



VIH/SIDA: ¿Está usted en peligro?

Prevención del VIH a través de la educación

¿QUÉ ES EL SIDA?

Aunque es casi seguro que usted haya escuchado bastante sobre el SIDA durante los últimos años, es posible que el término virus de inmunodeficiencia humana (VIH) le sea nuevo. El VIH y el SIDA están íntimamente relacionados y si usted entiende la infección del VIH, entenderá mejor al SIDA.

SIDA quiere decir síndrome de inmunodeficiencia adquirida, causada por la infección del VIH. Normalmente, el sistema inmunitario combate las infecciones y otras enfermedades. Cuando este sistema falla, una persona infectada con el VIH puede desarrollar una variedad de enfermedades que ponen en peligro su vida.

El SIDA es causado por el VIH

El SIDA es causado por el virus de inmunodeficiencia humana o VIH. Un virus es uno de los gérmenes más pequeños que pueden causar enfermedades.

Si usted tiene relaciones sexuales o comparte agujas o jeringuillas con una persona infectada puede llegar a contagiarse con el VIH. Ciertos exámenes de sangre específicos pueden mostrar evidencia de la infección del VIH. Usted puede estar infectado con el VIH y no tener ningún síntoma. Es posible que se sienta perfectamente saludable, pero si está infectado puede pasar el virus a cualquier persona con la que tenga relaciones sexuales o comparta agujas o jeringuillas.

¿Desarrollará el SIDA si está infectado con el VIH?

En los últimos años, aproximadamente la mitad de las personas con el VIH han desarrollado el SIDA antes de 12 años, pero el tiempo entre el momento de la infección con el VIH y el comienzo del SIDA puede variar enormemente. La severidad de la enfermedad o enfermedades relacionadas con el VIH será diferente de una persona a otra, dependiendo de muchos factores, incluso la salud general del individuo.

Hoy existen tratamientos médicos nuevos y prometedores que pueden retrasar muchas de las enfermedades asociadas con el SIDA. Esto es un paso en la dirección correcta y los científicos son optimistas acerca de la posibilidad de que un día la infección del VIH será controlada. Entretanto, las personas que reciben tratamiento médico para controlar y tratar su infección de VIH pueden continuar con su vida, incluso su trabajo, durante más tiempo que antes.

¿Cómo puede uno infectarse con el VIH?

Usted puede infectarse con el VIH de las siguientes maneras:

- por tener relaciones sexuales — anales, vaginales u orales — con una persona infectada
- por compartir agujas o jeringuillas con una persona infectada
- de la madre al bebé—antes o durante el parto o la lactancia
- por una transfusión de sangre anterior a 1985

USTED PUEDE CONTRAER EL VIH AL TENER RELACIONES SEXUALES

El VIH puede ser transmitido a través de las relaciones sexuales: de hombre a hombre, de hombre a mujer, de mujer a hombre y, más raramente, de mujer a mujer.

El VIH no es la única infección que se transmite por contacto sexual íntimo. Otras enfermedades venéreas, como la gonorrea, la sífilis, el herpes, la hepatitis B y la clamidia, también pueden ser contraídas a través de actos sexuales anales, vaginales u orales. Si usted tiene alguna de estas infecciones y participa en actividades sexuales que pueden transmitir el virus, está en mayor nivel de riesgo de contraer el VIH.

El VIH puede estar en la sangre, en el semen o en las secreciones vaginales de una persona infectada. El VIH puede entrar al cuerpo a través de cortes o heridas en la piel o en los tejidos húmedos de la vagina, el pene, el recto o aún la boca. Algunos de estos cortes o heridas son tan pequeños que uno no sabe que están allí. El sexo anal con una persona infectada es una de las maneras en que se ha transmitido el VIH más frecuentemente. Otras formas de actividad sexual, incluso el sexo oral, también pueden propagarlo. Durante el sexo oral, una persona que recibe semen, sangre o secreciones vaginales en la boca corre peligro de ser infectada.

