

¿QUÉ ES EL VIH?

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) es una infección transmitida por la sangre que ataca el sistema inmunitario y puede provocar el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) si no se trata. Con tratamiento, el VIH se vuelve indetectable en la sangre y puede evitarse su transmisión.

Hoy en día, las personas con VIH pueden tener una vida larga y saludable.

¿Cómo se transmite el VIH?

- Contact sexual (p. ex., relation sexuelle vaginale)
- Contacto Sexual: Sexo anal, vaginal y oral.
- Transmisión sanguínea: transfusiones sanguíneas, compartir agujas, etc.
- Transmisión de madre a feto: durante el embarazo y/o el parto.

¿Dónde puedo hacerme la prueba?

Gay Zone: ofrece pruebas gratis y anónimas cada Jueves de 5 a 8 pm en Centretown Community Health Centre

420 Cooper Street, Ottawa
Teléfono: 613-233-4443

Sexual Health Clinic

en 179 Clarence St, Ottawa.
Teléfono : 613-234-4641

Somerset West Community Health Centre

en 55 Eccles St, Ottawa.
Teléfono: 613-238-8210

Servicios de Salud de la Universidad de Ottawa

en 100 Marie-Curie Private, Ottawa
Teléfono: 613-564-3950

Síntomas

No todos experimentan síntomas después de ser infectados con VIH, pero en algunos casos los tendrán.

Los síntomas son similares a los de un resfrío y se presentan de dos a cuatro semanas después de la infección (incluyendo fiebre y dolores de cuerpo, náusea, diarrea, y vómito).

Si fuiste diagnosticado recientemente, visita HIV411.ca para descubrir servicios cercanos.

¿Cuáles fluidos corporales tienen VIH?

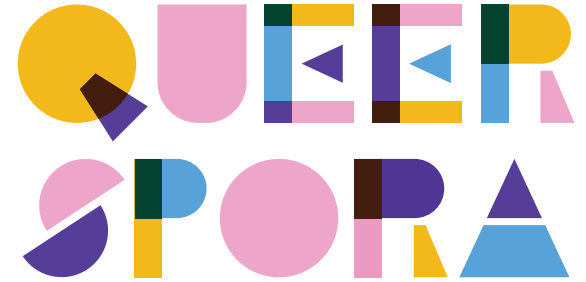
- Sangre
- Semen (eyaculación y liquido pre seminal)
- Fluido Rectal
- Fluido Vaginal
- Leche Materna

PREVENCIÓN DE VIH Y ETS

- Condones
- PrEP: previene sólo el VIH, y no te protege contra otras enfermedades de transmisión sexual (ETS)
- PEP (después de una posible exposición al VIH)
- Usando condones y PrEP conjuntamente puede ser altamente efectivo en reducir transmisión de VIH/ETS
- Haciéndote pruebas y sabiendo tu estado
- No compartiendo con otros materiales para consumo de drogas (jeringas, pipas para metanfetaminas y otros)

OTRAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL SON

- La hepatitis,
- El virus de papiloma humano (VPH),
- Herpes genital,
- Clamidia,
- Gonorrea,
- Sífilis.



SERVICIOS DE SALUD Y ASENTAMIENTO PARA NUEVOS INMIGRANTES

Si eres un hombre interesado en otros hombres, esta guía es para ti

La brochure a été préparée et révisée par Este folleto fue preparado y revisado por integrantes de la comunidad LGBTQ en Ottawa, en conjunto con MAX Ottawa y Capital Rainbow Refuge.

Servicios y recursos importantes para nuevos inmigrantes

SALUD

- Si quieres saber más acerca de los servicios de salud en español, puedes visitar el centro de salud: Ottawa Newcomer en la avenida Argyle N° 219 (primer piso).
- Si necesitas ayuda para conectarte con servicios de salud mental en la región de Ottawa, contacta a nuestro equipo de salud y bienestar al correo navigation@maxottawa.ca o llama al : 613-701-6555.
- Si estás pasando por una crisis emocional o de salud mental, puedes llamar al centro de socorro en Ottawa (Distress Centre of Ottawa) al 613-238-3311. Abierto las 24 horas, los 7 días de la semana

TRABAJO

Cuando estés listo para buscar un empleo, los centros de empleo en Ontario están para ayudarte. Encuentra los centros más cercanos en el sitio web:

ontario.ca/page/employment-ontario

IDIOMA Y EDUCACIÓN

El YMCA-YWCA puede ayudarte con una evaluación lingüística y brindarte orientación sobre los cursos disponibles. Puedes contactarlos al 613-238-5462 o encuentra el centro más cercano en el sitio web:

ymca.ca

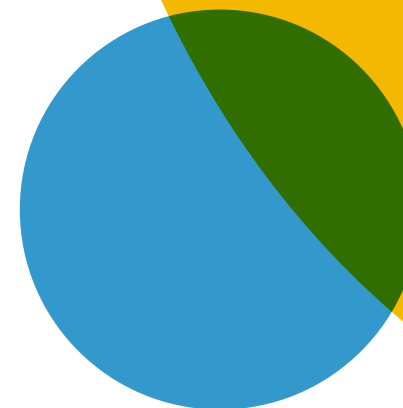
VIDA SOCIAL Y ENTRETENIMIENTO

MAX ofrece una gran variedad de grupos sociales, incluyendo grupos de arte y ayuda emocional. Puedes encontrar más detalles en el sitio web : maxottawa.ca.

- Programa para personas recién llegadas : El centro de salud comunitario Centretown ofrece un programa de adaptación y orientación para personas que llegaron recientemente al país, cada segundo y último lunes del mes de 5:30 a 7:30
- Bares y Tabernas
- T's (323 Somerset St. W.)
- Swizzles (246 B Queen St.)
- Clubs Nocturnos
- Lookout (41 York St. 2nd Floor).
- Babylon (317 Bank St.).
- Mercury Lounge (56 Byward Market Square)

ENLACES ÚTILES

- Establecimiento : si tienes alguna duda sobre el proceso de asentamiento en Ottawa, visita el sitio : settlement.org
- VIH/SIDA : Para encontrar los sitios que realizan pruebas anónimas de VIH/Sida visita el sitio : gayzonegaie.ca/clinic/hiv/anonymous-hiv-testing
- PrEP & PEP : Para más información sobre el tratamiento para la prevención del VIH equipyourself.ca
- ETS : para aprender mas sobre las Enfermedades de Transmisión Sexual catie.ca/en/fact-sheets#sti



¿EMOCIONADO?

En este folleto podrás encontrar información útil y sitios web que podrán ayudar a establecerte en la comunidad al igual que brindarte información de salud sexual.

Te recomendamos hacerte una prueba de VIH cada 3-6 meses, ya que es la mejor manera de mantenerte saludable.

La producción de este documento ha sido posible a través de la contribución financiera de la agencia de salud pública de Canadá. Los puntos de vista expresados en el no representan necesariamente los puntos de vista de la agencia de salud de Canadá.