

Relación de materiales IEC y preventivos disponibles para la celebración del Orgullo 2024

(se pueden consultar los IEC en: <https://www.comunidad.madrid/publicamadrid> poniendo **VIH** en el buscador y con filtro de **Promoción de la Salud**)

Folleto Mil razones para prevenir el VIH, tríptico.



Tolerancia Cero a los prejuicios y discriminación de las personas con VIH

Ante el VIH todos somos iguales

EL DISCONECTAMIENTO SOBRE EL VIH, el sida y sus vías de transmisión son algunas de las principales causas del ESTIGMA Y LA DISCRIMINACIÓN.

El VIH no se transmite:

- Por la saliva, sudor o lágrimas.
- Por besos, abrazos, daro la mano o besarse.
- Por el aire y agua.
- Por picaduras de insectos o mosquitos.

El VIH NO SE TRANSMITE por la convivencia, el contacto cotidiano o por compartir el espacio familiar, laboral o educativo.

SI TE DISCRIMINAN POR TENER VIH, la ley te ampara. Si se produce en el ámbito sanitario, contacta con los servicios de información y atención al paciente de hospitales o las unidades de atención al paciente de atención primaria.

¿Dónde puedes recibir asesoramiento y hacer la prueba rápida del VIH?

En estos centros de salud se realiza la prueba rápida de forma gratuita y accesible para cualquier persona.

C.S. Alameda C/ Alameda, 41 Tel. 91 402035	C.S. Lavapiés C/ Embajadores, 41 Tel. 91 53880102
C.S. Alcala C/ Alcala, 10 Tel. 91 3860691	C.S. Legazpi C/ Legazpi, 4 Tel. 91 54 19005
C.S. Cortes C/ Cortes de San Fernando, 32 Tel. 91 7025483	C.S. San Carlos C/ San Carlos, 24 A Tel. 91 7653113
C.S. Justicia C/ Justicia, 3 Tel. 91 482139	C.S. San Cristóbal C/ San Cristóbal, 4 Tel. 91 6750277
C.S. Los Cameranos C/ Los Cameranos, 202 Tel. 91 482139	C.S. Los Proceros C/ Pío Baroja, 4 Tel. 91 6750277
C.S. San Juan C/ San Juan, 1 Tel. 91 482139	C.S. San Sebastián C/ San Sebastián, 1 Tel. 91 482139

También se realiza en los centros de VIH en:

- Centro San Juan de los Ríos
- C/ San Juan de los Ríos, 1
- Tel. 91 482139
- Centro de San Fernando de Madrid, C/ San Fernando de Madrid, 4
- Tel. 91 482139
- Centro de San Sebastián de Madrid, C/ San Sebastián, 1
- Tel. 91 482139

Asesoramiento jurídico: www.cesida.org / cesidajuridico@cesida.org

Teléfono gratuito de VIH (Cruz Roja): 900 111 000

MIL RAZONES PARA PREVENIR EL #VIH

POR AMOR POR MI POR TI POR NOSOTROS PORQUE SI POR RESPETO POR TRANQUILIDAD POR IGUALDAD PARA DISFRUTAR PARA CUIDARME PARA SONAR POR DIGNIDAD

1 DICIEMBRE, DÍA MUNDIAL DEL SIDA

Desde 1988, cada 1 de Diciembre se conmemora el Día Mundial del SIDA.

Mil razones para prevenir el #VIH

En la Comunidad de Madrid se diagnostican más de 1.000 nuevas infecciones cada año y una de cada cinco personas que tienen VIH, lo desconocen.

El VIH puede transmitirse:

- Si tenemos relaciones sexuales con penetración oral, vaginal o anal sin preservativo, siendo esta última la de mayor riesgo.
- Si compartimos objetos que hayan estado en contacto con sangre o fluidos sexuales infectados: jeringuillas, agujas, material para inyectar drogas, instrumentos para acupuntura, tatuajes, piercing, juguetes sexuales, etc.
- De una mujer con VIH a su hijo/a durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Protégete no bajes la guardia

Evitemos la infección:

El preservativo, usado de forma correcta, protege eficazmente contra la transmisión del VIH, otras infecciones de transmisión sexual y los embarazos no deseados.

