Published on The Well Project (https://www.thewellproject.org)
https://www.thewellproject.org/hiv-information/mujer-viviendo-con-vih-y-hombre-vih-negativo-serodiferente-buscar-un-embarazo-y-el

Mujer viviendo con VIH y hombre VIH-negativo (serodiferente): Buscar un embarazo y el VIH

Submitted on May 7, 2024

Image

©iStock.com/Prostock-Studio | Poses por modelos

Read this fact sheet in English

Nota: *En esta hoja informativa, "mujer" y "hombre" se refieren a personas cisgénero. Gran parte de la información para "mujeres" es relevante para las personas a las que se asignó sexo femenino al nacer que no se identifican como mujeres; y la información para "hombres" es relevante para las personas a las que se asignó sexo masculino al nacer que no se identifican como hombres.*

Hay diferentes opciones para reducir las posibilidades de transmitir el VIH al intentar concebir (buscar un embarazo; tener un bebé). Si usted es una mujer viviendo con una pareja masculina VIH negativa, las siguientes opciones podrían ayudarle a comprender qué es lo mejor para usted y prepararse para las conversaciones con su(s) proveedor(es) de salud y otras personas. (Para otras opciones e información en general, puede regresar a la página principal "Buscar un embarazo y el VIH").

Supresión viral de persona viviendo con VIH

Una de las mejores decisiones que la pareja femenina viviendo con VIH puede tomar en esta situación es tomar medicamentos contra el VIH regularmente y mantener una carga viral indetectable (no tener suficiente VIH en su sangre como para ser medido con una prueba estándar). Esto significa tomar medicamentos incluso cuando no tiene síntomas y un sistema inmunitario relativamente saludable.

Estudios recientes de parejas homosexuales y heterosexuales ("hetero") serodiferentes demostraron que tomar medicamentos contra el VIH y tener una carga viral indetectable reduce a cero el riesgo de que una persona viviendo con VIH transmita sexualmente el VIH a su(s) pareja(s). Consulte nuestra hoja informativa sobre Indetectable es igual a Intransmisible para obtener más información sobre este impresionante desarrollo.

Verificar si hay ITS

La detección y el tratamiento de cualquier infección o enfermedad de transmisión sexual (ITS o ETS) antes de buscar un embarazo es un gran paso para reducir sus probabilidades de transmitir el VIH entre parejas. Ciertas ITS pueden aumentar la probabilidad de adquirir el VIH. Sin embargo, si la persona viviendo con VIH tiene una carga viral indetectable, eso todavía proteger a la persona sin VIH de la transmisión del virus, aún si una de las personas tiene una ITS.

