



thewellproject

# ¿Qué es el VIH y el SIDA?

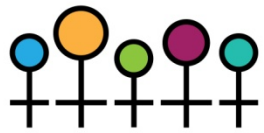
*Actualizado: 15 de noviembre de 2019*

*Juntos podemos cambiar el curso de la epidemia del VIH...una mujer a la vez.*

#unamujeralavez

#thewellproject

[www.thewellproject.org](http://www.thewellproject.org)



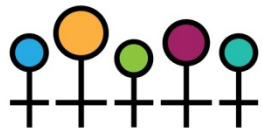
thewellproject

# ¿Qué es el VIH?



VIH significa: **V**irus de **I**mmunodeficiencia **H**umana

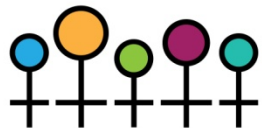
El VIH es el virus que causa el SIDA, pero no todas las personas viviendo con el VIH tienen SIDA o algún día tendrán SIDA.



thewellproject

# ¿Cómo afecta el VIH al cuerpo de una persona?

- **El sistema inmune es el sistema de defensa del cuerpo**
- Mientras que muchos virus pueden ser controlados por el sistema inmune, el VIH infecta las mismas células del sistema inmune (las células CD4, o “células T”) que normalmente nos protegen de los gérmenes y las enfermedades
- Sin medicamentos para controlar el virus, el VIH eventualmente toma control de las células CD4, convirtiéndolas en factorías que producen miles de copias del VIH
- Conforme el virus hace copias, daña o mata las células CD4, debilitando la habilidad del sistema inmune de proteger el cuerpo
- **Así es como el VIH causa el SIDA**



thewellproject

# ¿Qué es el SIDA?

SIDA significa

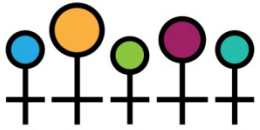
Síndrome de

Immunodeficiencia

Adquirida

En la definición oficial,  
el SIDA es la etapa más  
avanzada del VIH

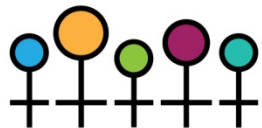
- Cuando el sistema inmune pierde muchas células CD4, hay menor capacidad para luchar contra las infecciones y se pueden desarrollar otras infecciones graves y, con frecuencia, fatales (llamadas infecciones oportunistas (IO))
- El “SIDA” se refiere al estado debilitado del sistema inmune del cuerpo.
- **Sin embargo, hoy en día muchas personas pueden tener un diagnóstico de SIDA pero estar muy saludables y tener un bajo riesgo de IO.**



thewellproject

# ¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?

- La definición de SIDA se estableció **antes** de que existiese un tratamiento eficaz para el VIH. Eso indicaba que una persona tenía un riesgo mayor de contraer enfermedades o de morir. Ya no es tan relevante debido a que:
  - Un tratamiento eficaz significa que las personas pueden mantenerse saludables con recuentos bajos de CD4
  - El sistema inmune de una persona puede haberse recuperado después de que fuese diagnosticada con SIDA hace años, pero su diagnóstico sigue en pie
- Una persona tiene SIDA si él/ella está viviendo con el VIH y tiene:
  - Al menos una condición que determine el SIDA (de una lista de IO, cánceres u condiciones cuya presencia demuestra que el sistema inmune se ha debilitado) **y / o**
  - Un recuento de células CD4 de 200 células o menos (un recuento normal de CD4 = 500 a 1,500)



thewellproject

# ¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?

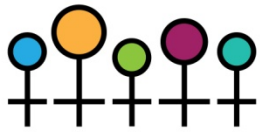
- Ud. no tiene SIDA en cuanto adquiere el VIH
- Las personas pueden vivir con el VIH por muchos años sin señales de enfermedad o con síntomas leves a moderados
- En la mayoría de personas, **sin tratamiento**, el VIH eventualmente agotará al sistema inmune: los niveles de células CD4 caerán y se desarrollarán IO
  - Es entonces que se considera que tienen SIDA
  - Comenzar un tratamiento todavía puede mejorar su salud y bajar su riesgo de enfermedades
- Un diagnóstico de SIDA puede seguir en pie a pesar de tratar la IO o de tener un recuento más alto de CD4
  - No significa que la persona está enferma o que se enfermará
  - Solamente es la forma en que el sistema público cuenta el numero de personas con SIDA



thewellproject

# ¿Cómo sé si tengo VIH?

- La mayoría de personas no se dan cuenta que han adquirido el VIH
- Cuando el VIH entra al cuerpo de una persona, los síntomas pueden aparecer dentro de 2 a 4 semanas (fiebre, glándulas inflamadas, dolor de músculos, dolor de cabeza, erupciones de la piel)
  - Los síntomas ocurren conforme el cuerpo empieza a crear anticuerpos al VIH (proteínas especiales que marcan al VIH para ser destruido por el sistema inmune)
  - Este período se llama el “período silente”
- Algunas personas no tienen ningún síntoma, no los notan porque son leves o porque creen que tienen un resfriado o la gripe
- **La única manera de que alguien sepa, por seguro, si han adquirido el VIH es haciéndose la prueba del VIH**



the**well**project

# ¿Es necesario que me haga una prueba de VIH?

- Las directrices estadounidenses recomiendan que toda persona entre los 13 y 64 años debe hacerse una prueba de VIH por lo menos una vez
- Cualquier personas que responda “sí” a cualquiera de estas preguntas también debe hacerse la prueba:
  - ¿Alguna vez ha tenido penetración vaginal, penetración anal o sexo oral sin el uso de un condón o de otra barrera de látex (ej., cuadrados de látex para la boca)? Aviso: el sexo oral es una actividad de bajo riesgo. El sexo vaginal y anal tiene un riesgo mucho mayor.
  - ¿No conoce el estado de VIH de su pareja o si su pareja vive con el VIH?
  - ¿Está embarazada o está considerando quedar embarazada?
  - ¿Alguna vez ha tenido una infección o enfermedad de transmisión sexual (ITS o ETS)?
  - ¿Tiene hepatitis C (VHC)?
  - ¿Alguna vez ha compartido agujas, jeringas u otros elementos para inyectarse drogas (incluidos esteroides u hormonas)?