Cada correcto copón preservativo a día de higiene personal.

En las personas con VIH, el tratamiento antirretroviral reduce el riesgo de transmisión, también en el embarazo y parto. La lactancia materna no está recomendada.

La prueba del VIH

Es un test que detecta los anticuerpos que el organismo produce en respuesta al VIH.

- Prueba convencional:** requiere un análisis de sangre y el resultado está en pocos días. Solicitada en el centro de salud.
- Prueba rápida de sangre o saliva:** requiere un pinchazo en el dedo o una muestra de la boca. Los resultados están en menos de 30 minutos.

Hazte la prueba del VIH

- Si has tenido relaciones con penetración (anal, oral o vaginal) sin preservativo.
- Si has compartido material de punción o para administrar sustancias inyectadas o inhaladas.
- Si estás embarazada o piensas estarlo.
- Si has padecido alguna infección de transmisión sexual, tuberculosis o hepatitis.
- Si tienes una pareja estable y quieres dejar de usar el preservativo con ella.

Drogas, alcohol y sexo: un cocktail peligroso

Hay sustancias adictivas que modifican la conducta (alcohol, cocaína, etc.). Tener relaciones sexuales bajo sus efectos puede hacerte sentir más desinhibido/a, pero no combatin bien con el sexo ya que:

- Pueden disminuir la capacidad de control y llevar a tener prácticas de riesgo y no usar el preservativo. Cuando salgas a divertirte, llévate a mano para prevenir que esto ocurra.
- Pueden hacer más difícil mantener la erección, sobre todo, el alcohol.
- Pueden crear dependencia y que cada vez te cueste más tener sexo sin tener drogas o sin beber.

- Referencia: F-339-A



**Comunidad
de Madrid**

Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Folleto Si piensas que el VIH solo afecta a otros, te equivocas (20 páginas)

• Referencia: F-369



Tarjeta Por ti por tu salud, evita el VIH y las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)

MÁS RAZONES PARA HACERSE LA PRUEBA

- Saberlo es cuidarme y cuidar a mis parejas.
- Puedo beneficiarme de los tratamientos.
- Mejoro mi salud.

- Gratuito. Horario de mañana y tarde
- Resultados en 30 minutos
- Asesoría en salud sexual
- Centros de salud a elegir. Con cita previa
- No es necesaria la tarjeta sanitaria

MÁS INFORMACIÓN



POR TI, POR TU SALUD

Hazte la
Prueba Rápida
de VIH y Sífilis



Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD



**SERVICIO DE SALUD SEXUAL
Y PRUEBAS RÁPIDAS DE VIH, SÍFILIS Y OTRAS ITS**

<p>C.S. ESPRONCEDA C/ Espronceda, 24. Madrid Metro: Alonso Cano, Ríos Rosas Tels.: 646 132 456 / 91 399 17 41</p>	<p>C.S. GENERAL RICARDOS C/ General Ricardos, 131. Madrid Metro: Oporto Tels.: 646 132 456 / 91 428 39 40</p>	<p>C.S. LAVAPIÉS Plaza de Arturo Barea. Madrid Metro: Lavapiés, Embajadores Tels.: 646 132 456 / 91 539 88 02</p>	<p>C.S. SEGOVIA C/ Segovia, 4. Madrid Metro: La Latina, Tirso de Molina Tels.: 646 132 456 / 91 541 79 94</p>
<p>C.S. LOS ALPES C/ Suecia, 62. Madrid Metro: Las Rosas Tels.: 646 132 456 / 91 775 91 09</p>	<p>C.S. LOS CÁRMENES C/ Vía Carpetana, 202. Madrid Metro: Carpetana Tels.: 646 132 456 / 91 466 31 39</p>	<p>C.S. LAS CORTES Carrera de San Jerónimo, 32. Madrid Metro: Sevilla, Sol Tels.: 646 132 456 / 91 369 04 91</p>	<p>C.S. CUZCO C/ Cuzco, 4. Fuencabada Metro: Parque de los Estados Cercanías C5: La Serna, Fuencabada Tels.: 646 132 456 / 91 609 85 95</p>
<p>C.S. SAN CRISTÓBAL DE LOS ÁNGELES C/ Benimamet, 24 A. Madrid Metro/Cercanías C3: San Cristóbal de los Ángeles Tels.: 646 132 456 / 91 795 53 13</p>	<p>C.S. ALAMEDA DE OSUNA C/ de la Carabela, 7. Madrid Metro: Alameda de Osuna Tels.: 646 132 456 / 91 329 64 58</p>	<p>C.S. JOSE M.ª LLANOS C/ Cabo Machichaco, 62. Madrid Cercanías C7, C2: El Pozo Tels.: 646 132 456 / 91 507 50 60</p>	<p>CAID GETAFE Plaza Alcalde Juan Vergara, s/n. Getafe Metro/Cercanías C4: Getafe Central Tel.: 646 132 456</p>
<p>C.S. GREGORIO MARAÑÓN C/ Los Escolares, s/n. Alcorcón Metro: Puerta del Sur, Parque Lisboa Tels.: 646 132 456 / 91 643 23 75</p>	<p>C.S. LAS FRONTERAS C/ Puerto de Navacerrada, 4 Cercanías C7, C2: Torrejón de Ardoz Tels.: 646 132 456 / 91 677 50 77</p>		

