

LO QUE USTED DEBE SABER SOBRE EL VIH Y EL SIDA^

¿QUÉ ES EL VIH?

EL Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) es un virus que debilita el sistema inmunológico al destruir células específicas que combaten las infecciones y enfermedades. El VIH no tiene cura; sin embargo, con la atención médica adecuada, las personas con VIH pueden vivir casi tanto como quienes no lo tienen. El VIH es una infección que consta de tres fases evolutivas:

FASE 1	Infección aguda por el VIH	Las personas con infección aguda por el VIH pueden presentar síntomas similares a los de la influenza (gripe) entre 2 y 4 semanas después de adquirir la infección; estos síntomas pueden durar desde algunos días hasta varias semanas. Debido a la alta concentración de VIH en la sangre, las personas en esta fase son altamente contagiosas.
--------	----------------------------	---

¿QUÉ ES EL SIDA?

FASE 2	Infección crónica por el VIH	Si no se trata, el VIH puede progresar a SIDA, generalmente al cabo de una década o más desde el momento del contagio, aunque en algunos casos puede progresar más rápidamente.
--------	------------------------------	---

FASE 3	SIDA	El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) es la fase más grave de la infección por el VIH. El diagnóstico de SIDA se establece cuando el recuento de las células T CD4 cae por debajo de 200 o cuando la persona presenta alguna complicación propia del SIDA (por ejemplo, una infección grave o cáncer). El tratamiento antirretroviral (TAR) puede evitar que el VIH destruya el sistema inmunológico y progrese a SIDA. Sin tratamiento, las personas con SIDA pueden sobrevivir aproximadamente 3 años.
--------	------	---

¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH?

- ✦ Por contacto sexual (coito anal o vaginal) con una persona infectada y en cuyo caso hay intercambio de sangre, líquido preseminal, semen, secreciones o mucosas vaginales y/o rectales
- ✦ Al compartir jeringas, agujas, algodón, recipientes (*cookers*) y otros implementos para la inyección de drogas con una persona infectada
- ✦ Al recibir sangre o productos sanguíneos contaminados (muy poco probable después de marzo de 1985)
- ✦ Una madre infectada que no recibe tratamiento antirretroviral puede transmitirle el VIH a su bebé antes del parto, durante el nacimiento o mediante la lactancia materna
- ✦ Al recibir un trasplante, tejidos u órganos, o inseminación artificial de un donante infectado (muy poco común)
- ✦ Por pinchazo accidental con agujas o por otras lesiones con objetos punzantes en entornos de atención médica que involucren a una persona infectada (muy poco común)

EL VIH NO SE TRANSMITE POR



El aire o el agua



La saliva, el sudor, las lágrimas o los besos con la boca cerrada



Insectos o mascotas



Compartir inodoro, alimentos o bebidas

¡EL DIAGNÓSTICO TEMPRANO DE LA INFECCIÓN POR VIH ES IMPORTANTE!

HÁGASE LA PRUEBA DEL VIH:

Todo el mundo debería hacerse la prueba del VIH al menos una vez. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que las personas que indiquen haber realizado cualquiera de las siguientes actividades se hagan la prueba al menos una vez al año:

- ✦ Hombres que han tenido relaciones sexuales con otros hombres*
- ✦ Inyectarse fármacos no recetados médicamente y compartir agujas u otros equipos inyectarse
- ✦ Tener relaciones sexuales a cambio de dinero o de drogas
- ✦ Haber sido diagnosticado o tratado por otra infección de transmisión sexual, hepatitis o tuberculosis
- ✦ Haber tenido más de una pareja sexual desde su última prueba del VIH
- ✦ Tener relaciones sexuales sin protección o con alguien que haya tenido relaciones sexuales sin protección

* Los hombres sexualmente activos que tienen relaciones sexuales con otros hombres podría beneficiarse de hacerse la prueba con mayor frecuencia (por ejemplo, cada 3 a 6 meses)

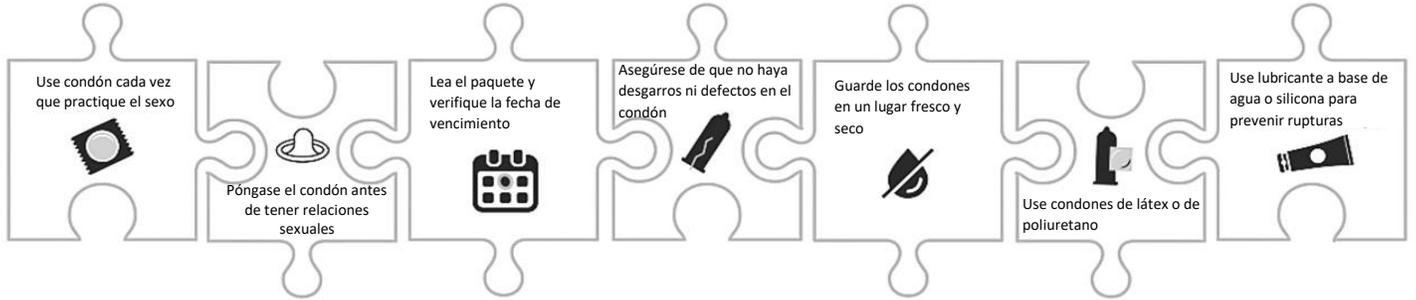
Con los nuevos avances en las pruebas de detección, las infecciones recientes pueden identificarse incluso en tan solo 4 semanas. En todos los departamentos de salud de Kentucky se ofrecen pruebas gratuitas, anónimas y confidenciales, así como terapia. Si tiene VIH, busque atención médica de inmediato; un proveedor le ayudará a determinar el mejor plan de tratamiento. En muchos casos, el tratamiento temprano puede mejorar la capacidad de una persona para mantenerse saludable el mayor tiempo posible.