Muchas personas infectadas no tienen síntomas y no han sido examinadas. Si usted tiene relaciones sexuales con una de ellas, se pone en peligro sin saberlo. La única manera de evitar la infección a través de las relaciones sexuales es abstenerse de ellas o tener relaciones sexuales sólo con alguien que no está infectado y que sólo tiene relaciones con usted. Los condones o preservativos masculinos de látex ayudan a prevenir el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual. Los preservativos de látex con espermicida o sin él pueden ayudar a prevenir la transmisión sexual del VIH.

El preservativo femenino o bolsa vaginal funciona como una barrera física contra los virus. Si no se puede usar un preservativo masculino de látex, considere usar un preservativo femenino para las relaciones sexuales de hombre a mujer. El preservativo de poliuretano, aprobado por el FDA en 1991, ha demostrado ser igualmente eficaz que el preservativo de látex. Las pruebas de laboratorio han mostrado que partículas tan pequeñas como el espermatozoide o el VIH no pueden pasar a través de este material de poliuretano. Los preservativos de poliuretano son una alternativa apropiada para las personas alérgicas al látex.

Otros riesgos de contagio

El contacto casual al besarse con la boca cerrada o “socialmente” no representa un riesgo de transmisión del VIH. Debido al potencial de contacto con sangre al besar con la boca abierta, no es recomendable participar de esta actividad con una persona infectada.

USTED PUEDE CONTRAER EL VIH AL COMPARTIR JERINGUILLAS

Compartir agujas o jeringuillas, aún sólo una vez, es una manera probable de contraer el VIH y otras infecciones. El VIH de una persona infectada puede permanecer en una aguja o en una jeringuilla y luego ser inyectado directamente en la corriente sanguínea de la siguiente persona que la usa. Compartir agujas para inyectarse drogas es la forma más peligrosa de esta práctica.

Compartir agujas con otros propósitos también puede transmitir el VIH y otros gérmenes. Esos otros propósitos incluyen inyectarse esteroides, hacerse un tatuaje o perforarse las orejas.

Si está pensando en perforarse las orejas o hacerse un tatuaje, asegúrese de acudir a una persona calificada que usa equipo nuevo o esterilizado. No sienta timidez de hacer preguntas. Los técnicos responsables le explicarán las medidas de seguridad que aplican.

EL VIH Y LOS BEBÉS

Una mujer infectada con el VIH puede pasar el virus a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia. Si una mujer está infectada con el VIH antes del embarazo, puede seguir tratamientos que reducirán las probabilidades de que su hijo sea infectado con el virus.

Cualquier mujer que esté considerando tener un hijo y que cree que pueda haber hecho algo que la infectara con el VIH — aún si esto ocurrió años atrás — debería buscar ayuda y hacerse el análisis del VIH para tomar una decisión informada acerca de quedar embarazada. Todas las mujeres embarazadas deberían recibir atención de rutina y el ofrecimiento para que se hagan el análisis del VIH.

LAS TRANSFUSIONES DE SANGRE Y EL VIH

En el pasado algunas personas fueron infectadas con el VIH al recibir transfusiones de sangre. Este riesgo ha sido prácticamente eliminado. Desde 1983, se ha solicitado a los donantes que estuvieran en situación de riesgo con respecto al VIH que no donaran sangre. Desde 1985, toda la sangre donada ha sido analizada para detectar el VIH. Toda la sangre que contiene el VIH es descartada. Actualmente en Estados Unidos existe sólo una muy pequeña probabilidad de contraer el VIH a través de una transfusión sanguínea.

Una persona no puede contraer el VIH al donar sangre en un banco de sangre u otro centro de recolección. Las agujas que se usan para los donantes de sangre son estériles. Se usan una vez y luego se destruyen.

CÓMO NO SE PUEDE CONTRAER EL VIH

La infección del VIH no sucede porque sí. No se puede “pescar” el VIH como sucede con la gripe o el resfrío. A diferencia de los virus del resfrío y de la gripe, el VIH no se propaga por la tos o por un estornudo. Reiteramos, el VIH sólo puede contraerse al recibir sangre, semen o secreciones vaginales de una persona infectada.