- Referencia: F312A

Folleto cuadríptico. Por ti, por tu salud, evita las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)

LA HIGIENE ÍNTIMA

Los lavados internos de vagina y ano pueden darte sensación de limpieza y frescor, pero además de no evitar estas infecciones, pueden producir irritaciones y favorecer su aparición.

También utilizas agua o productos comerciales. **EVITA LOS LAVADOS INTERNOS** o reduce su frecuencia. Si no quieres prescindir de ellos, hazlo una vez al mes (inmediatamente después de la regla).

El abuso de bujías, tampones, etc. favorece la aparición de hongos en la vagina (candidias).

En situaciones en las que no es posible lavarse con agua y jabón, **USA TOALLERAS HÚMEDAS** para la higiene de los **GENITALES EXTERNOS**.

SI TIENES ALGUNA DUDA consulta en el centro de ITS o en tu centro de salud.

EL CONDÓN ES LA MEJOR PROTECCIÓN

Usado en el sexo anal, vaginal y oral, tanto si eres **MUJER, U HOMBRE GISEXUAL O TRANSEXUAL**.

En el sexo oral, el riesgo de transmisión del VIH es pequeño, pero es alto el de otras infecciones (gonococia, sífilis, condilomas...).

Y desde también con quien "tiene buena pinta" o "tonos desde hace tiempo" o con "el cliente habitual".

- Eviten condones naturales (para sexo vaginal o jorjoritas sexuales) sintéticos (para el sexo anal) y de látex (para el sexo oral).
- Para evitar más molestias, o que se caigan al entrar en vagina, de nuevo aplicar un lubricante adecuado, de base acuosa (no utilizar aceites ni cremas).
- Recuerda que acudir al control preventivo.
- Evitará además embarazos no deseados.

No es frecuente que un condón se rompa, si **usas lubricante** es aún más difícil. Recuerda que **usa un preservativo acorde a las prácticas sexuales**, acorde a la talla de tu pene, una colocación correcta, que no esté caducado y bien conservado.

SI SE ROMPE, ACUDE A URGENCIAS DE UN HOSPITAL.

Si ha sido durante una penetración vaginal, se puede evitar un embarazo no deseado tomando la **PIEDRA POST-COITAL ANTES DE 72 HORAS** (anti-concepción de emergencia).

Si ha sido durante una penetración vaginal y/o anal se puede reducir el riesgo de transmisión del VIH, con tratamiento post-exposición. Acude a urgencias de un hospital antes de 72 horas y **muéstrale** en las primeras 48 horas.

SOBRE EL TRATAMIENTO DE LAS ITS

Tomando adecuadamente el tratamiento, muchas de estas infecciones se curan. Otras mejoran, aunque el virus causante quede dentro de nuestro cuerpo y lo podamos transmitir (papiloma, herpes, VIH, hepatitis B).

