

Guía de Auto Cuidado

para personas que viven
con VIH



Vivir con VIH sí es posible....
y mucho va a depender de ti.



¿Eres una persona que vive con VIH?

Si tu respuesta es afirmativa, es necesario que sepas que la vida no se acaba ahí, por el contrario, una persona que tiene VIH (PVV) puede vivir durante mucho tiempo con una buena calidad de vida y eso mucho dependerá de cada persona y de otros factores externos, tales como:

- Recibir atención integral de manera adecuada y oportuna. Esto incluye el tratamiento antirretroviral, la atención médica/clínica, nutricional, psicológica, odontológica, legal, entre otros.
- Participar en una red de apoyo para PVV a nivel familiar, comunitario y social.
- Tener un estilo de vida saludable, que incluye comer y dormir bien, realizar ejercicios físicos permanentemente, evitar el estrés, las tensiones y el consumo de drogas y alcohol, entre otros.

Es de vital importancia entender bien la diferencia entre VIH y sida, ya que no es lo mismo ser una persona que vive con VIH y estar en etapa sida.

El virus de inmunodeficiencia humana -VIH- NO es una enfermedad, es un virus que ataca al sistema inmunológico de las personas, que sirve para defendernos de las enfermedades. Una persona puede tener VIH por muchos años y no presentar síntomas de ninguna enfermedad.

El sida es un conjunto de síntomas y síndromes de enfermedades conocidas como "oportunistas", que afectan a las PVV por tener bajas sus defensas (sistema inmunológico) a causa de la acción del VIH en su organismo.

El VIH se transmite solo cuando la sangre, el semen, los fluidos vaginales o la leche materna de una persona infectada entra en el cuerpo de otra persona. Las vías de transmisión son:

1. Relaciones sexuales penetrativas anales, vaginales y/u orales sin protección
2. Contacto de sangre infectada con la corriente sanguínea de otra persona
3. Materno-infantil durante el embarazo, parto o lactancia

El VIH NO se transmite por dar besos, ni abrazos, ni masturbarse, ni por picaduras de insectos o por compartir la vajilla o usar el mismo baño.



Prevención Positiva

¿Qué hacer si eres una persona que vive con VIH?

Lo primero que debes hacer si eres una persona que vive con VIH (PVV) es tranquilizarte e informarte bien sobre el tema. Es importante aceptar la condición de ser VIH positivo y aprender a convivir con el virus.

Luego de eso, debes consultar a un médico especialista y seguir

sus indicaciones. Existen varios medicamentos y tratamientos que no eliminan al VIH ni curan el sida, pero sí permiten a las personas infectadas prolongar y mejorar su calidad de vida.

¿Cómo reducir el riesgo de transmisión del VIH?

Las personas con VIH son claves para detener el avance del virus ya que no solo pueden transmitir el virus a otras, sino que pueden reinfectarse, lo cual puede complicar aún más su salud.

También es importante tomar en cuenta lo siguiente:

- Recibir tratamiento oportuno para las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) ya que estas son una puerta de entrada del VIH y pueden debilitar el sistema inmunológico.
- Las PVV tienen derecho a una vida sexual activa y al practicar sexo deben usar siempre condón adecuadamente, para tener relaciones sexuales seguras.
- Compartir jeringas, cepillos de dientes y afeitadoras puede ser riesgoso ya que esos instrumentos pueden contener sangre infectada.
- Una buena alimentación y nutrición es vital para mantener el cuerpo saludable y el sistema de defensas fuerte, lo que impide que aparezcan infecciones oportunistas.
- No es recomendable estar en



Consideraciones para iniciar el tratamiento ARV:

Los indicadores a considerarse para iniciar el tratamiento ARV son:

1. El conteo de células CD4, que muestra el daño hecho por el VIH al sistema inmunológico de una persona.
2. La carga viral que muestra la cantidad de VIH en el organismo.
3. Infecciones oportunistas y/o enfermedades asociadas al sida. Por ejemplo: candidiasis, herpes, neumonía, tuberculosis, entre otras.

