

Refuerza tus poderes
para vencer el riesgo cardiovascular
asociado al **VIH** 



HABLEMOS

DEL VIH,

así el mundo
hable de
otras cosas.



Tanto la infección por VIH como el tratamiento antirretroviral, pueden tener efectos sobre tu salud cardiovascular.

**TUS HÁBITOS SALUDABLES
TE PROTEGERÁN** 

Empieza y sigue tu tratamiento para contener la carga viral lo más pronto posible. Esto te ayudará a disminuir el riesgo.

Tu estilo de vida saludable es clave



- *Elimina el consumo de tabaco.*



- *Realiza actividad física e incrementala progresivamente.*



- *Evita el consumo de alcohol.*



- *Come una dieta rica en frutas y verduras, con proteínas y grasas buenas.*



- *En caso de consumir sustancias psicoactivas, busca ayuda profesional para dejar de consumirlas.*



- *Pídele a tu médico que te lleve un estricto control de riesgo cardiovascular. Participa activamente.*





Si ya tienes alguna enfermedad o síntoma cardiovascular, sigue el tratamiento como lo indica tu médico y refuerza tus poderes con un estilo de vida

VIVE MÁS

ENTRE TANTAS PRIORIDADES,

TÚ ERES LA PRIMERA

vivemas.segurossura.com.co



Pide la prueba directamente a través de nuestro WhatsApp.

EPS: 317 518 0237 | Póliza: 315 275 7888

Busca la opción VIH y terapia PrEP