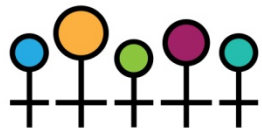




thewellproject

# ¿Por qué debo hacerme una prueba?

- Si Ud. es VIH negativo, puede dejar de preocuparse de haber estado expuesto/a al VIH
  - Considere tomar PrEP o PEP para prevenir la adquisición del VIH
- Si es VIH+, tome medicamentos eficaces para mantenerse saludable
- Si planea embarazarse, hacerse la prueba es muy importante
  - Ciertos medicamentos contra el VIH pueden bajar su probabilidad de pasar el virus al bebé

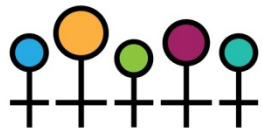


the**well**project

# ¿Cuales pruebas están disponibles?

- Si Ud. ha adquirido el VIH, su sistema inmune creará anticuerpos contra el virus
- Las pruebas del VIH más comunes buscan estos anticuerpos dentro de su sangre, orina o fluidos orales (no su saliva)
- Una prueba podrá detectar estos anticuerpos después de 3 a 6 meses
- El período entre la adquisición del VIH y la producción de anticuerpos por parte del cuerpo se conoce como “el período silente”

**Una prueba de VIH negativa después del período silente significa que Ud. no tiene el VIH basado en actividades que sucedieron antes del período silente.**



the**well**project

# ¿Cuales pruebas están disponibles?

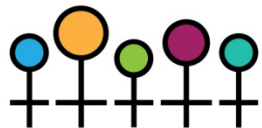
- Si Ud. tiene algunos de los síntomas iniciales o agudos del VIH y quiere hacerse la prueba antes del período silente (antes de que su cuerpo ha tenido la oportunidad de crear anticuerpos), puede hacerse una prueba de antígeno de VIH.
- Antígenos: partes del virus del VIH o partículas virales
- Las pruebas de antígenos del VIH pueden identificar una infección por VIH tan pronto como dos semanas después de la exposición al VIH



thewellproject

# ¿Dónde puedo hacerme la prueba?

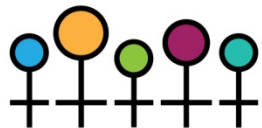
- Puede hacerse la prueba del VIH en una clínica de salud, una oficina privada de un médico, un centro de pruebas del VIH o en un departamento de salud
- En EE. UU.: use el localizador de servicios de [HIV.gov](https://www.hiv.gov) para encontrar un lugar
- También puede ordenar una prueba del VIH en línea o comprarla sin receta en farmacias
  - Esto le da la oportunidad de recolectar una muestra o hacer una prueba rápida completa (20 minutos) en la privacidad de su propia casa



thewellproject

# ¿Cómo se propaga el VIH?

- El VIH se propaga mediante el contacto con estos fluidos corporales:
  - La sangre (incluida la sangre menstrual)
  - El semen (“leche”) y otros fluidos sexuales masculinos (líquido preseminal)
  - Los fluidos vaginales
  - La leche materna
- Se propaga más comúnmente de persona en persona mediante el sexo sin protección (sin condones, tratamiento como prevención o el uso de otras barreras), compartir agujas para inyectarse drogas, hormonas o esteroides, y de madre a hijo (durante el embarazo, el parto o la lactancia)



thewellproject

# ¿Cómo se propaga el VIH?

- El VIH NO se propaga a través del contacto con los siguientes fluidos del cuerpo:
  - Sudor
  - Lágrimas
  - Saliva
  - Heces (popó)
  - Orina (pis)
- NO SE PUEDE contraer el VIH al:
  - tocar o abrazar a alguien que está viviendo con el VIH
  - besar a alguien viviendo con el VIH
  - usar un inodoro que ha sido usado por alguien viviendo con el VIH



the**well**project

# ¿Hay una vacuna para prevenir el VIH?

**No existe ni una vacuna ni un cura para el VIH.**

Para prevenir el VIH, use métodos consistentes de prevención:

- Sexo seguro: elija actividades de bajo riesgo o sin riesgo, use condones, tome medicamentos contra el VIH (si está viviendo con el VIH) o PrEP (si es VIH negativo)
- Jeringas esterilizadas (para drogas, hormonas o tatuajes)



thewellproject

## ¡Aprenda más!

- Para aprender más sobre este tema, favor de leer la hoja informativa completa sobre el tema:
  - [¿Qué es el VIH y el SIDA?](#)
- Para más hojas informativas y para conectarse con nuestra comunidad de mujeres viviendo con el VIH, visite:
  - [www.thewellproject.org](http://www.thewellproject.org)
  - [www.facebook.com/thewellproject](https://www.facebook.com/thewellproject)
  - [www.twitter.com/thewellproject](https://www.twitter.com/thewellproject)