- Usted no contraerá el VIH por contacto cotidiano con personas infectadas en la escuela, el trabajo, en casa o en algún otro lugar.
- Usted no contraerá el VIH a través de la ropa, el teléfono o el asiento de los inodoros. El virus no puede ser transmitido por objetos como tenedores, tazas o cualquier otra cosa que haya usado una persona infectada.
- Usted no puede contraer el VIH al comer alimentos preparados por una persona infectada.
- Usted no puede contraer el VIH por la picadura de un mosquito. El VIH no vive en los mosquitos y no se transmite a través de la picadura de un mosquito como otros gérmenes, como los que causan la malaria. Usted no puede contraerlo de insectos como pulgas, piojos u otros.
- Usted no puede contraer el VIH a través del sudor o de las lágrimas.

¿QUIÉN ESTÁ EN PELIGRO DE CONTRAER EL VIH?

Existe evidencia que el VIH, el virus que causa el SIDA, ha estado en Estados Unidos por lo menos desde la década de 1970. Los siguientes son factores de riesgo para el VIH. Usted puede estar en mayor peligro de ser infectado si algunas de las siguientes categorías le son aplicables desde 1978.

- ¿Ha compartido agujas o jeringuillas para inyectarse drogas o esteroides? o ¿ha tenido relaciones sexuales con alguien que lo haya hecho?
- Si usted es varón ¿ha tenido relaciones sexuales con otros hombres?
- ¿Ha tenido relaciones sexuales con alguien de quien usted crea pueda haber estado infectado con el VIH?
- ¿Ha tenido una enfermedad de transmisión sexual (STD, por sus siglas en inglés)?
- ¿Ha recibido una transfusión de sangre u otro producto sanguíneo entre 1978 y 1985?
- ¿Ha tenido relaciones sexuales con alguien que hubiera contestado de manera afirmativa alguna de las preguntas anteriores?

Si ha respondido de manera afirmativa a alguna de estas preguntas, debería discutir con un consejero capacitado su necesidad de someterse a un examen. Si usted es mujer y está considerando quedar embarazada y se encuentra en cualesquiera de las categorías anteriores, es aún más importante que reciba consejo y se someta al análisis del VIH.

Si usted ha tenido relaciones sexuales con alguien de quien desconoce su comportamiento de riesgo o si ha tenido muchas parejas sexuales en los últimos 10 años, tiene una probabilidad mayor de estar infectado o infectada con el VIH.

¿Qué pasa con el análisis VIH?

La forma más fácil de saber si ha sido infectado con el VIH es haciéndose un análisis de anticuerpos del VIH. Esta prueba debería hacerse en un local donde hacen análisis, el consultorio de un médico o una clínica que esté familiarizada con el mismo. Es importante que discuta el significado del análisis con un profesional de la salud calificado, tanto antes como luego de hacerse el análisis.

En la mayoría de las personas infectadas con el VIH no se desarrollan suficientes anticuerpos como para que sean detectados por esta prueba hasta después de los tres primeros meses. En algunas personas este proceso podría llevar hasta seis meses.

¿Necesita más información acerca del VIH o sobre asesoramiento y análisis?

Usted puede recibir publicaciones gratuitas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Para recibir folletos o para hacer preguntas sobre la infección del VIH o sobre el SIDA, llame a la Línea Nacional del SIDA al 1-800-342-AIDS (2437) (en español: 1-800-344-7432; TDD para personas con dificultades auditivas: 1-800-243-7889). La Línea de Emergencia pone a su disposición personal capacitado por especialistas en información que pueden ofrecerle una amplia variedad de materiales impresos o contestar sus preguntas sobre la infección del VIH y el SIDA de manera rápida y confidencial. También hay grupos locales que pueden ayudarle a encontrar la información que necesita. Comuníquese con su departamento de salud local o estatal, con las organizaciones dedicadas al SIDA u otras organizaciones comunitarias que tratan el tema del VIH y del SIDA. La Línea Nacional del SIDA puede decirle cómo comunicarse con todos estos recursos.

La información en esta publicación es solamente para conocimiento general y con fines educativos y no está dirigida a ser usada como asesoramiento legal. Para obtener asesoramiento legal específico, las empresas y los individuos deberían consultar a un abogado.