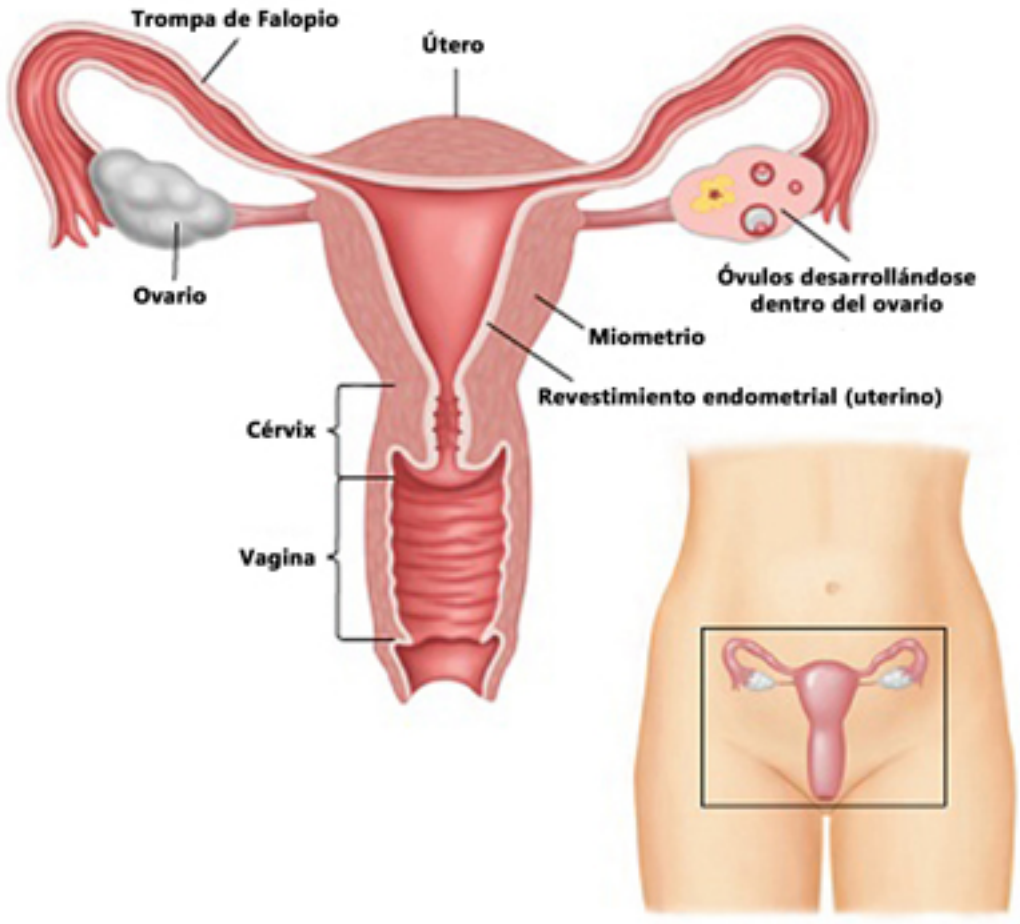
Sexo sin Condones

Si usted elige este método, es ideal que la persona viviendo con VIH tenga una carga viral indetectable antes de que la pareja busque un embarazo. Esto mejora la salud de la madre y también ayuda a prevenir la transmisión del VIH a su bebé o a su pareja. Tener una carga viral indetectable baja el riesgo de transmisión de madre a bebé a menos del 1 por ciento.

Si la carga viral de una mujer no se conoce o es detectable, el riesgo de transmitir el VIH es menor si solo tiene relaciones sexuales sin protección cuando ella está ovulando (cuando es más probable que quede embarazada, esto a menudo se denomina "relación sexual programada"). La ovulación ocurre cuando se libera un óvulo del ovario, y generalmente ocurre unas dos semanas antes de que una mujer comience su período menstrual. La inseminación durante la "ventana fértil" (generalmente de uno o dos días antes de la ovulación hasta un día después de la ovulación) tiene una mayor probabilidad de éxito. Para obtener más información sobre cómo entender y seguir su fertilidad, visite:

- El Centro de Concientización sobre la Fertilidad
- Cómo averiguar su fecha de ovulación *(en inglés)*

Image



Profilaxis preexposición (PrEP, por sus siglas en inglés)

El hombre VIH negativo puede usar Truvada (fumarato de disoproxilo de tenofovir/emtricitabina), Descovy (alafenamida de tenofovir/emtricitabina), o Apretude (cabotegravir inyectable) como profilaxis preexposición, o PrEP, por sus siglas en inglés. La PrEP consiste en tomar medicamentos contra el VIH **antes** de exponerse al VIH para prevenir la adquisición del virus si la carga viral es desconocida o si es detectable. Truvada y Descovy tiene que ser tomada diariamente, no solamente antes de tener relaciones sexuales. Apretude se inyecta cada dos meses.

Las guías de práctica clínica del Servicio de Salud Pública de EE.UU. recomiendan que los proveedores de salud deberían incluir la PrEP en sus discusiones como una de las opciones para proteger a la persona VIH negativa en las parejas serodiferentes, particularmente cuando están interesadas en tener un hijo. No todos los proveedores de salud se sienten cómodos o tienen conocimientos para recetar la PrEP. Sin embargo, puede decirle a su proveedor de atención médica que está interesada en tomar la PrEP y pedirle que le escriba una receta para ello.

Si quiere saber más sobre la PrEP, visite pleasePrEPme.org, un directorio nacional creciente de proveedores de la PrEP.