Los exámenes de CD4 y carga viral, así como el tratamiento ARV son gratuitos para todas las personas con VIH y son proporcionados por el Programa Nacional de VIH/sida del Ministerio de Salud, el Instituto ecuatoriano de seguridad social (IESS) y los Institutos de seguridad social de las Fuerzas Armadas y de la Policía Nacional, de acuerdo a la Ley.

La Guía de Atención Integral a PVVS vigente, elaborada por el Ministerio de Salud en el 2009, indica que una PVV debe iniciar el tratamiento ARV cuando:

- Tiene un conteo inferior a 350 células CD4
- Si tiene de 200 a 350 CD4 a la persona con VIH se le debe realizar un examen de carga viral y, según el resultado, el médico evaluará cuándo iniciar tratamiento ARV.
- Otro factor para iniciar tratamiento

ARV es presentar alguna enfermedad "oportunistas".

- Si tiene más de 350 CD4 la PVV debe ser evaluada cada 3 meses.

El Tratamiento Antirretroviral de Máxima Acción (TARMA) tiene como objetivo el aumento de las células CD4 (restitución inmunológica) y la disminución de la carga viral a niveles indetectables.

Una vez iniciado el tratamiento ARV no es recomendable suspenderlo, ya que el virus puede crear resistencia a dichos fármacos, disminuyendo la expectativa de vida de quienes los toman. Por tanto el tratamiento debe ser: ininterrumpido, indefinido, razonado, informado y consensuado entre el médico y el usuario/a.



Tipos de antirretrovirales (ARVs):

Los antirretrovirales se clasifican de acuerdo a la forma en que estos actúan frente al VIH cuando este está deteriorando a las células CD4. Los 4 tipos de ARVs más usados son:



Consideraciones para iniciar el tratamiento ARV:

Los indicadores a considerarse para iniciar el tratamiento ARV son:

1. El conteo de células CD4, que muestra el daño hecho por el VIH al sistema inmunológico de una persona.
2. La carga viral que muestra la cantidad de VIH en el organismo.
3. Infecciones oportunistas y/o enfermedades asociadas al sida. Por ejemplo: candidiasis, herpes, neumonía, tuberculosis, entre otras.

Los exámenes de CD4 y carga viral, así como el tratamiento ARV son gratuitos para todas las personas con VIH y son proporcionados por el Programa Nacional de VIH/sida del Ministerio de Salud, el Instituto ecuatoriano de seguridad social (IESS) y los Institutos de seguridad social de las Fuerzas Armadas y de la Policía Nacional, de acuerdo a la Ley.

La Guía de Atención Integral a PVVS vigente, elaborada por el Ministerio de Salud en el 2009, indica que una PVV debe iniciar el tratamiento ARV cuando:

- Tiene un conteo inferior a 350 células CD4
- Si tiene de 200 a 350 CD4 a la persona con VIH se le debe realizar un examen de carga viral y, según el resultado, el médico evaluará cuándo iniciar tratamiento ARV.
- Otro factor para iniciar tratamiento

ARV es presentar alguna enfermedad "oportunistas".

- Si tiene más de 350 CD4 la PVV debe ser evaluada cada 3 meses.

El Tratamiento Antirretroviral de Máxima Acción (TARMA) tiene como objetivo el aumento de las células CD4 (restitución inmunológica) y la disminución de la carga viral a niveles indetectables.

Una vez iniciado el tratamiento ARV no es recomendable suspenderlo, ya que el virus puede crear resistencia a dichos fármacos, disminuyendo la expectativa de vida de quienes los toman. Por tanto el tratamiento debe ser: ininterrumpido, indefinido, razonado, informado y consensuado entre el médico y el usuario/a.



Tipos de antirretrovirales (ARVs):

Los antirretrovirales se clasifican de acuerdo a la forma en que estos actúan frente al VIH cuando este está deteriorando a las células CD4. Los 4 tipos de ARVs más usados son:



1. **Inhibidores nucleósidos de la Transcriptasa reversa (INTR):** actúan en el momento que el virus está en el núcleo de la célula.
2. **Inhibidores de la transcriptasa inversa (ITNTR):** actúan en el momento que el virus está fuera del núcleo de la célula.
3. **Inhibidores de la proteasa (IP):** actúan en el momento que el virus está en la proteasa de la célula.
4. **Inhibidores de la fusión (IF):** son los de última generación y actúan en el momento que el virus está por acoplarse a la célula.

forma adecuada. Estos factores son de tipo social, cultural, educativo, económico, entre otros.

