

A continuación, os adjunto la relación de mensajes que hemos elaborado para que puedan ser utilizados en la campaña de vídeos que planteamos como actividad para el Día Mundial de este año.

Son unas propuestas, para facilitar vuestra participación, pero podéis modificarlos, adaptarlos, refundirlos e incluso hacer vuestro propio mensaje. La cuestión es participar.

Os pido que grabéis el vídeo en formato MP4 y que me lo hagáis llegar en cuanto sea posible para ir editándolos con la imagen de la campaña e ir difundiéndolos en redes. Quizás no os lo pueda enviar por correo electrónico por el peso, pero se irán subiendo a nuestro **canal de YouTube Pcs Extremadura** y tendréis acceso a ellos (https://www.youtube.com/channel/UCMZ1-xoAU05i3x6w_BpmV5w) o podéis compartíroslos desde nuestras redes sociales.

Un ejemplo de grabación podría ser:

Hola, soy Eva, trabajo en la Oficina de Coordinación de VIH y me uno a la campaña del día mundial del sida: “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Las personas seropositivas al VIH con carga viral indetectable no transmiten la infección. **#HayOpciones.**

Y los deportistas, pues pueden indicar su disciplina, si quieren.

¡¡¡Pero que cada uno lo haga como quiera y como pueda!!! Y que grabe cuantos quiera. No hay problema.

- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Las personas que viven con el VIH pueden evitar transmitir la infección a sus parejas tomando de manera correcta su tratamiento antirretroviral. Recuerda que Indetectable es igual a Intransmisible. **#HayOpciones.**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Cuando la carga viral desciende a niveles indetectables y se mantiene como mínimo 6 meses, la persona que vive con el VIH, no lo transmite, gracias al tratamiento antirretroviral. Indetectable es igual a Intransmisible. **#HayOpciones.**

- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Las personas que viven con el VIH y mantienen su carga viral indetectable no transmiten por vía sexual el virus a otras personas.
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Una carga viral indetectable sólo protege frente a la transmisión por vía sexual del VIH, pero no frente a otras infecciones de transmisión sexual. Infórmate. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Usando correctamente el preservativo y lubricante en las relaciones sexuales, se reduce el riesgo de transmisión del VIH. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Usar de forma correcta y sistemática el preservativo externo o interno, conocido comúnmente como preservativo masculino o femenino protege frente al VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. La profilaxis preexposición, que es la toma de fármacos antirretrovirales por parte de personas que no tienen el VIH, puede reducir el riesgo de infección. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Cuando las medidas de prevención han faltado o han fallado, la profilaxis postexposición puede reducir el riesgo de infección por VIH. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. La profilaxis postexposición aunque es una medida muy eficaz, no elimina por completo el riesgo de transmisión del VIH. Y tampoco sustituye al uso habitual del preservativo. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. La profilaxis postexposición no elimina el riesgo de transmisión de otras Infecciones de Transmisión Sexual. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. La profilaxis postexposición consiste en la toma de tratamiento antirretroviral durante 28 días, por lo que es necesario hacer seguimiento médico. **#HayOpciones**

- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. El diagnóstico precoz de la infección por VIH ayuda a romper la cadena de transmisión. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Frente al VIH, el diagnóstico precoz es una herramienta clave, ya que conocer tu estado serológico es importante para cuidar tu salud y la de otras personas. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Si has tenido prácticas sexuales de riesgo, es recomendable que pidas cita a tu médico, ya que valorará tu situación y la necesidad de realizar la prueba del VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual. Infórmate. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Realizar de forma habitual revisiones de salud, y no solo cuando se han tenido prácticas de riesgo, favorece detectar de forma precoz la infección por VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. El uso correcto del preservativo es una medida muy eficaz en la prevención de la infección por VIH, pero no es la única. Infórmate. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. La toma regular de determinados fármacos antirretrovirales, bajo prescripción médica, puede evitar que una persona que no tiene VIH se infecte, hablamos de la profilaxis preexposición. Infórmate. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Si has tenido una práctica de riesgo puedes reducir los riesgos de infección por VIH si acudes a un centro sanitario a solicitar la profilaxis postexposición. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Todos podemos prevenir el VIH. Elige cómo hacerlo. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Decide prevenir. Decide cuidarte. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Se han logrado grandes avances en la prevención del VIH. Es posible prevenirlo. **#HayOpciones**

- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Puedes elegir cómo prevenir la infección por VIH. Puedes hacerlo posible. Infórmate. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Hay diversas formas de prevenir el VIH. Decide cuidarte y cuidar a los demás. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Si tomas medidas puedes prevenir la infección por VIH. Es posible. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Tanto si tienes el VIH como si no, puedes frenar al VIH. Protégete y protege a los demás. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Hay varias formas de prevenir la infección por VIH. Elige la tuya y no corras riesgos. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Nunca tomes medicación por tu cuenta para prevenir el VIH. Siempre debe hacerse bajo seguimiento médico. **#HayOpciones**
- Hola, soy (nombre) de (entidad) y me uno a la campaña del día mundial del sida “**En la prevención del VIH no hay excusas**”. Consulta a personas formadas en VIH e infórmate en fuentes oficiales. **#HayOpciones**