Algunas investigaciones recientes han demostrado que la PrEP posiblemente no brinda gran protección adicional cuando la persona viviendo con VIH está suprimida viralmente (que ya reduce el riesgo de transmisión a cero) y el sexo sin condón se limita al período fértil de la mujer.

Inseminación en casa

Esta es una manera económica y simple de quedar embarazada. Implica que el hombre eyacule en una taza limpia o condón. Si utiliza un condón, asegúrese de usar uno sin espermicida. Después del sexo, saque el pene de la vagina con el condón todavía puesto (también puede masturbarse en un condón o taza, sin sexo vaginal). Luego, usando una jeringa (sin aguja), succione el semen e inserte la jeringa dentro de la vagina. Una vez que la jeringa se encuentra dentro de la vagina, se exprime y se deposita el semen.

Basado en la experiencia de ciertas personas y al menos un estudio, a menudo se recomienda que la mujer se acueste durante 20 minutos después de insertar el semen para mejorar la fertilidad. Es más efectivo usar este método cuando una mujer es fértil – cuando está ovulando. Puede obtener jeringas sin aguja en casi cualquier farmacia ya que se usan comúnmente para administrar medicamentos a bebés. Su proveedor de salud especialista en VIH también puede tener algunas para darle.

Reproducción asistida

Esto significa que un espermatozoide fertiliza un óvulo con la ayuda de una técnica médica o terapia. La reproducción asistida (a veces llamada "tecnología de reproducción asistida") es útil cuando los futuros padres requieren ayuda para prevenir la transmisión del VIH entre miembros de la pareja, utilizan esperma de donantes o tienen dificultades para lograr un embarazo en casa debido a problemas de fertilidad. Desafortunadamente, pocas instalaciones ofrecen reproducción asistida a personas viviendo con VIH y pocos seguros médicos lo cubren. Hay varios tipos de reproducción asistida:

- **Inseminación intravaginal (IIV):** Muy similar a la inseminación en casa, solo que se realiza en una clínica.
- **Inseminación intrauterina (IIU):** El semen (esperma y líquido seminal) se colocan en un tubo angosto, que luego se inserta a través del cuello uterino hacia el útero (la matriz). El semen se deposita en el útero, donde puede ocurrir la fertilización del óvulo.
- **Fertilización in vitro (FIV):** La mujer toma medicamentos para la fertilidad para ayudarla a preparar los óvulos (también llamada "maduración de sus óvulos"). Cuando los óvulos están listos (o maduros), se sacan del ovario y se colocan en un plato con semen. Una vez que haya óvulos fertilizados (embrión), se inserta en el útero de la mujer.
- **Inyección intracitoplásmica de espermatozoides (IIE):** Este es un tipo específico de FIV en el cual un espermatozoide se inyecta directamente en un óvulo con una aguja muy delgada. Cuando hay un óvulo fertilizado (embrión), se devuelve al útero de la mujer. Este método se usa cuando los espermatozoides de un hombre no nadan bien o no tienen una forma normal.

Donación de óvulos

Esto implica el uso de fertilización in vitro y de los óvulos donados por otra mujer, a la que se le revisa la fertilidad y si tiene alguna enfermedad. La mujer que está donando óvulos toma medicamentos para la fertilidad para ayudarla a madurar sus óvulos. Cuando los óvulos están listos (o maduros), se sacan de su ovario y se colocan en un plato con esperma en un laboratorio. Una vez que haya óvulos fecundados (embrión), se coloca en el útero (la matriz) de usted. Aunque este método usa los óvulos de una mujer que es VIH negativa, es importante que usted tome medicamentos contra el VIH para evitar transmitir el VIH a su hijo durante el embarazo o el parto.