Recomendaciones para una buena adherencia:

- Percepción de la necesidad de realizar el tratamiento de forma correcta
- Motivación para ser adherente al tratamiento
- Tener los medicamentos siempre a la mano y tomarlos a la hora establecida.
- Es importante integrar su régimen de toma de medicamentos a su rutina diaria.
- Agrupar los medicamentos en dosis diarias para una semana a la vez.
- Usar un pastillero y/o una alarma que le avise cuándo tomar los medicamentos.
- Usar una agenda o libreta, especialmente al comienzo de un nuevo régimen, en donde pueda anotar las dosis que ya ha tomado y las que falta por tomar en el día, así como las molestias causadas por el medicamento y efectos secundarios.
- Planificar con anticipación la toma de ARVs en fines de semana y las vacaciones.
- Cuando viaje, lleve todos sus medicamentos consigo.
- Si quiere ocultar que está tomando medicamentos planifique los

momentos de privacidad.

- Participar en una red o grupo de apoyo que le recuerde tomar sus medicamentos.
- Mantener el medicamento en el lugar donde lo tomará.
- Elegir una actividad diaria que le recuerde tomar sus medicamentos. Ejemplo: mientras desayuna, cuando mira su programa favorito de televisión, cuando regresa del trabajo.

Importancia de la adherencia:

Tomar los medicamentos correctamente (adherencia) aumenta las probabilidades de éxito del tratamiento, lo cual se lo puede verificar mediante:

- Disminución máxima y duradera de la carga viral
- Fortalecimiento del sistema inmunológico, aumento de las células CD4
- Mejoría de la calidad de vida
- Reducción de la morbilidad y mortalidad ocasionada por el VIH.
- Reducción de la posibilidad de resistencia a los medicamentos ARVs.

Los efectos secundarios:

Como todo medicamento, los ARVs también tienen efectos secundarios que varían de acuerdo al tipo y de la persona que los toma. Estos efectos pueden dificultar una buena adherencia, por lo tanto hay que evaluarlos, definir estrategias para superarlos y que no



se conviertan en motivo de abandono o interrupción del tratamiento.

Es muy importante hablar con su médico sobre los efectos secundarios o colaterales que usted sienta por la toma de los antirretrovirales.



Nutrición

Mantener su estado nutricional óptimo es fundamental para una persona con VIH, ya que esto le ayudará a minimizar los efectos del virus en el deterioro inmunológico.

- Con una buena nutrición una PVV reforzará su sistema inmunológico y tardará más tiempo en necesitar medicación.
- Quienes toman el tratamiento antirretroviral podrán estar saludables por más años, además de desarrollar mayor tolerancia y respuesta a los tratamientos.
- Reduce la morbi-mortalidad asociada a la infección por VIH.
- Ayuda a ganar peso y contrarrestar efectos como la lipodistrofia.
- Mejora la calidad de vida.

La Adherencia

Adherencia es tomar los medicamentos y seguir un tratamiento correctamente, tal como lo indica el médico, en cuanto a la dosis exacta y a la hora indicada.

La adherencia implica también contar con una serie de factores que posibiliten seguir un tratamiento de

Por ello, el cuidado nutricional de las PVV debe formar parte de la atención integral que deben recibir en los servicios de salud.

Para mantener una buena nutrición se recomienda:

- Asegurarse de consumir una dieta balanceada que incluya suficiente cantidad de carbohidratos, vegetales, frutas, proteínas, vitaminas y cantidades moderadas de azúcar y grasa. La pirámide alimentaria permite distinguir de forma gráfica los tipos de alimentos y porciones recomendadas.

Las proteínas (carnes, pescado, granos secos, nueces y semillas) ayudan a generar y mantener los músculos.

