

La prevención es poder.

Mujeres negras y latinas frecuentemente son ignoradas cuando se trata de la prevención del VIH y la educación sobre salud sexual. Por eso, estamos dando un paso al frente y alzando nuestras voces.

Estamos retomando nuestro poder centrando a mujeres negras y latinas. Al educar a nuestra comunidad, estamos ayudando a las mujeres para que tengan conversaciones honestas con sus proveedores de salud sobre PrEP y PEP para la prevención de VIH.

Para mí. Para ella. La prevención es nuestra



Mejor salud sexual significa mejor salud en general.

Se nos ignora y se nos estigmatiza en la prevención del VIH y la educación sobre salud sexual. Es hora de recuperar el poder sobre nuestro cuidado de salud y tomar el control de estas conversaciones.

Entiende la importancia de la salud sexual.

La prevención del VIH y las ITS (infecciones de transmisión sexual) es fundamental para su salud sexual, independientemente del tipo de relación que tengas: heterosexual, homosexual, poliamorosa, monógama o de otro tipo. Tienes derecho a sentirte capacitada para tomar decisiones informadas que sean mejores para ti y tus experiencias sexuales.

Busca a un proveedor de salud adecuado para ti.

Trabajar con un proveedor de salud con quien te sientas en confianza y que entienda tus necesidades es clave para alcanzar una buena salud sexual y salud general. Estas son algunas sugerencias para tener en cuenta:

- Te tratan con respeto.
- Te invitan a hacer preguntas.
- Te escuchan cuando hablas.
- Te explican las cosas para que las entiendas.
- Te recomiendan usar métodos de prevención y realizarte exámenes con regularidad.

Si tu proveedor no toca el tema de la salud sexual, tú puedes hacerlo. Algunos proveedores no sabrán que este tema es importante para ti hasta que tú lo menciones.

Dile a tu proveedor que quieres hablar sobre salud sexual.

¿No sabes por dónde empezar? Prueba algunas de estas frases:

- Me gustaría incluir análisis de VIH e ITS (infecciones de transmisión sexual) como parte regular de mis exámenes.
- ¿Cuándo y cómo me darán los resultados?
- ¿Puede contarme un poco más acerca de la PrEP para la prevención del VIH?
- Me interesa la PrEP para la prevención del VIH.
- ¿Cuál es la diferencia entre PrEP y PEP?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios de estos medicamentos?
- ¿Durante cuánto tiempo tengo que tomarlos para que hagan efecto?
- ¿Qué pasa si me embarazo? ¿Cómo afectarán los medicamentos al feto?
- ¿Cuál es la diferencia entre la PrEP inyectable y la PrEP en pastillas para el VIH?
- ¿Mi seguro cubre PrEP y PEP? ¿Cuánto serían los gastos de mi bolsillo?
- Si alguna vez tengo que usar PEP, ¿cuál es el modo de acceso más rápido?
- ¿Qué vacunas recomienda para protegerme de las ITS?
- ¿Qué puedo hacer para protegerme a mí y a mi(s) pareja(s) del VIH y las ITS?
- Mi pareja me fue infiel y me preocupa tener alguna ITS. ¿Qué pruebas de ITS debería hacerme?



Escanea este código para obtener más información sobre cómo tomar las riendas de tu salud sexual, incluyendo la prevención del VIH.



El Proyecto Ella/Her se propone motivar, inspirar y empoderar a las mujeres negras y latinas en las comunidades rurales de Carolina del Norte. Cuando priorizamos nuestra salud sexual, nuestro placer y nuestra libertad, no solo nos defendemos a nosotras mismas, también defendemos a nuestra comunidad.

Habla de sexo por tu salud, por tu placer, por tu libertad.