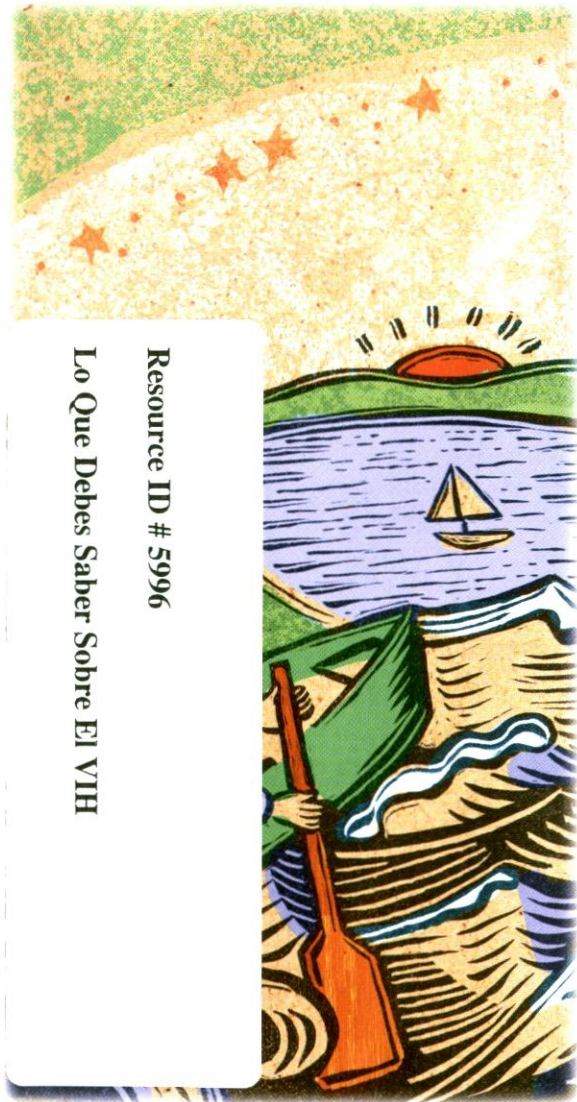


¡Protégete!

- ▼ Para el acto sexual vaginal o anal, usa cada vez un condón nuevo de látex y un lubricante con base de agua.
- ▼ No se deben usar lubricantes con base de petróleo. Las cremas para las manos, los aceites para masajes, la vaselina, etc. pueden hacer que el condón se rompa.
- ▼ Se debe usar un condón nuevo de látex cada vez que se va a realizar sexo oral en un hombre.
- ▼ Para el sexo oral en una mujer, o para el sexo oral/anal en un hombre o una mujer, se debe también usar una barrera. Esta puede ser de látex, como un protector dental o un condón cortado y estirado, o una lámina de plástico como las que se usa para envolver alimentos. Para cada vez se debe usar una barrera nueva.
- ▼ Las personas que son alérgicas al látex pueden usar condones de plástico. Estos se fabrican tanto para hombres como para mujeres.
- ▼ No tengas relaciones sexuales si estás bajo la influencia del alcohol o drogas. El uso de alcohol y otras drogas afecta el juicio y puede llevar a prácticas sexuales riesgosas.
- ▼ Para más información sobre enfermedades transmitidas sexualmente y el SIDA, llama a la línea telefónica nacional de los Centros para el Control de Enfermedades, 1-800-344-7432.

Lo que debes saber sobre el

VIH



Resource ID # 5996

Lo Que Debes Saber Sobre El VIH

Este folleto no intenta reemplazar la opinión o el tratamiento recomendado por un profesional de salud.

Escrito por Nora Krantzler, PhD, MPH.

© 1997 ETR Associates. Revisado en 2004. Todos los derechos reservados.

Reproducir cualquier parte de esta publicación es una violación de la ley de derechos de autor de los Estados Unidos.

ETR 1-800-321-4407
Associates www.etr.org

Título No. R736

¿Cuál es tu riesgo?

Tú puedes darte cuenta si estás en riesgo de infectarte con el VIH. Piensa sobre cualquier cosa que estás haciendo ahora, o que hiciste en el pasado, que pueden haberte expuesto al VIH.

Estás en riesgo:

- ▼ Si has tenido relaciones sexuales con un hombre o mujer que han tenido otras parejas sexuales.
- ▼ Si has compartido jeringas o agujas por cualquier razón, o has tenido relaciones sexuales con alguien que ha compartido jeringas o agujas.

