

thewellproject

# ¿Qué son el VIH y el SIDA?

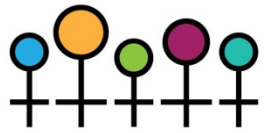
*Actualizado: 13 de septiembre de 2023*

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

#unamujeralavez

#thewellproject

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



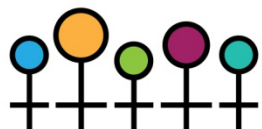
thewellproject

# ¿Qué es el VIH?



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

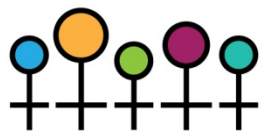
El VIH es el virus que causa el SIDA, pero no todas las personas viviendo con VIH tienen SIDA o algún día tendrán SIDA.



thewellproject

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

- **El sistema inmunitario es el sistema de defensa del cuerpo**
- El VIH infecta las mismas células del sistema inmunitario que nos protegen
  - Células blancas llamadas células CD4, un tipo de células T
- Sin medicamentos, el VIH convierte las células en factorías que producen miles de copias del virus
- Conforme el virus hace copias, daña o mata las células CD4
  - Esto debilita al sistema inmunitario
- **Así es como el VIH causa el SIDA**
- Varias cepas de VIH, agrupadas como VIH-1, VIH-2
  - Una persona puede tener varias cepas a la misma vez



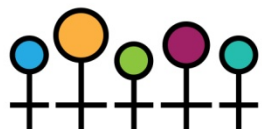
thewellproject

# ¿Qué es el SIDA?

## SIDA significa Síndrome de Immunodeficiencia Adquirida

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

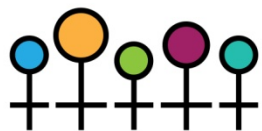
- Si se pierden muchas células CD4: cuerpo tiene menor capacidad para luchar contra las infecciones
- Puede desarrollar otras infecciones graves (infecciones oportunistas o IO)
- “SIDA” se refiere al estado debilitado del sistema inmunitario del cuerpo
- **Hoy en día las personas pueden tener un diagnóstico de SIDA, pero estar muy saludables y tener un bajo riesgo de IO**
- La muerte a causa del SIDA se debe a las IO y un sistema inmunitario débil



thewellproject

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

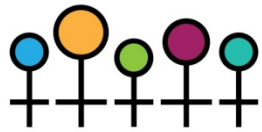
- No tiene SIDA en cuanto adquiere el VIH
- Puede vivir con el VIH por muchos años sin señales de enfermedad o con síntomas leves a moderados
- **Sin tratamiento**, el VIH eventualmente agotará al sistema inmunitario: los niveles de células CD4 caerán y se desarrollarán IO
  - Es entonces que se considera que una persona tiene 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



thewellproject

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

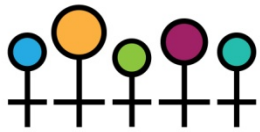
- La definición del SIDA se estableció **antes** de que existiese un tratamiento eficaz para el VIH. Indicaba que una persona tenía un riesgo mayor de contraer enfermedades o de morir. Ya no es tan relevante en ciertos países:
  - Si está disponible, un tratamiento eficaz significa que las personas pueden 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 VIH y tiene:
  - Al menos una condición que define el SIDA (de una lista específica) **y/o**
  - Un recuento de células CD4 de 200 células o menos (recuento normal de CD4 = 500 a 1,500)



thewellproject

# ¿Cómo sé si tengo VIH?

- Las personas pueden no darse cuenta de que han adquirido el VIH
- Síntomas pueden aparecer dentro de 2 a 4 semanas después de adquirir el VIH
  - Fiebre, glándulas inflamadas, dolor de músculos, dolor de cabeza, fatiga erupciones de la piel
- Anticuerpos del VIH tardan entre 1 y 3 meses en desarrollarse (“período silente”)
- Puede no tener ningún síntoma o creer que tiene la gripe
- **La única manera de que alguien sepa, por seguro, si ha adquirido el VIH es haciéndose la prueba del VIH**
  - Hágase la prueba de *antígenos* (trozos de virus) durante el período silente
  - Hágase la prueba de *anticuerpos* después del período silente

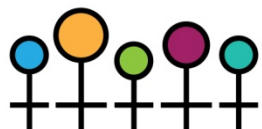


the**well**project

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

- Toda persona entre los 13 y 64 años en EE.UU. debe hacerse una prueba de VIH por lo menos una vez
- **¡El virus no discrimina por edad, sexo, raza, etnia, orientación sexual, grupo social o clase económica!**
- Si responde “sí” a alguna de estas preguntas, hágase 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)?

