

## Para saber más

Ponte en contacto con el departamento de salud pública local o de tu estado, una organización de planificación familiar o una organización de lucha contra el SIDA.

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

Las personas con problemas para oír pueden llamar al  
1-800-243-7889

Este folleto no tiene la intención de reemplazar la opinión o el tratamiento prescrito por un profesional de salud.

Escrito por Jill Schettler.

© 1992 ETR Associates. Revisado en 2002. Reproducir cualquier parte de esta publicación es una violación de la ley de derechos de autor de los Estados Unidos.

**ETR**  
Associates

1-800-321-4407

[www.etr.org](http://www.etr.org)

Title No. R821

# VIH

## Las respuestas

Resource ID # 5997  
VIH Las Respuestas

D  
R

## ¿Qué es el VIH?

El VIH es el virus que causa el SIDA. El VIH daña el sistema de inmunidad del cuerpo. El sistema de inmunidad da protección al cuerpo contra las enfermedades.

El VIH tiene muchas etapas. Una persona con el VIH puede estar saludable o muy enferma.

## ¿Qué es el SIDA?

El SIDA es la etapa del VIH cuando el sistema de inmunidad está muy débil. Cuando esto ocurre, otras enfermedades o infecciones pueden entrar en el cuerpo.

Las personas pueden tener el VIH por años, sin enfermarse. Pueden mirarse y sentirse con buena salud. Tal vez ni siquiera saben que están infectadas.

Pero las personas con VIH pueden pasar el virus a sus parejas sexuales o alguien con quien comparten agujas.

Una mujer embarazada que tenga el VIH lo puede pasar a su bebé.

## ¿Hay cura o tratamiento?

No hay cura para el VIH o el SIDA. Pero hay tratamientos que pueden ayudar a las personas a mantenerse saludables por más tiempo. Y se puede evitar tener el VIH.

## ¿Cómo se adquiere el VIH?

El VIH está en la sangre, el semen o los fluidos vaginales de alguien que tiene el VIH.

### Tú puedes recibir el VIH:

- Si tienes sexo con alguien que tiene el VIH.
- Si compartes agujas y equipo para inyectarte drogas.
- Si compartes agujas para inyectar vitaminas o esteroides, o agujas para tatuajes o para perforar la piel.
- El VIH puede pasar de una madre al feto en su matriz, o al bebé durante el parto o al darle el pecho.

### Tú no puedes recibir el VIH:

- al donar sangre
- por contacto casual como abrazos, besos en la mejilla, o por compartir alimentos.
- por contacto con teléfonos, asientos del baño, toallas, o utensilios para comer.
- por contacto con lágrimas, saliva, sudor u orina.
- por medio de mosquitos u otros insectos.

El VIH no está en el aire. Para infectar a una persona, el VIH tiene que entrar en el cuerpo.

## ■ ¿Cuáles son los síntomas de la infección con el VIH?

Muchos de los síntomas causados por el VIH pueden ser también síntomas de otras enfermedades o infecciones.

### **Consulta a un médico si algunos de estos síntomas son constantes:**

- Perder, sin explicación, más de 10 libras de peso.
- Fiebre alta, y sudores durante la noche.
- Cansancio sin causa aparente.
- Diarrea.
- Glándulas hinchadas en el cuello, las axilas o la ingle.
- Tos seca.
- Manchas blancas o llagas en la lengua o la boca.

### **Lo que las mujeres deben tener en cuenta:**

Las mujeres debieran pensar en hacerse una prueba del VIH si tienen: infecciones de hongos que no desaparecen, enfermedad pélvica inflamatoria, verrugas genitales, enfermedad del cérvix o los ovarios, o pruebas Pap que resultaron anormales.

## ■ ¿Qué es la prueba del VIH?

La prueba del VIH dice si una persona ha tenido contacto con el VIH. La prueba busca anticuerpos contra el VIH en el cuerpo.

La prueba no dice si tienes SIDA o si lo tendrás en el futuro.