Es probable que no estés en riesgo:

- ▼ Si no has tenido relaciones sexuales, o has practicado monogamia (relaciones sexuales solamente con una persona que no tiene el VIH y que solamente ha tenido relaciones sexuales contigo).
- ▼ Si no has compartido agujas o jeringas por cualquier razón, y no has tenido relaciones sexuales con alguien que ha compartido agujas o jeringas.

Hacerse el análisis del VIH es la única manera de saber con seguridad si el virus está en tu cuerpo.

El análisis del VIH

El análisis del VIH trata de encontrar anticuerpos del VIH en tu cuerpo.

Si tienes anticuerpos del VIH, el análisis tendrá un resultado positivo. Esto significa que tienes el VIH.

Si no tienes anticuerpos, el resultado del análisis será negativo. Esto puede significar una de dos cosas:

- ▼ No tienes el VIH
- ▼ Tienes el virus, pero todavía no se encuentran anticuerpos del VIH en tu sangre.

Es muy difícil que un resultado no sea ni negativo ni positivo. Si esto pasa, será necesario repetir la prueba.

El período “ventana”

Después de la infección con el VIH, el cuerpo tarda usualmente unos 3 meses para producir anticuerpos. En algunos pocos casos, puede tomar hasta 6 meses. A este tiempo se le llama el “período ventana.”

¿Qué es el VIH?

El VIH es el virus que causa el SIDA. Las personas que tienen este virus en sus cuerpos tienen la infección del VIH.

- ▼ La infección con el VIH tiene muchas etapas. Las personas con VIH pueden no tener síntomas, unos pocos síntomas o muchos síntomas serios.
- ▼ Las personas pueden tener el VIH por muchos años, sin sentirse o verse enfermas. Incluso pueden no saber que tienen el virus. Pero aún así, pueden pasar el virus a otras personas.

- ▼ Con el paso del tiempo, el VIH daña el sistema de inmunidad, que protege el cuerpo contra las enfermedades.
- ▼ Cuando el sistema de inmunidad queda muy débil, otras infecciones y enfermedades pueden entrar en el cuerpo. Esta etapa de la infección del VIH se llama SIDA.

¿Cómo se infectan las personas con el VIH?

El VIH vive en el semen, los fluidos vaginales, la sangre y la leche de pecho de una persona con VIH. El virus puede pasar de una persona a otra, por medio de estos fluidos infectados.

- ▼ Se puede pasar el VIH durante el acto sexual vaginal, oral o anal.
- ▼ Se puede pasar el VIH cuando se comparten agujas y equipo para inyectarse drogas.
- ▼ Se puede pasar el VIH por medio de agujas para tatuajes y perforaciones de la piel, o para inyectar vitaminas o esteroides.
- ▼ Los trabajadores de salud que atienden a personas con VIH pueden infectarse con el virus si por accidente se lastiman con agujas que fueron usadas para estas personas.
- ▼ El VIH puede pasar de una madre a su bebé, durante el embarazo, el parto o al darle el pecho.

Antes de 1985, algunas personas recibieron el VIH por medio de transfusiones de sangre. Ahora, en los Estados Unidos, la sangre se analiza antes de una transfusión. Por esa causa, es muy pequeño el riesgo de infectarse de esta manera con el VIH.

El VIH no pasa por:

- ▼ donar sangre
- ▼ abrazar, besar o compartir alimentos
- ▼ usar teléfonos, asientos del baño, toallas o cubiertos
- ▼ lágrimas, saliva, sudor u orina
- ▼ mosquitos u otros insectos

¿Qué pasa cuando se hace el análisis?

En el lugar:

- ▼ Un consejero explica el análisis y responde a tus preguntas.
- ▼ Luego te sacan un poco de sangre del brazo, o unas pocas células de la parte de adentro de la mejilla, o te piden una muestra de orina.
- ▼ La muestra se envía al laboratorio. En unas dos semanas, debes volver para que te digan el resultado.
- ▼ Muchos lugares ofrecen un análisis rápido. El resultado está listo en unos pocos minutos. Si el resultado es positivo, debe ser comprobado con un segundo análisis, cuyo resultado toma dos semanas.

Muchos centros te aconsejarán para que entiendas los resultados, y sobre cómo evitar que se extienda el VIH.

Tipos de análisis

Análisis anónimo: significa que tú eres la única persona que sabrá el resultado. Cuando te hacen el análisis das un nombre en código, o te dan un número, que usas cuando vuelves para saber el resultado.

Con este código, no hay forma de que alguien sepa tu nombre, dirección o número de Seguro Social.

Análisis confidencial: significa que saben tu nombre y que el resultado se pone en tu expediente médico.

