



thewellproject

¿Qué son el VIH y el SIDA?

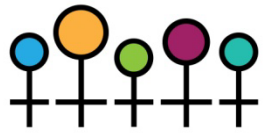
Actualizado: 28 de junio de 2022

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

#unamujeralavez

#thewellproject

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 inmunitario es el sistema de defensa del cuerpo**
- Mientras que muchos virus pueden ser controlados por el sistema inmunitario, el VIH infecta las mismas células del sistema inmunitario (las células CD4, un tipo de 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 inmunitario de proteger el cuerpo
- **Así es como el VIH causa el SIDA**



thewellproject

¿Qué es el SIDA?

SIDA significa

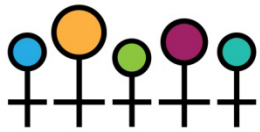
Síndrome de

Immunodeficiencia

Adquirida

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

- Cuando el sistema inmunitario 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 o IO)
- El “SIDA” se refiere al estado debilitado del sistema inmunitario 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.**



the**well**project

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

- La definición del SIDA se estableció **antes** de que existiese un tratamiento eficaz para el VIH. 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 inmunitario 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 específica) **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?

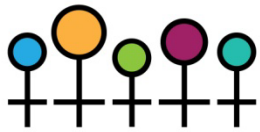
- No tiene SIDA en cuanto adquiere el VIH
- Puede vivir con el VIH por muchos años sin señales de enfermedad o con síntomas leves a moderados
- En la mayoría de personas, **sin tratamiento**, el VIH eventualmente agotará al sistema inmunitario: los niveles de células CD4 caerán y se desarrollarán IO
 - 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 número de personas con SIDA



thewellproject

¿Cómo sé si tengo VIH?

- Las 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
 - Los anticuerpos tardan entre 1 y 3 meses en desarrollarse. 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 ha 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 persona que responda “sí” a alguna 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., barrera dental de látex)? 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 su pareja vive con 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 es VIH negativa, puede dejar de preocuparse de haber estado expuesta al VIH
 - Considere tomar la PrEP o PEP para prevenir la adquisición del VIH
- Si es VIH+, tome medicamentos eficaces para mantenerse saludable
 - Si toma medicamentos eficaces, no puede transmitir el VIH por vía sexual (I=I)
- 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 ha adquirido el VIH, su sistema inmunitario 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 usted 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
- En EE. UU. y el Reino Unido, las pruebas combinadas de anticuerpos y antígenos son comunes. Pueden detectar el VIH alrededor de 3 semanas después de la exposición.



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 de pecho
- Se propaga más comúnmente de persona a 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 (escupitajo)
 - Heces (popó)
 - Orina (pis)
- **NO SE PUEDE** contraer el VIH al:
 - tocar o abrazar a alguien que está viviendo con VIH
 - besar a alguien viviendo con VIH
 - usar un inodoro que ha sido usado por alguien viviendo con VIH



thewellproject

¿Hay una vacuna para prevenir el VIH?

No existe ni vacuna ni cura para el VIH.

Para prevenir el VIH, use métodos de prevención consistentes:

- Sexo seguro: elija actividades de bajo riesgo o sin riesgo, use condones, tome medicamentos contra el VIH (si está viviendo con 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 son 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
 - www.facebook.com/thewellproject
 - www.twitter.com/thewellproject