



## **COMO EVITAR A INFECCIÓN POLO VIH SE ES MULLER**

### **Con preservativo sempre**

Emprega correctamente condóns masculinos ou femininos todas as veces que teñas relacións sexuais.

Os condóns son o único método anticonceptivo eficaz que reduce o risco de transmisión do VIH e da maioría das ITS.

### **Elixé condutas sexuais de menos risco**

As relacións sexuais anais son o tipo de actividade sexual que implica o maior risco de contraer o VIH. As relacións sexuais vaxinais implican menos risco que as anais e as relacións sexuais orais teñen menos risco que as anais e as vaxinais.

### **Se sospeitas, consulta ao médico/a**

Acude ao Servizo de Urxencias do hospital máis cercano se tiveche relacións sexuais con alguén que teña ou poda ter o VIH para poder comezar a tomar os medicamentos do tratamento canto antes e sempre dentro dos 3 días seguintes á posible exposición para reducir a probabilidade de contraer o VIH. Este tratamento coñécese como profilaxe postexposición non ocupacional ou PPENO.

Ante a sospeita dunha infección de transmisión sexual acode ao teu médico/a para facer a proba do VIH e outras infeccións de transmisión sexual como gonorrea, sífilis e clamidia.

### **Ter outra ITS aumenta a probabilidade de contraer o VIH**

O Servizo Galego de Saúde permite realizar a proba do VIH en calquera centro de saúde de Galicia, incluíndo ás persoas que non teñen tarxeta sanitaria.

### **Evita situacións de risco**

Hai prácticas consideradas de risco como son manter relación sexuais baixo os efectos do alcohol e outras drogas, ter múltiples parellas, compartir xoguetes sexuais, etc.

### **Non compartas material de inxección de drogas**

### **Se che diagnostican unha ITS, avisa aos teus contactos sexuais**

É moi importante que eles tamén se fagan as probas para recibir tratamento, se é o caso, e evitar propagar a infección.

**#SEXINVADERS**

