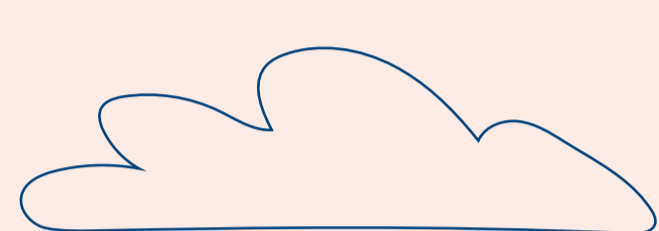


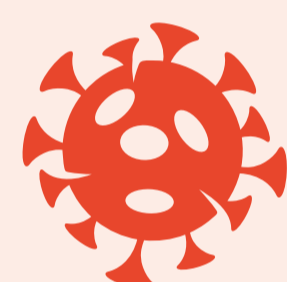
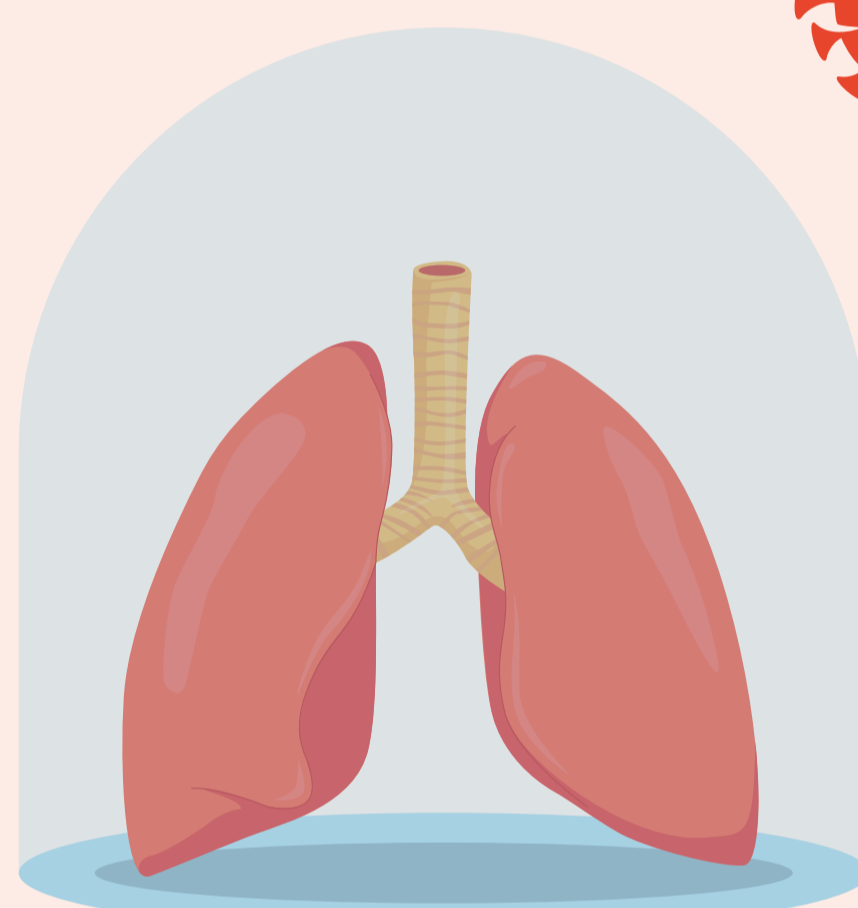
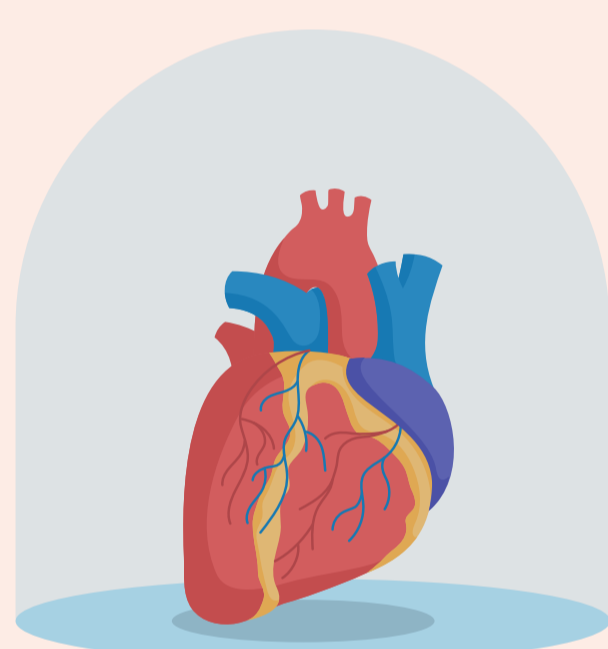
HIV e COVID-19