Cuanto más temprano alguien se hace la prueba, más rápido las personas con el VIH pueden empezar con prácticas saludables y tratamientos. Esto puede retardar el progreso

de la enfermedad y mantener a las personas con VIH en buena salud.

Una mujer con VIH que quede embarazada, puede tomar medicinas para reducir el riesgo de pasar el VIH a su bebé.

La prueba del VIH puede hacerse en departamentos de salud pública, organizaciones que luchan contra el SIDA o en consultorios de médicos.

En muchos lugares se ofrecen *pruebas anónimas* gratis, junto con orientación de consejeros. Esto significa que no tienes que dar tu nombre. El resultado de la prueba te lo darán sólo a ti.

Hay también la *prueba confidencial* del VIH. El resultado te lo dan solamente a ti, pero lo pueden también poner en tu expediente médico. Deberías preguntar quién puede ver esa información.

En las farmacias se vende el equipo necesario para hacer la prueba en la casa. La persona envía por correo una muestra de sangre junto con un nombre en código o un número. Luego llama por teléfono para pedir el resultado.

### **Considera el hacerte la prueba:**

- Si piensas que tú, tu pareja sexual o alguien con quien compartes agujas podrían estar en riesgo.
- Si estás embarazada, o quieres quedar embarazada.

## ■ ¿Quién está en riesgo?

Lo que te pone en riesgo no es lo que tú eres, sino lo que haces. Cualquiera que tiene relaciones sexuales o comparte agujas con una persona que tiene el VIH puede también el virus.

### **Estás en riesgo:**

- Si has compartido agujas para inyectarte drogas o vitaminas, o para tatuajes o perforaciones de la piel.
- Si alguna vez tuviste sexo (vaginal, oral o anal) con alguien que se inyectaba drogas.
- Si tienes o tuviste muchas parejas sexuales, o si tuviste sexo con alguien que tuvo muchas parejas.
- Si tienes o tuviste sexo con alguien que tiene el VIH o que estaba en riesgo de tenerlo.
- Si alguna vez te han atacado sexualmente.
- Si alguna vez tuviste una enfermedad transmitida sexualmente.

También están en riesgo los bebés nacidos a mujeres que tienen el VIH.

## ■ ¿Cómo se puede prevenir la infección con el VIH?

### **Así te puedes proteger contra el VIH:**

- La mejor manera de evitar la transmisión sexual es no tener sexo.
- También da protección el tener sexo solamente con una persona que no tiene el VIH.
- Puedes tener relaciones sexuales que no te ponen en contacto con la sangre, semen, o fluidos vaginales de otra persona.

- Usa un condón de látex nuevo y un lubricante con base de agua, cada vez que tengas sexo vaginal o anal.
- No uses lubricantes que están hechos de petróleo. El aceite en loción de manos, aceites para masajes, Vaselina, etc. puede hacer que el condón tenga pérdidas o se rompa.
- Las personas que tienen alergia al látex pueden usar condones de plástico. Estos vienen para hombre o mujer.
- Para el sexo oral en una mujer, o en el ano de un hombre o una mujer, usa una barrera de látex como la que usan los dentistas, o un condón de látex cortado y estirado, o una lámina de látex como las que se usan para envolver alimentos. Usa una barrera nueva cada vez.
- Para sexo oral en un hombre usa un condón nuevo cada vez.
- Nunca compartas juguetes sexuales. Si lo haces, cada vez lávalos bien y cúbrelos con un condón nuevo.
- No te inyectes drogas. Si lo haces nunca compartes agujas o el equipo con que te inyectas.
- Si compartes agujas, límpialas antes y después de cada uso. Llena y vacía la jeringa 3 veces con agua; luego llénala y vacíala 3 veces con cloro puro; finalmente, llénala y vacíala 3 veces con agua.
- Recuerda que el alcohol y otras drogas afectan la capacidad de juzgar correctamente. Te pueden impulsar a tener sexo sin protección o a inyectarte drogas.