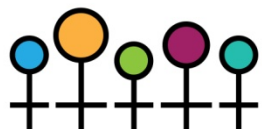




thewellproject

# ¿Por qué debo hacerme una prueba?

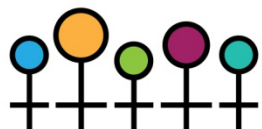
- Si es VIH negativa, puede dejar de preocuparse de haber estado expuesta al VIH
  - Considere tomar la PrEP o PEP para prevenir la adquisición del VIH
- Si es VIH+, tome medicamentos eficaces para mantenerse saludable
  - Si toma medicamentos eficaces, no puede transmitir el VIH por vía sexual (I=I)
- Si planea embarazarse, hacerse la prueba es muy importante
  - Ciertos medicamentos contra el VIH pueden bajar la probabilidad de pasar el virus a su bebé



thewellproject

# ¿Dónde puedo hacerme la prueba?

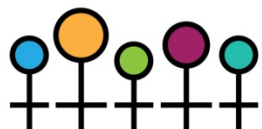
- Recursos de centros de pruebas en EE.UU.:
  - Página web nacional de pruebas del VIH, ETS y hepatitis
    - <https://gettested.cdc.gov/es>
  - Página web HIV.gov
    - <https://www.hiv.gov/es/informacion-basica/descripcion-general/conozca-prueba-vih/donde-puede-hacerse-la-prueba/>
  - Línea de información de los CDC
    - 800-CDC-INFO (800-232-4636); TTY: 888-232-6348
  - Línea directa estatal sobre el VIH/SIDA
    - Lista en <https://ryanwhite.hrsa.gov/hiv-care/hotlines>
- Más información en la hoja informativa sobre las [pruebas del VIH](#)



thewellproject

# ¿Cómo se propaga el VIH?

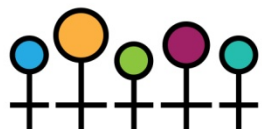
- El VIH se propaga mediante el contacto con estos fluidos corporales:
  - Sangre (incluida la sangre menstrual)
  - Semen (“leche”) y otros fluidos sexuales masculinos (líquido preseminal)
  - Fluidos vaginales
  - Leche de pecho
- La forma más común de transmisión es de persona a persona mediante el sexo sin protección, compartir agujas, y de madre a hijo
- **No** transmitido durante las relaciones sexuales por una persona en tratamiento y con carga viral indetectable por más de seis meses.



thewellproject

# ¿Cómo se propaga el VIH?

- El VIH **no** se propaga a través del contacto con los siguientes fluidos corporales:
  - 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



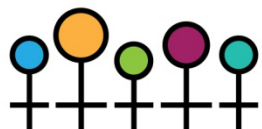
the**well**project

# ¿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 negativa)
- Jeringas esterilizadas (para drogas, hormonas o tatuajes)
- Para más información, The Well Project tiene hojas informativas sobre:
  - [Vacunas contra el VIH](#) (*en inglés*)
  - [Encontrar una cura](#)

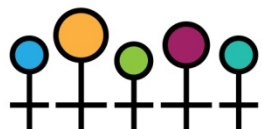


the**well**project

# Información adicional

## Hojas informativas de The Well Project:

- [Pruebas del VIH](#)
- [¿Acaba de recibir un resultado positivo de la prueba del VIH?](#)
- [Consideraciones antes de comenzar el tratamiento contra el VIH](#)
- [La transmisión del VIH](#)
- [El sexo más seguro](#)
- [Indetectable es igual a intransmisible: infundir esperanza y eliminar el estigma](#)
- [Embarazo, parto y VIH](#)
- [Las mujeres y el VIH](#) (*en inglés*)



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](http://www.thewellproject.org)
  - [www.facebook.com/thewellproject](https://www.facebook.com/thewellproject)
  - [www.twitter.com/thewellproject](https://www.twitter.com/thewellproject)
  - [www.instagram.com/thewellprojecthiv](https://www.instagram.com/thewellprojecthiv)