

# Cómo lograr que el VIH sea indetectable



## Boletín de salud

Visite [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) para encontrar cualquier Boletín de salud.  
Llame al **311** para pedir copias gratuitas.



# Indetectable es igual a intransmisible

- El tratamiento del VIH puede reducir la cantidad del virus que se encuentra en el organismo a niveles tan bajos que no se le puede detectar.
- Las personas que mantienen una carga viral indetectable durante al menos seis meses **no transmiten el VIH a través de las relaciones sexuales.**
- A esto se le conoce como "indetectable es igual a intransmisible", o I = I.



Las personas que tienen una carga viral indetectable no transmiten el VIH a través de las relaciones sexuales.

# Tratamiento del VIH

- Los medicamentos para tratar el VIH son **seguros y más eficaces que nunca**.
- Si se toman según las indicaciones, los medicamentos para el VIH reducen la cantidad del virus que se encuentra en el organismo.
- Cuanto antes inicie el tratamiento del VIH, menos daño puede ocasionar este virus en el organismo.



Los medicamentos para el VIH se denominan "terapia antirretroviral" (ART, por sus siglas en inglés). No existe una cura para el VIH, pero la ART puede ayudar a reducir la cantidad de virus en el organismo. Para incorporar estos medicamentos en su rutina, suscríbase para recibir notificaciones por mensaje de texto enviando la palabra **"MEDS" (medicamentos)** al **877877\***.

\*Puede enviar mensajes de texto en inglés y en español.

## El VIH y la salud sexual



Si desconoce su situación respecto al VIH, **hágase la prueba de detección**. Es fácil y rápida. Además, esta prueba es gratuita en las clínicas de bienestar sexual del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York.



Si tiene VIH, asegúrese de **tomar los medicamentos** según las indicaciones y de consultar a un médico especialista en VIH para hacerse controles periódicos.



Si no tiene VIH, **tome los medicamentos de profilaxis previa a la exposición (PrEP, por sus siglas en inglés)** todos los días para prevenir la transmisión.



Si es una persona sexualmente activa, **use condones** siempre que le sea posible para protegerse del VIH y de otras infecciones de transmisión sexual, y para evitar embarazos no planeados.

# Encuentre servicios

---

Las pruebas, la atención y los servicios de tratamiento del VIH están disponibles independientemente de su estado migratorio o de su capacidad de pago:



Para obtener información sobre las pruebas de detección del VIH gratuitas o de bajo costo, visite [nyc.gov/health/clinics](https://nyc.gov/health/clinics) o envíe un mensaje de texto con la palabra "**SABER**" al **877877**\* para encontrar el sitio más cercano donde hacerse la prueba.



Para obtener ayuda a fin de encontrar servicios de atención del VIH, envíe un mensaje de texto con la palabra "**CUÍDESE**" al **877877**\*.



Para más información sobre PrEP (profilaxis previa a la exposición), visite [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) y busque la palabra "**PrEP**".



Para conseguir ayuda adicional, visite [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) y busque "**Ryan White Services**" (**servicios del programa Ryan White**) si desea obtener más información sobre el programa de coordinación para la atención del Departamento de Salud.

\*Puede enviar mensajes de texto en inglés y en español.

# Recursos

## Síguenos



@nychealthy



nychealth



@nychealthy



nychealth



nyc health

---

## Para obtener más información

Visite [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) y busque **"HIV Undetectable" (VIH indetectable)**.

---

## Reciba los boletines de salud más recientes

Envíe un correo electrónico a [healthbulletins@health.nyc.gov](mailto:healthbulletins@health.nyc.gov).



Visite [nyc.gov/health/pubs](https://nyc.gov/health/pubs) para obtener este Boletín de salud en otros idiomas y otros documentos de salud traducidos. Usted tiene derecho a recibir servicios en su idioma. Estos servicios se prestan de forma gratuita en todas las oficinas y clínicas del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York.