¡Recuerde, es imposible saber a simple vista si alguien tiene el VIH!

¿CÓMO PUEDO PREVENIR EL VIH?

- ✦ Edúquese a sí mismo y a los demás sobre la infección por el VIH y el SIDA
- ✦ No comparta agujas ni otra parafernalia para el consumo de drogas
- ✦ Practique relaciones sexuales "más seguras":
 - ✓ Abstinencia (no tener relaciones sexuales de ningún tipo)
 - ✓ Relaciones sexuales solo con una persona que no tenga VIH, que no practique el sexo sin protección ni se inyecte drogas
 - ✓ Usar condón, ya sea masculino o femenino
 - ✓ No compartir juguetes sexuales
- ✦ Las personas con mayor riesgo pueden prevenir la infección por VIH mediante el uso de la profilaxis previa a la exposición (PrEP)
- ✦ Tome precauciones universales cuando entre en contacto con sangre, secreciones vaginales o semen infectados con el VIH

CÓMO USAR CORRECTAMENTE EL CONDÓN MASCULINO:



¿QUÉ ES la PrEP?

La PrEP es el consumo de medicamentos antirretrovirales por personas a las que no se les ha diagnosticado VIH, pero que están en riesgo de contraerlo a través de relaciones sexuales o del uso de drogas inyectables. Cuando se toma según lo recetado, la PrEP puede ser efectiva en prevenir la infección por VIH. Las personas que toman PrEP deben seguir usando condones para obtener la máxima protección.

¿QUÉ ES la PEP?

La profilaxis posterior a la exposición (PEP) consiste en tomar medicamentos en un plazo máximo de 72 horas (3 días) después de una posible exposición al VIH. La PEP está destinada a personas que han tenido resultados negativos en la prueba del VIH o que no están seguras de su estatus, y solo debe usarse en situaciones de emergencia.

MUJERES Y EL VIH/SIDA

Todas las mujeres embarazadas deberían hacerse análisis de sangre para detectar cualquier posible infección por VIH. Las mujeres con diagnóstico de VIH que no están bajo tratamiento pueden transmitir el virus a sus bebés durante el embarazo, el parto y a través de la lactancia materna. El riesgo de transmisión al bebé es del 1% o menos si hacen todo lo siguiente:

- ✦ Tomar el tratamiento antirretroviral según lo recetado
- ✦ Dar tratamiento contra el VIH a su bebé por 4-6 semanas después del nacimiento
- ✦ No amamantar a su bebé ni darle alimentos previamente masticados por ella

INDETECTABLE = INTRANSMISIBLE

Las personas con el VIH que toman sus medicamentos tal como se les ha recetado pueden mantener una carga viral suprimida o indetectable y gozar de buena salud, con prácticamente ningún riesgo de transmitirle el VIH a sus parejas seronegativas por vía sexual.

VIDA SALUDABLE CON VIH

Comience el tratamiento lo antes posible y tome los medicamentos según lo recetado. Mantener una carga viral indetectable es la clave para vivir una vida más larga y saludable.

- ✦ Los hábitos de vida saludables que se recomiendan a todas las personas son aún más importantes para quienes viven con el VIH:
 - ✓ Una alimentación saludable proporciona la energía y los nutrientes que el cuerpo necesita para combatir las enfermedades e infecciones (Además, puede mejorar la absorción de los medicamentos recetados y ayudar a reducir posibles efectos secundarios.)
 - ✓ Hacer ejercicio fortalecer el sistema inmunológico y mejora la capacidad del cuerpo para combatir infecciones
- ✦ Las parejas serodiscordantes tienen un mayor riesgo de transmisión del VIH:

La persona VIH negativa debe:	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hacerse pruebas de VIH con regularidad ○ Consultar con su proveedor de salud sobre la PrEP
La persona VIH positiva debe:	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tomar el tratamiento antirretroviral según las indicaciones médicas
Ambos en la pareja deben:	<ul style="list-style-type: none"> ○ Usar condón en todas las relaciones sexuales ○ No tener relaciones sexuales con otras personas

ESTA AGENCIA PROPORCIONA SERVICIOS DE CALIDAD A TODOS SUS PACIENTES, SIN IMPORTAR SU ESTATUS DE VIH.

SI NECESITA MÁS INFORMACIÓN LLAME AL:
1-800-CDC-INFO (232-4636) | 1-888-232-6348 TTY

Programa de Kentucky de VIH/SIDA 502-564-6539

-0-

Su departamento de salud local