

## Tratamiento y vida cotidiana

Vivir con VIH es posible si todo paciente logra incorporar a su proyecto de vida el tratamiento.

El uso del condón en todas tus relaciones sexuales es la medida más efectiva para evitar la infección del VIH -Solicita tus condones en la Clínica Especializada Condesa-

## Tratamiento y vida personal

El VIH no es un impedimento para que los pacientes mantengan una vida de pareja o formen familia. La vida sexual se puede disfrutar, sobre todo si existe apego al tratamiento, pues al no existir actividad viral, la posibilidad de transmisión del VIH se reduce; aun así es indispensable incluir siempre el uso del condón en las relaciones sexuales. Además, una buena alimentación, ejercicio y dormir adecuadamente complementan de manera definitiva la calidad de vida cuando se está bajo tratamiento antirretroviral.

Si tienes VIH debes utilizar condón para evitar otras ITS o reinfectarte con VIH. Tu salud es importante.

Si tu pareja es negativa se reduce la transmisión del VIH con apego a tu tratamiento. Acude a una consejería con tu pareja.

## Derechos humanos

En México queda prohibida toda discriminación motivada por origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias sexuales, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana

y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas. Tienes derecho a que se te atienda de manera respetuosa, con calidad y calidez.

Puedes acudir al MÓDULO DE DERECHOS HUMANOS FRANCISCO GALVÁN DE LETRA S que se encuentra dentro de la clínica, para que te asesoren y orienten sobre tus derechos y poner una queja, si es el caso.

Para consultar lugares y horarios para la prueba de detección del VIH ingresa a [www.condesadf.mx](http://www.condesadf.mx)



CLÍNICA ESPECIALIZADA CONDESA  
Benjamín Hill No. 24, Col. Condesa  
Metros: Patriotismo y Juanacatlán  
Metrobús La Salle

Horario de Atención  
Lunes a Viernes de 7:00 a 20:30 hrs.  
5271 6439 ó 5515 8311



ESTE PROGRAMA ES DE CARÁCTER PÚBLICO, NO ES PATROCINADO NI PROMOVIDO POR PARTIDO POLÍTICO ALGUNO Y SUS RECURSOS PROVIENEN DE LOS IMPUESTOS QUE PAGAN TODOS LOS CONTRIBUYENTES. ESTÁ PROHIBIDO EL USO DE ESTE PROGRAMA CON FINES POLÍTICOS, ELECTORALES Y DE LUCRO Y OTROS DISTINTOS A LOS ESTABLECIDOS. QUIEN HAGA USO INDEBIDO DE LOS RECURSOS DE ESTE PROGRAMA EN EL DISTRITO FEDERAL SERÁ SANCIONADO DE ACUERDO A LA LEY APLICABLE Y ANTE LA AUTORIDAD COMPETENTE.



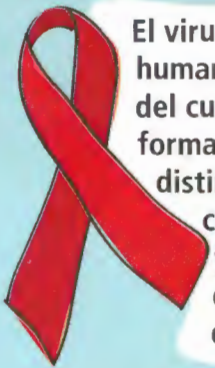
Si tienes VIH:  
**¡EL TRATAMIENTO  
ES VIDA!**  
**NO ESPERES  
NI TE DESESPERES**

Iniciar el tratamiento de manera temprana reduce los daños a tu salud.



## Si te acaban de diagnosticar VIH

Lo primero que debes hacer es informarte sobre la infección por VIH.



El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) ataca las defensas del cuerpo, cuyo sistema está formado por células que tienen distintas funciones y ayudan a contrarrestar las infecciones y enfermedades a las que estamos expuestos durante la vida.

Las células que son atacadas en este proceso son los linfocitos T CD4. Cuando el VIH entra al cuerpo, infecta las células T CD4 y se replica dentro de ellas destruyéndolas.

Si no se toma el tratamiento, el VIH continúa, acabando con el sistema de defensas que protegen al organismo de tal manera que la persona puede desarrollar enfermedades por Infecciones Oportunistas (IO) y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (Sida).

## ¿Qué puedes hacer para controlar el VIH?

En la actualidad existe un tratamiento para frenar el avance del VIH en el organismo y se conoce como tratamiento Antirretroviral (ARV). Son combinaciones de medicamentos especialmente desarrollados para impedir la replicación del VIH en el organismo.

## El tratamiento es de por vida y su éxito depende de:

**No interrumpir la toma de los medicamentos ARV**

**Mantener el seguimiento y monitoreo clínico**

**No reinfectarte (usa siempre el condón)**

El control virológico de la infección por VIH se mide a través de una de laboratorio: Carga Viral (CV) en la sangre. La condición inmunológica del organismo se mide a través del conteo de linfocitos CD4 en la sangre. Estas pruebas se deben llevar a cabo 2 veces al año o cuando tu médico te lo indique.

Es importante subrayar que el medicamento no elimina el VIH, pero, mientras se tome, evita su replicación. Cuando se responde al tratamiento la persona puede reducir su CV a "indetectable", es decir, a su mínima actividad.

## Monitorea tu salud regularmente

Aunque tomes tu tratamiento, debes prestar atención y tener mayor cuidado con tu salud en general.

Si desarrollas alguna infección o enfermedad, notifícalo inmediatamente a tu médico tratante para que te ofrezca un procedimiento apropiado. Es importante considerar que no todas las urgencias médicas estarán asociadas al VIH, como la gripe, que son comunes a cualquier persona. Es importante que te registres en tu centro de salud más cercano para que puedas atender todas las condiciones médicas no relacionadas al VIH.

## Atiende horarios, citas y normas de operación del servicio

Los servicios especializados en VIH/Sida del Gobierno del Distrito Federal son públicos, gratuitos y para cubrir la demanda de atención se requiere la colaboración de las y los usuarios.

Hoy en día nadie tiene que tener Sida y mucho menos morir. El diagnóstico temprano y el apego al tratamiento reduce los daños a la salud y mejora tu calidad de vida.

## ¿Cómo puedes contribuir a mejorar tu salud?

Atendiendo tus citas, en la fecha y el horario señalados. ✓

Realizándote las pruebas de laboratorio y las demás que tu médico indique. ✓

Acude por tu medicamento y no suspendas tu tratamiento. ✓

Si vas a realizar un viaje o ausentarte de la ciudad, elabora un plan que te permite mantener el tratamiento y el acceso al medicamento. ✓

Si tienes algún efecto secundario al tratamiento acude a la Clínica. ✓

Disfruta tu vida sexual con protección permanente (usa condón). ✓

Si no puedes comprar condones, se te proporcionan en la Clínica. ✓

Mantén vigente tu póliza del Seguro Popular. ✓

Si tienes dudas sobre el tratamiento, acude a la Clínica para que te sean aclaradas. ✓