Los carbohidratos (cereales, arroz, pasta, harinas, entre otros) son fuente de energía, fibras y nutrientes.

Los dulces pueden provenir de frutas frescas y secas, miel, mermelada y jarabes.

Las grasas brindan energía extra. Una persona con VIH las necesita pero no demasiado. Las grasas consideradas "buenas" se encuentran en nueces, semillas, aceites de canola, de oliva y en el pescado.

- Tomar una buena cantidad de



líquidos, sobre todo agua. Beber té, café, bebidas tipo cola, chocolate o alcohol facilita la pérdida de líquido del cuerpo.

- Hervir los alimentos y evitar comerlos crudos.
- Lavar bien los alimentos antes de consumirlos.

Es importante consultar a un nutricionista con conocimientos sobre VIH y sida para mayor información en el tema, ya que la consejería nutricional debe ser parte de la atención integral.

Causas de una mala nutrición en PVV:

- Reducido consumo de alimentos.
- Pobre absorción de los alimentos ingeridos.
- Aumento de la pérdida de nutrientes debido a infecciones varias.
- Requerimientos nutricionales incrementados por la cantidad de virus en el organismo.

Interacción entre alimentos y ARVs:

- Los alimentos pueden interactuar con los ARVs, afectar su efectividad y el estatus nutricional de la PVV.
- El manejo adecuado de la relación entre medicamentos y alimentos aseguran mayor eficacia del tratamiento ARV.
- El manejo nutricional apropiado de los efectos secundarios puede ayudar a mejorar la adherencia al tratamiento y mejorar el estado nutricional.

GUÍA DE SERVICIOS DE SALUD PARA PERSONAS CON VIH
Unidades de Atención y Laboratorios de VIH en Ecuador

