

#ShesWell

LET'S STOP HIV TOGETHER

TAKE CARE OF YOUR WHOLE HEALTH



Use these tips to include HIV prevention and treatment in your whole health routine.



Find a health care provider you can trust, who respects you, and whom you feel comfortable talking about sexual health with. Ask your provider about HIV and STI testing.



Find out if pre-exposure prophylaxis (PrEP) is right for you. PrEP is medicine that is highly effective at preventing HIV from sex or injection drug use. Talk with your health care provider about PrEP.



Use condoms. Condoms are still the only way to prevent both HIV and other STIs. When used properly, male and female condoms are highly effective.



Be undetectable. If you're living with HIV, getting and keeping an undetectable viral load is the best thing you can do to stay healthy and prevent transmitting HIV to sexual partners.

Visit our website by scanning the QR code below for tips on how to talk with a provider about your sexual health.

cdc.gov/SheIsWell



Ending
the
HIV
Epidemic

PN 301382

#SanaYPoderosa

CUIDA TU BIENESTAR



Utiliza estos consejos para incluir la prevención y el tratamiento del VIH en tu rutina de bienestar.



Encuentra un proveedor de salud en el que puedas confiar, que te respete, y con quien te sientas cómoda hablando sobre tu salud sexual. Pregúntale a tu proveedor de salud sobre las pruebas del VIH y ETS.



Descubre si la profilaxis preexposición (PrEP) es adecuada para ti. PrEP es una medicina que es muy eficaz para prevenir el VIH a través del sexo o el uso de drogas inyectables. Habla con tu proveedor de salud sobre PrEP.



Usa condones. Los condones siguen siendo la única manera de prevenir tanto el VIH como otras ETS. Cuando se usan correctamente, los condones internos y externos son altamente eficaces.



Sé indetectable. Si tienes VIH, alcanzar y mantener una carga viral indetectable es lo mejor que puedes hacer para mantenerte sana y prevenir la transmisión del VIH a tus parejas sexuales.

Escanea el código QR a continuación para visitar nuestro sitio web y obtener consejos sobre cómo hablar de tu salud sexual con tu proveedor de salud.