**COSA C'È DA
SAPERE?**



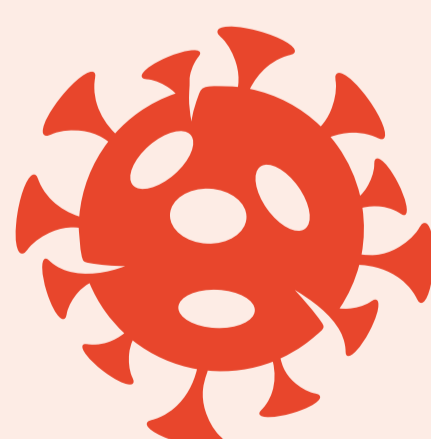
1

Il **COVID-19** è una malattia virale che **pone a rischio** tutte le persone



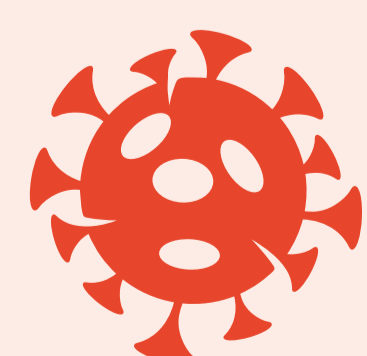
2

Come per la popolazione in generale, le **persone con HIV più anziane** o **con patologie concomitanti**, come malattie cardiache o respiratorie hanno un **maggiore rischio di contrarre il COVID-19, con sintomi più gravi**



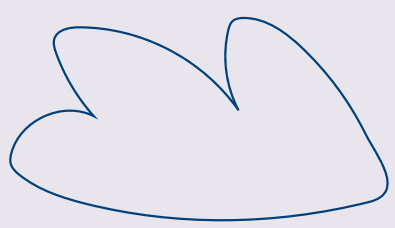
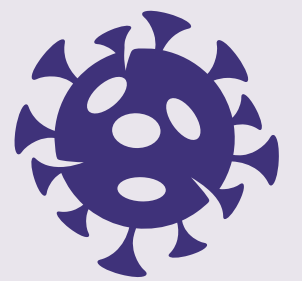
3

Soprattutto in caso di nuovi focolai e nuove restrizioni è importante che le persone con HIV **continuino ad assumere le terapie regolarmente.**