CIUDAD	NOMBRE DEL HOSPITAL	DIRECCIÓN	PERSONA DE CONTACTO	TELÉFONO
Azogues	Hospital Homero Castañer Crespo	Av. Andrés F. Córdova y Manuel González	Dr. Oscar Martínez Lcda. Janeth Romo	072 240 01 7 072 245 255
Baeza	Hospital de Baeza	Barrio 14 de Marzo: Calle 5 Mayo y Río Coca	Dr. Jaime Collahuazo	062 320 117
Babahoyo	Hospital Martín Icaza	Malecón 1400 entre Barreiros y Ricaurte	Dra. Johana Ranba y Lcda. María Martínez Lcda. Elena Cruz Lcda. Martha Medina	052 730 18 1 Ext. 5560 052 730 21 8
Cuenca	Hospital Vicente Corral Moscoso	Av. 12 de abril y Arupos	Dr. Javier Ochoa Mg. Sara Alvarado	074 096 000 ext. 7754
	Hospital José Carrasco Arteaga (IESS)	Av. Popayán y Pacto Andino Sector Monay	Dr. Juan Arias Lcda. Betty Chuyas	072 861 500 ext. 1001
	Instituto Nacional de Higiene Leopoldo Izquieta Pérez Cruz Roja	Av. Huaynacápac No. 1212	Dr. Milton Sanmartín	072 869 639
		Borrero 657 y Presidente Cardoso, 2 piso	Sicóloga Cristina Ponc e	072 832 13 2
Esmeraldas	Hospital Delfina Torres de Concha	Av. Libertad y Manabí, Parada 7	Dra. Mariana Vásquez Lcda. Mónica Quintero Lcda. Johana Plaza	062 713 21 6 062 722 501
Galápagos	Hospital Oskar Jandi de Galápagos	Isla San Cristóbal	Dra. Marianita Bamchón	052 520 31 8
	Hospital República del Ecuador	Isla Santa Cruz	Dr. Douglas Tinoco Lcdo. Gerardo Bastidas	052526103 ext.17 052 520 31 8
Guayaquil	Hospital de Infectología José Rodríguez Maridueña	Julián Coronel # 900 y José Mascote	Dra. Alicia Espinoza Lcda. Isabel Rosero Lcda. Patricia Mite Lcda. Cecilia Terán	042 294 251 042 292 600
	Hospital Dr. Abel Gilbert Pontón	Calle 29 y Galápagos	Dra. Nelly Avilés Lcda. Silvia Salinas Dr. Nexar Toala	042 842 389 042 849 400
	Hosp. Francisco Icaza Bustamante	Av. Quito y Gómez Rendón	Dra. Greta Miño	042 452 700
	Maternidad Mariana de Jesús	Calle 27 y Rosendo Avilés	Dra. Zenovia Vargas Sicólogo. Frank Kuffo	042 461 935 042 247 17 4
	Maternidad del Guasmo	Olfa de Bucaram y 29 de Mayo	Dra. Rebeca Yonccc	042480 758 / 759
	Hosp. Teodoro Maldonado Carbo IESS	Av. 25 de Julio	Dra. Zulema Heredia	042 490 666
	Instituto Nacional de Higiene Leopoldo Izquieta Pérez Cruz Roja	Julián Coronel, entre Esmeraldas y José Mascote, Frente al Hospital de Infectología	Dra. Carmen Mosquera Dr. Carlos Mosquera Dr. Iván Torres	042 280 069 042 393 275
Ibarra	Hospital San Vicente de Paúl	Av. Quito y Pedro Moncayo Luis Vargas Torres y Pasquel Monge	Ab. Segundo Echenique Dr. Juan Vacca Lcda. Nancy Bonilla Lcda. Magdalena Miranda	042 560 674 062 957 247 062 957 259
Loja	Hospital Isidro Ayora	Av. Manuel Agustín Aguirre e Imbabura	Dr. Jorge Yaruqui Lcda. Ruth Castro	072 570 540 072 573 282
Machala	Hospital Teófilo Dávila	Bolívar y Ayacucho esq.	Dr. Julio Barzallo Lcda. Imelda Arias Lcda. Sara Saraguro	072 935 570
Manta	Hospital Rodríguez Zambrano	Barrio Santa Martha, vía San Mateo	Dra. Rosi Ponc e Lcda. Erlencita Mendoz a Lcda. Alfarina Zambrano	052 612 014 052 611 849
Zamora Orellana	Hosp. Julius Doefner de Zamora	Sevilla de Oro y F. de Orellana	Lcda. Clemencia Sos a	072605 149 / 530
	Hospital Francisco de Orellana	Av. Monseñor Alejandro Labaca	Dra. Claudia Anchalí Lcda. Adela Trejo	062 880 954 Trab. Social