En general, el resultado del análisis no se puede revelar sin tu permiso. Pero tú deberías preguntar, antes de hacer el análisis confidencial, quiénes pueden ver tu expediente.

Después de un resultado positivo

Un resultado positivo significa que tienes el VIH. Los resultados positivos son casi 100% exactos.

- ▼ Busca inmediatamente un profesional de salud que sabe sobre el VIH. Comenzar a tiempo con un tratamiento puede ayudarte a continuar con buena salud, y retardar el avance de la enfermedad.
- ▼ Entre los servicios para personas con el VIH puedes encontrar ayuda con atención médica, ayuda financiera, alimentos y servicios legales. Algunas agencias de servicios tienen consejeros para ayudarte a encontrar lo que necesitas.

Después de un resultado negativo

Un resultado negativo significa que al tiempo del análisis, no se encontraron anticuerpos del VIH en tu cuerpo.

- ▼ Puede ser que no tienes el VIH.
- ▼ O también puede ser que tengas el VIH, pero tu cuerpo no ha producido todavía anticuerpos.
- ▼ Hazte el análisis otra vez, por lo menos 3 meses después de cualquier tipo de acción que pudiera ponerte en riesgo.

Análisis que se hacen en casa

En la farmacia se pueden comprar elementos para hacer el análisis del VIH en casa.

- ▼ Un poco de sangre se manda por correo a un laboratorio, junto con un código (nombre o número).
- ▼ El resultado se da por teléfono, cuando uno llama y da el código.

ede

Qué debes saber

los fluidos
adidas membranas
cto o la boca, o a
abiertas en esos

o sexual vaginal,

- ▼ **No tengas relaciones sexuales.** Esto se llama abstinencia. La abstinencia es la mejor manera de evitar la transmisión sexual del VIH.
- ▼ **Practica la monogamia.** Esto quiere decir que por muchos años tienes sexo con sólo una persona que no tiene el VIH y que sólo tiene sexo contigo.
- ▼ **Practica sexo más seguro.** Esto significa que no permites que entren en tu cuerpo el semen, la sangre, el flujo menstrual, o las secreciones vaginales de tu compañero/a sexual. Mira las instrucciones en la última página, en la sección "Protégete".

ar drogas,
ajajes o

ja o jeringa.

la sangre con

na.

- ▼ **Por ninguna razón compartas agujas.**
- ▼ **No te inyectes drogas.**
- ▼ Si te inyectas drogas, **no compartas las agujas** ni los instrumentos.
- ▼ **Si compartes agujas,** antes y después de usarlas, **límpialas** por lo menos 3 veces con agua y alcohol, o con otros 3 usos con agua

Formas de infectarse con el VIH

Cómo succ

Relaciones sexuales

- ▼ El VIH en el semen, la sangre, o vaginales pasa a través de las delgas mucosas del pene, la vagina, el recto a través de pequeños cortes o llagas en los órganos.
- ▼ Esto puede ocurrir durante el acto anal u oral.

Compartir agujas

- ▼ La aguja se comparte para inyectar drogas, vitaminas o esteroides, o para tatuajes y perforaciones de la piel.
- ▼ Queda sangre con VIH en la aguja.
- ▼ Cuando el equipo se usa otra vez, el VIH se inyecta directamente en el cuerpo de la siguiente persona.

De la madre al feto o al recién nacido

- ▼ La sangre con el VIH puede pasar al feto en la matriz o al bebé durante el parto.
- ▼ El VIH puede pasar al bebé en la lactancia materna.

Contacto de sangre a sangre

- ▼ La sangre con el VIH entra en contacto con la sangre o las membranas mucosas.
- ▼ Muy raras veces esto podría ocurrir durante una transfusión de sangre o trasplante de órganos.

r de la madre al
e el parto.

leche del pecho.

- ▼ **Piensa en hacerte el análisis del VIH**, si estás embarazada, o quieres quedar embarazada, y tú, tu pareja o alguien con quien compartes agujas, pueden estar en riesgo.
- ▼ Las mujeres embarazadas que tienen un resultado positivo pueden **tomar medicinas** que reducen mucho el riesgo para el feto.

ntacto con la
de otra persona.

ir en una
te de órganos.

- ▼ **Evita el contacto con la sangre de otra persona.**
- ▼ A la sangre y órganos donados para transfusiones y trasplantes, y al semen en los “bancos de esperma”, **se les hace el análisis del VIH.**
- ▼ Si te van a hacer una operación, podrías **donar tu propia sangre** por adelantado.