

HIV AND SMOKING

YOUR QUIT JOURNEY STARTS TODAY.



What is HIV and how does it affect my life span?

HIV is the virus that can lead to AIDS. HIV harms the body's cells that fight infections. It is spread mostly by having unprotected sex or sharing needles with someone who has HIV. People who live with HIV or AIDS can expect to enjoy nearly-normal life spans, if they quit smoking and follow their treatment plans.

How many people who live with HIV are smokers?

Compared to those who don't have HIV, about two to three times as many people who do have HIV are smokers. Many people living with HIV say that smoking helps them to cope with the stress and stigma of the disease. They may be less likely to ask for advice about quitting, if they believe that providers are blaming or judging them.



Reach out today, for all the help you need to stop smoking.

Call 1-800-Quit Now (1-800-784-8669)

Connect online at [QuitNowVirginia.org](https://www.QuitNowVirginia.org)

Text READY to 21586

If I am living with HIV, how does smoking affect me?

Smokers living with HIV shorten their lives by an average of 12 years. Smoking damages the cells which control HIV and fight infections such as pneumonia. HIV causes chronic inflammation in the body and smoking can make that inflammation worse. People with HIV who smoke are more likely than people with HIV who do not smoke to develop:

- Cancers of the lung, head, and neck as well as anal and cervical cancers
- COPD
- Pneumocystis pneumonia
- Heart disease and stroke
- Illnesses that lead to AIDS
- Resistance to treatments that help to manage HIV and AIDS

How will quitting smoking improve my health, if I am living with HIV?

Two-thirds of people living with HIV want to quit smoking. When you quit smoking, you can reduce your HIV-related symptoms and decrease the odds of getting smoking-related diseases.

When women living with HIV quit smoking, they are less likely to be infertile or have low birth weight babies.

VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH
Tobacco Control Program

Quit Now
Virginia

EL VIH Y EL TABAQUISMO

SU RECORRIDO PARA DEJAR DE FUMAR COMIENZA HOY.



¿Qué es el VIH y cómo afecta mi esperanza de vida?

El VIH es el virus que puede causar el SIDA. El VIH daña las células del organismo que combaten las infecciones. Se contagia principalmente al mantener relaciones sexuales sin protección o al compartir agujas con alguien que tiene VIH. Las personas que viven con VIH o SIDA pueden aspirar a tener una esperanza de vida casi normal, si dejan de fumar y siguen sus planes de tratamiento.

¿Cuántas personas con VIH son fumadoras?

En comparación con las personas que no tienen el VIH, el número de fumadores con VIH es entre dos y tres veces mayor. Muchas personas que viven con VIH afirman que fumar les ayuda a sobrellevar el estrés y el estigma de la enfermedad. Pueden ser menos propensos a pedir consejos para dejar de fumar si creen que los proveedores los culparán o juzgarán.

Si vivo con VIH, ¿cómo me afecta el hecho de fumar?

Las personas fumadoras que viven con VIH acortan su esperanza de vida en un promedio de 12 años. Fumar daña las células que controlan el VIH y combaten infecciones como la neumonía. El VIH causa inflamación crónica en el organismo y fumar puede empeorarla. Las personas con VIH que fuman tienen más probabilidades de desarrollar lo siguiente que las personas con VIH que no fuman:

- Cáncer de pulmón, cabeza y cuello, así como cáncer anal y cervical
- EPOC
- Neumonía por Pneumocystis (neumosistosis)
- Enfermedades cardíacas y derrames cerebrales
- Enfermedades que conducen al SIDA
- Resistencia a los tratamientos que ayudan a controlar el VIH y el SIDA

¿Cómo mejorará mi salud el dejar de fumar si tengo VIH?

Dos tercios de las personas que tienen VIH desean dejar de fumar. Cuando deja de fumar, puede reducir los síntomas relacionados con el VIH y disminuir las probabilidades de contraer enfermedades relacionadas con el tabaquismo.

Cuando las mujeres que tienen VIH dejan de fumar, tienen menos probabilidades de ser estériles o de tener bebés con bajo peso al nacer.



Comuníquese hoy mismo para obtener toda la ayuda que necesita para dejar de fumar.

Llame al 1-800-Quit Now (1-800-784-8669)
Conéctese en línea en [QuitNowVirginia.org](https://www.QuitNowVirginia.org)
Envíe un mensa de texto con la palabra
READY al 21586

VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH
Programa de control del
tabaco

Quit Now
Virginia