Cada enfermedad tiene su tratamiento. **AUTOMEDICARSE ES UNA MALA SOLUCIÓN**: toma solamente los medicamentos recetados por personal médico y no interrumpas el tratamiento aunque te sientas mejor.

En algunas ocasiones, **EL TRATAMIENTO LO HA DE TOMAR TAMBIÉN TU PAREJA**.

Evita tener relaciones sexuales cuando tengas síntomas o sospeches que puedas tener una ITS. En cualquier caso, **utiliza condón** con tu pareja sexual.

¡Y EL CONDÓN TAMBIÉN CON TU PAREJA!

Si hasta ahora "nunca te ha pasado nada" al no usarlo... has tenido suerte, pero eso no te garantiza el futuro.

El amor y el cariño **NO** protegen de las infecciones de transmisión sexual. **NI** son métodos anticonceptivos.

Antes de dejar de usar el condón con tu pareja, puedes **ACUDIR JUNTOS A UN CENTRO DE ITS**, donde os aclararán cualquier duda que tengáis. También podéis decidir, si es el caso, qué método anticonceptivo utilizar.



POR TU SALUD

LA HEPATITIS B es la única infección de transmisión sexual para la que existe un **VACUNA**. Si no te has vacunado, es el momento de hacerlo. Diseña a tu médico del centro de salud o al centro ITS. La vacuna es **GRATUITA**.

Algunas infecciones de transmisión sexual dan molestias o producen lesiones en los genitales, otras pasan desapercibidas. **¡CÓMO EVITARLAS!** Acude a tu centro de salud, si cambia algo en tus órganos genitales externos o en el flujo vaginal (color, olor, cantidad), o ante la presencia de picor o escozor.

RECUERDA: antes de acudir a un centro sanitario no realices lavados internos en los órganos sexuales (duchas); ni te pongas óvulos o cremas, ni tomes medicinas por tu cuenta. Pueden alterar los resultados de los exámenes.

Si tienes **SÍNTOMAS** debes hacerte una **REVISIÓN MÉDICA** o consultar alguna **GUÍA** que te ayude a saber qué síntomas debes buscar y a tu médico de salud.

Centro Sanitario Residencial

- Calle Barcoval, 7
- Barcoval, Madrid
- No se requiere documentación alguna, ni cita previa.
- Horario: De lunes a viernes de 9h a 13h y 16h a 19h.
- Atención: De lunes a viernes.

Programa Municipal de Prevención del SIDA y ITS

- Calle Barcoval, 23
- Madrid Residencial, Lado A y B
- No se requiere documentación alguna, ni cita previa.
- Horario: De lunes a viernes de 9h a 13h y 16h a 19h.
- Atención: De lunes a viernes.

Centro Municipal de Salud Distrito Centro

- Calle Nueva de Toledo, 16, primera planta
- Ciudad, Santa Catalina y San
- No se requiere documentación alguna, ni cita previa.
- Horario: De lunes a viernes de 9h a 13h y 16h a 19h.
- Atención: De lunes a viernes.

Centro Madrid Salud Joven

- Calle Nueva de Toledo, 16, segunda planta
- Ciudad, Santa Catalina y San
- Horario: De lunes a viernes de 9h a 13h y 16h a 19h.
- Atención: De lunes a viernes.

En cualquiera de estos centros:

La primera vez que acudas **NO NECESITAS CITA previa.**

NO HACE FALTA tener tarjeta sanitaria o SER RESIDENTE. ES GRATUITO.

Comunidad de Madrid
Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Pueden estar causadas por distintos bacterias (gonococia, sífilis, clamidia...), virus (herpes, "verrujas", hepatitis B, VIH...) y parásitos (tricomonas...).

Te puedes infectar si practicas **SEXO VAGINAL, ANAL** u **ORAL** con una persona que está infectada, si no usas preservativo.

Algunas de estas infecciones también se pueden transmitir a través de la sangre, al usar jeringuillas previamente utilizadas por otra persona que las padeciera (hepatitis B, VIH), y también por la saliva (hepatitis B).