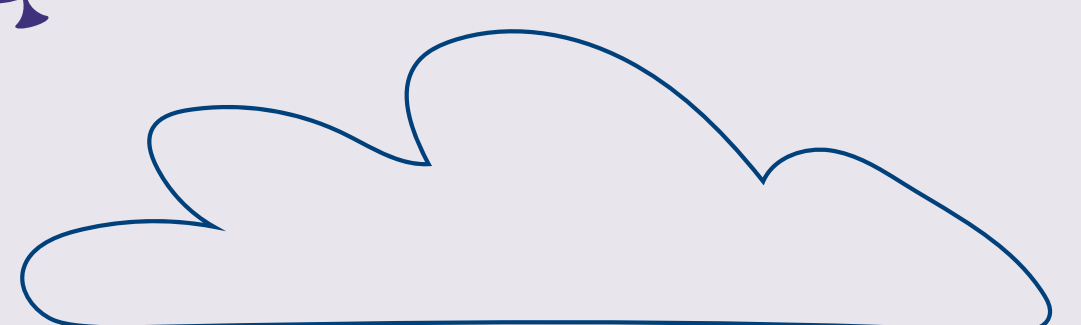
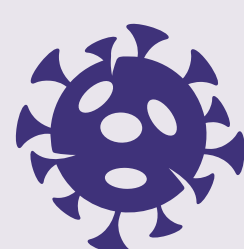
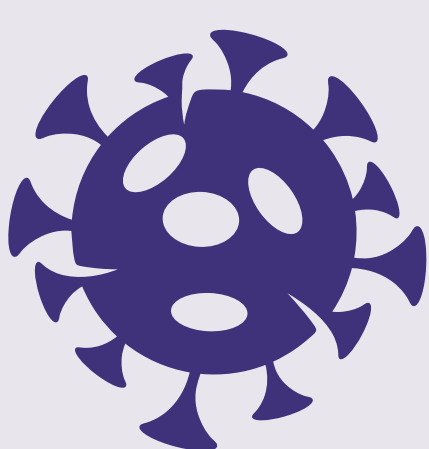
COVID-19

**ESISTONO
DELLE
TERAPIE?**



La ricerca per la cura del COVID-19 è in **costante evoluzione** e sono stati organizzati **svariati studi clinici per identificare il farmaco antivirale più adatto a trattare questa infezione.**

È ancora presto per avere una risposta definitiva, ma i progressi scientifici di questi mesi fanno ben sperare!



HIV e COVID-19

**COSA
FARE?**



KEEP CALM & RISPETTA LE REGOLE

Lavati le mani frequentemente con acqua e sapone (per 40-60 secondi) o con una **soluzione a base alcolica** (per 20-30 secondi)

Indossa la **mascherina** e rispetta il **distanziamento sociale**

Quando tossisci o starnutisci, **copri naso e bocca** con la parte interna del gomito o con un fazzoletto di carta che poi butterai; successivamente lavati le mani come sopra indicato

Evita di entrare in contatto con chiunque abbia tosse o febbre

Se ritieni di essere malato, non uscire di casa

Se hai febbre, tosse e difficoltà a respirare e sei o sei stato in un'area dove sono stati riportati casi di COVID-19, **rivolgiti immediatamente al tuo medico o a un centro ospedaliero**. Non recarti di persona, chiama e riferisci i tuoi sintomi e i tuoi recenti spostamenti



NON SOSPENDERE LE TERAPIE NÈ I CONTROLLI

Informati con il tuo medico: in molti ospedali sono disponibili visite 'in remoto' che ti permettono di effettuare i tuoi controlli periodici anche senza recarti nel tuo Centro

Tieni a portata di mano i contatti del tuo medico o della tua clinica nel caso avessi bisogno di qualche informazione o consiglio

Rispetta il **distanziamento sociale** e confrontati con amici e parenti in modo da supportarvi a vicenda, pur rispettando le regole

Aiuta gli altri membri della comunità in modo che abbiano le terapie e il supporto necessari



PRENDITI CURA DI TE STESSO E AIUTA CHI TI STA VICINO

La pandemia da COVID-19 può preoccupare ma la comunità delle persone con HIV ha decine d'anni di esperienza in termini di resilienza!

L'**esperienza** e la **determinazione** delle persone con HIV sono preziose per fronteggiare la crisi scatenata da Sars-Cov-2:

Informati utilizzando fonti attendibili

Prenditi cura del tuo corpo: dormi il giusto numero di ore per notte, mangia sano, fai regolare attività fisica, evita l'abuso di alcool e l'uso di droghe

Ricordarti che i pensieri e i sentimenti negativi hanno vita breve, specialmente se non si concede loro eccessivo spazio nella giornata

Resta connesso con gli altri, condividere sentimenti e preoccupazioni con amici e familiari è un ottimo modo per superare insieme le avversità