CIUDAD	NOMBRE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO - E
	Fundación EUDES	Calles Jacinto Morán E77-59 y David Ledesma	022 533 057 098 946 450	eudesecador@yahoo.com
	Grupo GENTEX	Juan Agama N30-77 y Cuero Caicedo, Primer Piso	022 522 202 ext.:118	gentex2008@hotmail.es
Guayaquil	CEPVVS Núcleo Guayas	Lorenzo de Garaicoa 919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	086 848 926 042 530 968	cepvvsygas@hotmail.com a.yance@coalicionecuadoriana.org
	Asociación Manantial	Isla Trinitaria Coop. Jacobo Bucaram Mz. 305 solar 16	094 235 183	osvaq@hotmail.com; asomanantialvih@hotmail.com
	Grupo Unidos por la Salud y los Derechos FUSAD	Hospital Guayaquil, Unidad de Atención VIH	086 536 714	ongfusad@hotmail.com
	Grupo de Auto Apoyo Unidos Venceremos	Hospital Infectología	089 941 163	unidos-venceremos@hotmail.com jorgelautaro_12@hotmail.com
	Red de Mujeres Positivas	Sta. Elena N919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	080 625 079	redemujerespositivas@yahoo.es
	Grupo FULEV	Maternidad Marianita de Jesús. Calle 27 y Rosendo Avilés	094 300 288	frankuffo@hotmail.com
	Fundación Ríos de Agua Viva	6 de Marzo N°2806 y San Martín	088 942 373 092 142 028	frdavi@hotmail.com convivenciavih@yahoo.es
	Fundación Convivencia			
	GAM de la Cruz Roja Guayas	Calles Pedro Moncayo N°802 y 1ro. de Mayo, 1er. piso alto, Dpto. de Asesoría	042 305 518 086 079 532 097 359 175	sechanique@cruzrojaaguayas.org
	Fundación Yunta	Clemente Ballén 721 y Rumichaca, piso 9 –ofic. 6	046 034 183 088 758 274	cesaral79@hotmail.com fundacionyunta@gmail.com
	Grupo Lilo	Lorenzo de Garaicoa 919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	092 419 939	obc_lilo@hotmail.com
Babahoyo	Grupo Renacer	Calderón entre 10 de Agosto y 5 de Junio, Edif. El Monarca N°2, piso 1	085 577 614 090 822 169	marisol-garzon1@hotmail.com wquintana1944@hotmail.com
Bahía de Caráquez	Asociación Corazón Solidario	Leonidas Plaza, García Moreno y Esmeraldas, Iglesia San Jorge	082 575 541	mariorereipolitt@hotmail.com luisdelgadopanta@yahoo.com.co
Azogues	CEPVVS Núcleo Cañar		085 324 463	maria.pinguil@yahoo.es
Durán	Grupo FAVU	Primavera 2 Sector 2 C Manzana 19 Villa 3	094 171 603 091457 821	saltostorres@hotmail.com jroberto_87@hotmail.com
El Coca	CEPVVS Núcleo Orellana		081 180 748	jvillagomez_19702@hotmail.com
Esmeraldas	CEPVVS Núcleo Esmeraldas	Calle Espejo, entre Olmedo y Sucre, Edificio CN Modelos, piso. 2	062 714 008	p.salazar@coalicionecuadoriana.org dan_gar23@hotmail.com
Loja	CEPVVS Núcleo Loja	10 de Agosto 18-37 entre Lauro Guerrero y Ramón Pinto. Edif. Autofreno, 2do. Piso	072 573 075 086 671 292 094 280 729	e.savinovich@coalicionecuadoriana.org jocap10@yahoo.es
Machala	CEPVVS Núcleo El Oro - Grupo Realidad Positiva	Calle 25 de Junio N°824 entre Gral. Páez y Junin. Mezzanine	072 937 139	j.moscoso@coalicionecuadoriana.org jristobalmg@hotmail.com
Manta	Grupo Juntos por la Vida	Hospital Rodríguez Zambrano	093 024 392	jecf2210@hotmail.com
Nueva Loja	CEPVVS Núcleo Sucumbios	Av. Latacunga 966 y Orellana, Barrio Las Palmeras	062 358 096	javiherco@hotmail.com
Portoviejo	CEPVVS Núcleo Manabí – Una Luz en la Vida	12 de Marzo y María Auxiliadora, Centro de Salud No. 1	052 657 112	funaluvi@yahoo.es y.ortiz@coalicionecuadoriana.org marieladelrocioveleztoala@yahoo.com m.velez@coalicionecuadoriana.org p.perez@coalicionecuadoriana.org
Quevedo	CEPVVS Núcleo Los Ríos – Una Esperanza para Vivir	Calle 7 de Octubre N211 y Tercera (esq), planta alta, ofi.11	052 758 952	p.perez@coalicionecuadoriana.org
Salinas	CEPVVS Núcleo Santa Elena	Av. 39 y calle 54, ciudadela Italiana	042 930 682	m.munoz@coalicionecuadoriana.org
Santo Domingo	CEPVVS Núcleo Santo Domingo de los Tsáchilas		093 498 779	cristian1980qm@hotmail.com
	Fundación ORPHAIDS	Clemencia de Mora No. 303 entre Morona y Río Chambira	022 746 088 084 441 539	lcp57@hotmail.com
Vinces	Grupo San Lorenzo	Iglesia San Lorenzo, calle Sucre y Balzar	088 667 830	natidama12@hotmail.com
Riobamba	CEPVVS Núcleo Chimborazo		081 408 443	metcusquillo@hotmail.com

