

Manténgase sin **HEPATITIS C**



Participe en la reducción de daños

Para las personas que consumen sustancias, especialmente jeringas, es fundamental aplicar técnicas de reducción de daños.

- Use sólo jeringas nuevas y estériles
- No compartas el material, ni siquiera las pajitas
- En caso de heridas o abscesos, acude a que se los curen.

1



No comparta artículos de higiene personal

Los objetos de uso cotidiano, como afeitadoras, tijeras, cortaúñas, cepillos de dientes y otros, pueden transmitir la hepatitis C si la sangre de una persona infectada los contamina. Asegúrese de que todos los artículos se utilizan individualmente y se esterilizan con regularidad.

2



Revise que el equipo sea estéril

Los negocios en los que hay sangre o agujas, como las tiendas de tatuajes, piercings o clínicas de acupuntura, pueden transmitir la hepatitis C. Asegúrese siempre de que las agujas se utilizan una sola vez, de que todo el equipo y las herramientas están esterilizados y de que la tienda tiene licencia.

3



Practique sexo seguro y con responsabilidad

Aunque es menos frecuente que la hepatitis C se transmita por el acto sexual, hay factores que aumentan el riesgo. Si tiene varias parejas o practica sexo duro, hágase pruebas con regularidad y utilice preservativos.

4

