

thewellproject

¿Qué son el VIH y el SIDA?

Actualizado: 7 de noviembre de 2024

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

#unamujeralavez

#thewellproject

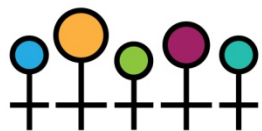
www.thewellproject.org

¿Qué es el VIH?



VIH significa: **V**irus de
Immunodeficiencia
Humana

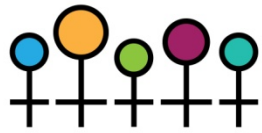
El VIH es el virus que causa el SIDA, pero no todas las personas viviendo con VIH tienen SIDA o algún día tendrán SIDA.



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
 - Las pruebas del VIH en EE. UU. detectan ambas cepas



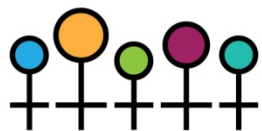
thewellproject

¿Qué es el SIDA?

SIDA significa
Síndrome de
Inmunodeficiencia
Adquirida

El SIDA es la fase más
avanzada del VIH

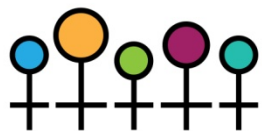
- Se han perdido muchas células CD4: cuerpo tiene menor capacidad para luchar contra las infecciones
- Puede desarrollar otras infecciones graves (infecciones oportunistas o IO)
- “SIDA” se refiere al estado debilitado del sistema inmunitario del cuerpo
- La muerte a causa del SIDA se debe a las IO y un sistema inmunitario débil



thewellproject

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

- No se tiene SIDA en cuanto se adquiere el VIH
- Se 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
 - 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 las personas



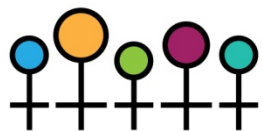
thewellproject

¿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 está viviendo con VIH y tiene o a tenido:
 - 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)

¿Cómo sé si tengo VIH?

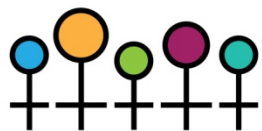
- Las personas pueden no darse cuenta de que han adquirido el VIH
- Síntomas pueden aparecer dentro de 2 a 4 semanas después de adquirir el VIH
 - Fiebre, glándulas inflamadas, dolor de garganta, sudoración nocturna, dolor de músculos, dolor de cabeza, fatiga, erupciones de la piel
- Anticuerpos del VIH se desarrollan dentro de 1 y 3 meses (“período silente”)
- Puede no tener ningún síntoma o creer que tiene 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



thewellproject

¿Es necesario que me haga una prueba de VIH?

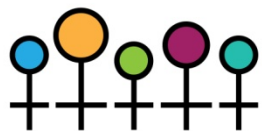
- Toda persona entre los 13 y 64 años en EE.UU. debe hacerse una prueba de VIH por lo menos una vez
- **¡El virus no discrimina basado en edad, sexo, raza, etnia, orientación sexual, grupo social o clase económica!**
- Si responde “sí” a alguna de estas preguntas, hágase la prueba:
 - ¿Alguna vez un pene ha penetrado su vagina o ano, o ha practicado sexo oral sin el uso de un condón o de otra barrera de látex (ej., barrera dental de látex)? *Nota:* 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 en estado de embarazo o está considerando buscar un embarazo?
 - ¿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?

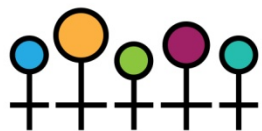
- Si es VIH negativa, puede dejar de preocuparse de haber sido expuesta al VIH
 - Considere tomar la PrEP o PEP para prevenir la adquisición del VIH
- Si es VIH+, tome medicamentos eficaces para mantenerse saludable
 - Si toma medicamentos eficaces, no puede transmitir el VIH por vía sexual (I=I)
- Si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



thewellproject

¿Dónde puedo hacerme la prueba?

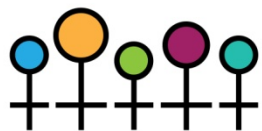
- Recursos de centros de pruebas en EE.UU.:
 - Página web nacional de pruebas del VIH, ETS y hepatitis
 - <https://gettested.cdc.gov/es>
 - Página web HIV.gov
 - <https://www.hiv.gov/es/informacion-basica/descripcion-general/conozca-prueba-vih/donde-puede-hacerse-la-prueba/>
 - Línea de información de 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?

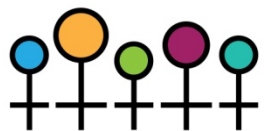
- El VIH se propaga mediante el contacto con estos fluidos corporales:
 - Sangre (incluida la sangre menstrual)
 - Semen (“leche”) y otros fluidos sexuales masculinos (líquido preseminal)
 - Fluidos vaginales
 - Leche de pecho
- La forma más común de transmisión es de persona a persona mediante las relaciones sexuales sin protección, compartir agujas, y de una persona embarazada a su bebé



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?

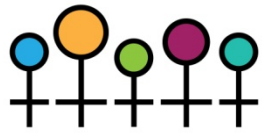
No existe ni vacuna ni cura para el VIH

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 vive 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](#)

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)*



the**well**project

¡Aprenda más!

- Para aprender más, favor de leer la hoja informativa completa:
 - [¿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
 - [@thewellprojectiv.bsky.social](https://bsky.app/profile/thewellprojectiv)
 - www.facebook.com/thewellproject
 - [www.instagram.com/thewellprojectiv/](https://www.instagram.com/thewellprojectiv)
 - www.threads.net/@thewellprojectiv
 - www.youtube.com/thewellprojectiv