CIUDAD	NOMBRE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO - E
	Fundación EUDES	Calles Jacinto Morán E77-59 y David Ledesma	022 533 057 098 946 450	eudesecador@yahoo.com
	Grupo GENTEX	Juan Agama N30-77 y Cuero Caicedo, Primer Piso	022 522 202 ext.:118	gentex2008@hotmail.es
Guayaquil	CEPVVS Núcleo Guayas	Lorenzo de Garaicoa 919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	086 848 926 042 530 968	cepvvsygas@hotmail.com a.yance@coalicionecuadoriana.org
	Asociación Manantial	Isla Trinitaria Coop. Jacobo Bucaram Mz. 305 solar 16	094 235 183	osvaq@hotmail.com; asomanantialvih@hotmail.com
	Grupo Unidos por la Salud y los Derechos FUSAD	Hospital Guayaquil, Unidad de Atención VIH	086 536 714	ongfusad@hotmail.com
	Grupo de Auto Apoyo Unidos Venceremos	Hospital Infectología	089 941 163	unidos-venceremos@hotmail.com jorgelautaro_12@hotmail.com
	Red de Mujeres Positivas	Sta. Elena N919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	080 625 079	redemujerespositivas@yahoo.es
	Grupo FULEV	Maternidad Marianita de Jesús. Calle 27 y Rosendo Avilés	094 300 288	frankuffo@hotmail.com
	Fundación Ríos de Agua Viva	6 de Marzo N°2806 y San Martín	088 942 373 092 142 028	frdavi@hotmail.com convivenciavih@yahoo.es
	Fundación Convivencia			
	GAM de la Cruz Roja Guayas	Calles Pedro Moncayo N°802 y 1ro. de Mayo, 1er. piso alto, Dpto. de Asesoría	042 305 518 086 079 532 097 359 175	sechanique@cruzrojaaguayas.org
	Fundación Yunta	Clemente Ballén 721 y Rumichaca, piso 9 –ofic. 6	046 034 183 088 758 274	cesaral79@hotmail.com fundacionyunta@gmail.com
	Grupo Lilo	Lorenzo de Garaicoa 919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso ofi. 3A	092 419 939	obc_lilo@hotmail.com
Babahoyo	Grupo Renacer	Calderón entre 10 de Agosto y 5 de Junio, Edif. El Monarca N°2, piso 1	085 577 614 090 822 169	marisol-garzon1@hotmail.com wquintana1944@hotmail.com
Bahía de Caráquez	Asociación Corazón Solidario	Leonidas Plaza, García Moreno y Esmeraldas, Iglesia San Jorge	082 575 541	mariorereipolitt@hotmail.com luisdelgadopanta@yahoo.com.co
Azogues	CEPVVS Núcleo Cañar		085 324 463	maria.pinguil@yahoo.es
Durán	Grupo FAVU	Primavera 2 Sector 2 C Manzana 19 Villa 3	094 171 603 091457 821	saltostorres@hotmail.com jroberto_87@hotmail.com
El Coca	CEPVVS Núcleo Orellana		081 180 748	jvillagomez_19702@hotmail.com
Esmeraldas	CEPVVS Núcleo Esmeraldas	Calle Espejo, entre Olmedo y Sucre, Edificio CN Modelos, piso. 2	062 714 008	p.salazar@coalicionecuadoriana.org dan_gar23@hotmail.com
Loja	CEPVVS Núcleo Loja	10 de Agosto 18-37 entre Lauro Guerrero y Ramón Pinto. Edif. Autofreno, 2do. Piso	072 573 075 086 671 292 094 280 729	e.savinovich@coalicionecuadoriana.org jocap10@yahoo.es
Machala	CEPVVS Núcleo El Oro - Grupo Realidad Positiva	Calle 25 de Junio N°824 entre Gral. Páez y Junin. Mezzanine	072 937 139	j.moscoso@coalicionecuadoriana.org jristobalmg@hotmail.com
Manta	Grupo Juntos por la Vida	Hospital Rodríguez Zambrano	093 024 392	jecf2210@hotmail.com
Nueva Loja	CEPVVS Núcleo Sucumbios	Av. Latacunga 966 y Orellana, Barrio Las Palmeras	062 358 096	javiherco@hotmail.com
Portoviejo	CEPVVS Núcleo Manabí – Una Luz en la Vida	12 de Marzo y María Auxiliadora, Centro de Salud No. 1	052 657 112	funaluvi@yahoo.es y.ortiz@coalicionecuadoriana.org marieladelrocioveleztoala@yahoo.com m.velez@coalicionecuadoriana.org p.perez@coalicionecuadoriana.org
Quevedo	CEPVVS Núcleo Los Ríos – Una Esperanza para Vivir	Calle 7 de Octubre N211 y Tercera (esq), planta alta, ofi.11	052 758 952	p.perez@coalicionecuadoriana.org
Salinas	CEPVVS Núcleo Santa Elena	Av. 39 y calle 54, ciudadela Italiana	042 930 682	m.munoz@coalicionecuadoriana.org
Santo Domingo	CEPVVS Núcleo Santo Domingo de los Tsáchilas		093 498 779	cristian1980qm@hotmail.com
	Fundación ORPHAIDS	Clemencia de Mora No. 303 entre Morona y Río Chambira	022 746 088 084 441 539	lcp57@hotmail.com
Vinces	Grupo San Lorenzo	Iglesia San Lorenzo, calle Sucre y Balzar	088 667 830	natidama12@hotmail.com
Riobamba	CEPVVS Núcleo Chimborazo		081 408 443	metcusquillo@hotmail.com

