need to start taking it within 72 hours after exposure. So go to a doctor or healthcare center right away.

Undetectable

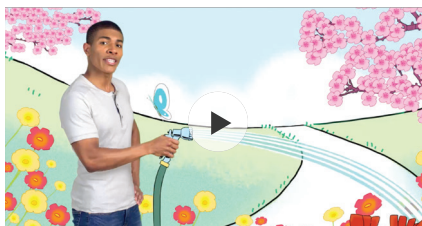
If you have HIV, the goal is to get your viral load to undetectable. This means there’s so little virus in the blood that a test can’t measure it. There’s no cure, but getting to and staying undetectable can help reduce the risk of passing HIV through sex. How do you get to undetectable? By starting HIV treatment and taking it every day exactly as prescribed.

HIV INFORMATION MATTERS, TOO.

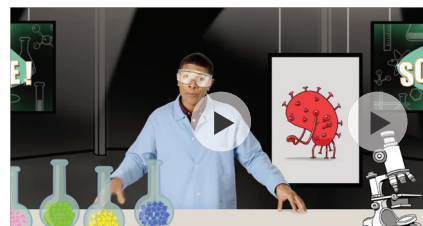
Check out HelpStopTheVirus.com for more prevention information. And watch videos about HIV medicines, testing, and the importance of sticking to daily treatment.



5 Reasons to Stick to HIV Treatment



Testing Season



Fight Back With HIV Treatment

STOP THE VIRUS.

HelpStopTheVirus.com

Ask a healthcare provider about all the ways you can help prevent HIV.



GILEAD and the GILEAD Logo are trademarks of Gilead Sciences, Inc. All other marks are the property of their respective owners. © 2019 Gilead Sciences, Inc. All rights reserved. UNBC6347 06/19

SHOULD HIV PREVENTION
MATTER TO ME?

I AM
LIVING WITH HIV.

I AM
HIV NEGATIVE.

YES!
PREVENTION MATTERS
TO EVERYONE.

See how we can all help stop the virus in
our bodies and communities.



STOP THE VIRUS.