Gestación subrogada

Su óvulo se fertiliza con FIV o IIE y luego se transfiere al útero de otra mujer. Esa mujer, una gestante, carga y da a luz a su hijo/a. Si la gestante es VIH negativa, no hay riesgo de transmisión perinatal (de madre a hijo) del VIH. Aunque es biológicamente posible tener el óvulo fecundado de una mujer

viviendo con VIH implantada en una gestante VIH negativa, puede encontrar varios desafíos legales a esta opción para lograr un embarazo. Incluso si esta opción es legal en su estado, puede ser difícil encontrar clínicas de fertilidad o centros de gestación subrogada que deseen prestar este servicio a mujeres viviendo con VIH.

Adopción

Ofrecer una familia permanente a un niño sin padres puede ser una opción, tanto si tener descendencia biológica es una opción para usted como si no. Las adopciones se pueden hacer dentro de EE.UU. o internacionalmente. Desafortunadamente, mientras que muchas personas viviendo con VIH han bienvenido a niños a su hogar mediante la adopción, algunas agencias y/o países pueden tener prejuicios contra la adopción de niños por personas viviendo con VIH.

Encontrar un proveedor que le brinde apoyo

Al elegir tener un bebé como una persona viviendo con VIH, es importante abogar por usted y por su futuro bebé. ¡Encontrar el proveedor de salud adecuado que apoye sus planes para lograr un embarazo es un gran primer paso! Un proveedor de salud sensible puede hablar con usted sobre muchos temas relacionados con el embarazo y el tener hijos: qué opción de concepción es adecuada para usted y tratamientos adecuados para usted y/o su pareja. Posiblemente también pueden hablar con usted sobre si debe revelar su estado de VIH a otros (incluidos otros proveedores, el pediatra de su hijo, amigos y familiares adicionales) y cómo manejar cualquier estigma o miedo que esté sintiendo sobre vivir con VIH y estar embarazada. Por favor vea la hoja principal, "Buscar un embarazo", para más información sobre cómo crear una red de apoyo.

Al final, usted elige si quiere tener hijos y cuándo. Usted merece un trato respetuoso y tener acceso a la información necesaria para tomar una decisión informada y planificar para su futuro.

Recursos relacionados de The Well Project

Embarazo, parto y VIH

Servicios y proveedores de reproducción sensibles al VIH en EE.UU. *(en inglés)*

Parejas serodiferentes: Citas, relaciones íntimas y el estado mixto del VIH

¿Puedo dar pecho mientras vivo con VIH?

Información general sobre las opciones de alimentación infantil para padres viviendo con el VIH

Traducido y adaptado por: Minorka Figueroa Dávila, MSII & Carmen D. Zorrilla, MD. Centro de Estudios Materno Infantiles del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico.

Additional Resources

Seleccione los enlaces siguientes para obtener material adicional relacionado con el embarazo y el VIH (en inglés, al menos que "en español" esté indicado).

- Nacido libre: Disipando conceptos erróneos sobre la concepción y el VIH (POZ)
- Subrogación (Programa especial de reproducción asistida)
- Efectos de la terapia antirretroviral para prevenir la transmisión del VIH a la…
- Parece seguro usar la PrEP en la concepción, pero puede no ser necesario si la …
- Múltiples estrategias para una concepción más segura necesitan incorporar las p…

- ¿Es posible que una pareja en la que uno de los miembros es VIH positivo concib…
- Tecnología de reproducción asistida (TRA) (Centros para el Control y la Prevenc…
- Métodos de observación de la fertilidad (Planned Parenthood) (en español)
- Detección de la ovulación con una tabla de temperatura corporal basal (verywell)
- Tabla en blanco de temperatura corporal basal y moco cervical (PDF) (BabyCenter)
- Planificación familiar (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades…
- Pensar en tener un hijo (Terrence Higgins Trust, Reino Unido)
- Cómo lograr un embarazo si usted o su pareja tienen VIH (verywell)
- VIH y planificación familiar (POZ)
- Conforme las parejas con estado de VIH mixto evalúan los riesgos, más eligen co…
- PARA PROVEEDORES: Centro Nacional de Consulta Médica: VIH/SIDA Perinatal (UCSF;…
- PARA PROVEEDORES: Centro Nacional de Consulta Clínica: ¡Presentamos la línea te…

thewellproject

@ 2023 thewellproject. All rights reserved.