AUNQUE NO TENGAS NINGUNA MOLESTIA ES CONVENIENTE HACERSE UN CONTROL MÉDICO PERIÓDICAMENTE (TAMBIÉN TU PAREJA SEXUAL), YA QUE MUCHAS ITS "NO DAN LA CARA" HASTA QUE NO PRODUCEN COMPLICACIONES.

POR TI, POR TU SALUD

Evita las infecciones de

- Referencia F-363



Comunidad
de Madrid

Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Cartel Servicio de Salud Sexual y Pruebas Rápidas de VIH y Sífilis en Centros de Salud (40 x 56 cm)

**SERVICIO DE SALUD SEXUAL
Y PRUEBAS RÁPIDAS DE VIH,
SÍFILIS Y OTRAS ITS**
EN CENTROS DE SALUD

EVITA UN DIAGNÓSTICO TARDÍO. CONFIRMA TU ESTADO DE SALUD

Asesoramiento en salud sexual. Resultados de las pruebas en 30 minutos.
No es necesaria la Tarjeta Sanitaria Horaria de mañana y tarde. Gratuito.

Cita previa: **646 132 456**  

Servicio disponible en:
Madrid, en los distritos de: Centro, Chamberí,
Carabanchel, Latina, San Blas, Alameda de
Osuna, Vallecas, Villaverde...

Y en otros municipios como Alcorcón,
Fuenlabrada, Getafe, Torrejón de Ardoz...

 **MÁS INFORMACIÓN,
CENTROS Y HORARIOS**

 **Comunidad
de Madrid**

- Referencia C-177



Comunidad
de Madrid

Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Folleto Entre hombres, entre mujeres, hablando de sexo seguro (20 páginas)



- Referencia F-361



Cartel y Tarjeta Mpx

RECUERDA LOS SÍNTOMAS

- En ocasiones son inespecíficos: fiebre, inflamación de ganglios linfáticos, dolor en el recto...
- Erupciones con pequeñas ampollas u otras lesiones en piel o mucosas.

RECUERDA LOS SÍNTOMAS

- Sometimes, symptoms are unspecific: fever, swollen lymph nodes, rectal pain...
- Rash with small blisters or other skin lesions.

SI CREES QUE PUEDES TENER MPOX

- Evita el contacto estrecho y las relaciones sexuales.
- Acude a los servicios sanitarios de urgencias.
- Minimiza las interacciones con tus convivientes, cubre las lesiones, y no compartas ropa o utensilios de cocina.

IF YOU SUSPECT MPOX

- Avoid all intimate and sexual intercourse.
- Go to emergencies hospital services.
- Reduce interactions with home partners, cover skin lesions and do not share clothes or kitchen utensils.

VACÚNATE: ¡Completa tu vacunación!

- Para una mayor protección, es necesaria la vacunación completa con 2 dosis.
- Para saber si cumples criterio de vacunación, consulta: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/mpox>
- Pide cita aquí: https://gestiona3.madrid.org/CTAC_CITA/VACUNAS

GET VACCINATED: Be fully vaccinated!

- For best protection, it is necessary to have the complete vaccination schedule: 2 doses.
- To find out if you meet the vaccination criteria, see: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/mpox>
- Online appointment here: https://gestiona3.madrid.org/CTAC_CITA/VACUNAS

PROTÉGETE

- Usa siempre preservativo.
- Evita las relaciones sexuales con personas con síntomas sugerentes.
- No compartas ropa, objetos personales, utensilios de cocina, toallas...
- Lava y desinfecta las manos.
- Si has tenido contacto con una persona con mpx:** vigila la aparición de síntomas y evita los contactos íntimos.

PROTECT YOURSELF

- Always use a condom.
- Avoid sexual intercourse with people with suggestive symptoms.
- Do not share clothes, personal belongings, kitchen utensils, towels...
- Wash and sanitize hands.
- If you have had contact with a person with mpx:** monitor the appearance of symptoms and avoid intimate contact.