Si requieres más información sobre cómo vivir con VIH cuenta con la Coalición ecuatoriana de personas que viven con VIH/sida (CEP VVS).

QUITO:

Calle Juan Agama N30-77 y Cuero y Caicedo, planta baja
Telfs.: 022 522 202 / 022 569 929
info@coalicionecuatoriana.org

SALINAS:

Av. 39 y calle 54, al lado del Hotel Manhattan, Ciudadela Italiana
Telf: 042 930 682
m.munoz@coalicionecuatoriana.org

GUAYAQUIL:

Calle Lorenzo de Garaicoa No. 919 entre 9 de Octubre y Vélez, 3er piso, of. 3A
Telf.: 042 530 968
cepvvsgyas@hotmail.com
a.yance@coalicionecuatoriana.org

PORTOVIJEJO:

Calle 12 de Marzo y María Auxiliadora, Centro de Salud N°1, Junto al H. Verdi Cevallos
Telf.: 052 657 112
m.velez@coalicionecuatoriana.org
y.ortiz@coalicionecuatoriana.org

QUEVEDO:

Calle 7 de Octubre No. 211 y Tercera (esquina), planta alta, oficina 11
Telf.: 052 758 952
p.perez@coalicionecuatoriana.org

ESMERALDAS:

Calle Espejo s/n, entre Olmedo y Sucre, Edificio CN Modelos, 2do. piso.
Telf.: 062 714 008
p.salazar@coalicionecuatoriana.org



BABAHOYO:

Calderón entre 10 de Agosto y 5 de Julio Edif. El Monarca No.2 1er. piso
Telf.: 090 822 169 / 085 577 614
wquintana1944@hotmail.com
marisol-garzon1@hotmail.com

LOJA:

10 de Agosto No.18-37 entre Lauro Guerrero y Ramón Pinto. Edif. Autofreno, 2do. piso
Telf.: 072 573 075
e.savinovich@coalicionecuatoriana.org

NUEVA LOJA:

Av. Latacunga No. 966 y Orellana
Telf.: 062 358 096
javisherco@hotmail.com

MACHALA:

Calle Sucre No. 803 y Junín (esq), Edif. El Regalo, 2do piso, oficina 1
Telf.: 072 937 139
j.moscoso@coalicionecuatoriana.org



Material producido por:

Coalición ECUATORIANA
C.E.P.V.V.S

Con el apoyo de:

 **El Fondo Mundial**
Disfrutando en nuestro futuro
De la vida contra el SIDA, la tuberculosis y la malaria

 **Corporación KIMIRINA**

Sub-receptor Proyecto Ecuador VIH Ronda 9 Fondo Mundial
Proyecto "Mejoramiento de la calidad de vida de personas con VIH en el Ecuador"