TRANSMISIÓN ENTRE PERSONAS

- Sobre todo por contacto con personas con lesiones en la piel.
- A través de fluidos corporales por contacto íntimo, como en las relaciones sexuales.
- Por gotas respiratorias en contacto cara a cara prolongado.
- Contacto directo con material contaminado.

TRANSMISSION AMONG PEOPLE

- Mainly through contact with skin lesions.
- Through bodily fluids by close contact, such as sexual intercourse.
- By respiratory droplets in prolonged face-to-face contact.
- Direct contact with contaminated material (clothing, sheets, towels).

MÁS INFORMACIÓN - MORE INFORMATION:
646 13 24 56

Comunidad de Madrid

- Cartel: Tamaño 29,7 x 42 cm. Referencia: C-170

RECUERDA LOS SÍNTOMAS

- En ocasiones son inespecíficos: fiebre, inflamación de ganglios linfáticos, dolor en el recto...
- Erupciones con pequeñas ampollas u otras lesiones en piel o mucosas.

RECUERDA LOS SÍNTOMAS

- Sometimes, symptoms are unspecific: fever, swollen lymph nodes, rectal pain...
- Rash with small blisters or other skin lesions.

SI CREES QUE PUEDES TENER MPOX

- Evita el contacto estrecho y las relaciones sexuales.
- Acude a los servicios sanitarios de urgencias.
- Minimiza las interacciones con tus convivientes, cubre las lesiones y no compartas ropa o utensilios de cocina.

IF YOU SUSPECT MPOX

- Avoid all intimate and sexual intercourse.
- Go to emergencies hospital services.
- Reduce interactions with home partners, cover skin lesions and do not share clothes or kitchen utensils.

VACÚNATE

- La vacunación completa son 2 dosis de vacuna.
- Para saber si cumples criterio de vacunación, consulta: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/mpox>
- Pide cita aquí: https://gestiona3.madrid.org/CTAC_CITA/VACUNAS

GET VACCINATED

- For best protection, it's necessary to have the complete vaccination schedule: 2 doses.
- To find out if you meet the vaccination criteria, see: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/mpox>
- Online appointment here: https://gestiona3.madrid.org/CTAC_CITA/VACUNAS

MÁS INFORMACIÓN:
646 13 24 56

Comunidad de Madrid

- Tarjeta. Referencia F-382

Cartel Hepatitis C



LA HEPATITIS C

¿SABÍAS QUE?

- Es una enfermedad del hígado causada por el virus de la hepatitis C.
- A veces, aparecen síntomas.
- Con frecuencia se hace crónica, pudiendo llegar a desarrollar cirrosis o cáncer de hígado.
- Se diagnostica con un sencillo análisis de sangre.
- Se cura con un tratamiento seguro y de corta duración.

EL DIAGNÓSTICO PRECOZ ES IMPORTANTE

Pregunta en tu centro de salud por la prueba de la hepatitis C si:

- Recibiste transfusiones de sangre o trasplante de órganos antes de 1991.
- Has consumido drogas inyectadas o inhaladas compartiendo agujas u otro material de administración, alguna vez en la vida.
- Presentas pruebas hepáticas anormales o enfermedad hepática.
- Te has hecho un tatuaje o un piercing en un centro sin las debidas precauciones de seguridad.
- Has tenido relaciones sexuales sin protección con posible sangrado.

NO SE TRANSMITE:
Por los alimentos o agua, estornudos, abrazos o besos.

SE ADQUIERE CON PRÁCTICAS QUE SUPONGAN CONTACTO CON SANGRE.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- No compartiendo objetos de higiene personal (cuchillas, cepillo de dientes, tijeras, cortaúñas).
- Empleando material de uso individual en piercing y tatuajes.
- No compartiendo jeringuillas u otros utensilios para inyectar o inhalar drogas.
- Usando preservativo u otros métodos de barrera en las relaciones sexuales con riesgo de sangrado.

- Referencia C-138



Preservativo masculino o externo: Natural (Referencia: S004), Extrafuerte (Referencia: S005), XL (Referencia: S006), Extrafuerte XL (Referencia: S008), Sabor fresa (Referencia: S010)

Preservativo femenino o interno (Referencia S017)

Lubricante (Referencia: S007)