



# VIH y Sida

Su Familia: The National Hispanic Family Health Helpline 1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

## ¿Qué es el VIH?



VIH significa el Virus de Inmunodeficiencia Humana. VIH es el virus que causa el SIDA, el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Este virus se pasa de una persona a otra por medio del contacto de sangre a sangre o por vía sexual. Una mujer embarazada que esté infectada también puede pasar el VIH a su bebé durante el embarazo o el parto, al igual que al amamantar o dar pecho. Las personas con VIH tienen lo que se llama infección del VIH y se les conoce como VIH positivas. La prueba positiva del VIH no significa que la persona tenga SIDA. Sin embargo, la mayoría de las personas que están infectadas con el VIH tarde o temprano desarrollarán el SIDA.

Desde el principio de la epidemia del SIDA, los casos de hispanos con SIDA han sido desproporcionadamente altos. Aunque los hispanos representan el 13.7% de la población, representaron el 18.4% de todos los casos de SIDA en el año 2000.

## ¿Qué es el SIDA?



El SIDA se refiere a un grupo de enfermedades que resultan al ser expuestos al VIH. Estas enfermedades se desarrollan porque nuestro sistema de inmunidad (el mecanismo del cuerpo que combate las infecciones) ya no puede hacer su trabajo. Como resultado, el cuerpo se vuelve vulnerable a una variedad de enfermedades, llamadas infecciones oportunistas. Estas infecciones, que pueden amenazar la vida de una persona con SIDA, rara vez se ven en personas con un sistema inmunológico normal.

A la persona que tiene el virus VIH se le diagnostica el SIDA solamente cuando desarrolla infecciones oportunistas o sobre la base de ciertos exámenes de sangre. Los científicos estiman que las personas con infecciones del VIH desarrollarán el SIDA en un promedio de 10 años después de ser infectados. Sin embargo, no todos desarrollan SIDA dentro de este período de tiempo y a otros les toma más de 10 años. El tiempo que le toma a una persona infectada por el VIH para que desarrolle el SIDA varía de persona a persona y depende de muchos factores, incluyendo el estado general de salud y sus hábitos de salud.

## ¿Cuáles son los factores de riesgo para adquirir la Infección del VIH?



Es importante recordar que todos estamos en riesgo de infectarnos con el VIH. Participar en lo que se llaman comportamientos de alto riesgo nos expone a contraer la infección VIH. Una persona está en riesgo de infectarse del VIH si participa en los siguientes comportamientos:

- Actividad sexual sin protección (relaciones de vagina a pene, relaciones sexuales por el ano o sexo oral).
- Compartir agujas para inyectarse drogas, o para perforar partes del cuerpo o hacerse tatuajes.



# VIH y Sida

Su Familia: The National Hispanic Family Health Helpline 1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

## ¿Cómo puedo prevenir la infección del VIH?



- No tengas relaciones sexuales sin protegerte.
- Utiliza un condón de látex cada vez que tengas un encuentro sexual y utilízalo correctamente. (Si te resulta incómodo hablar con tu compañero/a sobre el uso de un condón de látex, quizás no deberías tener relaciones sexuales.)
- No compartas agujas para inyectarte drogas; no compartas agujas si te vas a perforar el cuerpo o hacer tatuajes.

## ¿Cuáles son las señales y los síntomas del VIH/Sida?



### ¿Cómo puedo saber si estoy infectado del VIH?

La única manera de determinar si estás infectado es haciéndote la prueba VIH. No puedes basarte sólo en los síntomas para saber si estás o no infectado del VIH. Muchas personas infectadas del VIH no tienen síntomas durante años.

### ¿Cuáles son algunos de los posibles síntomas de infección por VIH?

Estar infectado del VIH puede debilitar el sistema inmunológico al punto de que es difícil combatir ciertas infecciones. A este tipo de infecciones se les conoce como "oportunistas" ya que se aprovechan de la oportunidad que les da un sistema inmunológico debilitado para causar enfermedades.

Las siguientes pueden ser señales de estar infectado del VIH:

- Pérdida rápida de peso.
- Tos seca.
- Fiebre recurrente o copiosa sudoración nocturna.
- Fatiga profunda o inexplicable.
- Inflamación de los ganglios linfáticos en las axilas, ingles o cuello.
- Diarrea que dura más de una semana.
- Manchas blancas o inusuales en la lengua, la boca o la garganta.
- Neumonía.
- Manchas rojas, cafés, rosas o moradas en o debajo de la piel o dentro de la boca, la nariz o los párpados.
- Pérdida de memoria, depresión u otros desórdenes neurológicos.



# VIH y Sida

Su Familia: The National Hispanic Family Health Helpline 1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

Sin embargo, nadie debe suponer que está infectado si tiene cualquiera de estos síntomas. Cada uno de los síntomas puede estar relacionado con otras enfermedades. De nuevo, la única manera de saber si estás o no infectado es haciéndote la prueba del VIH.

## ¿Cuáles son algunos de los síntomas del SIDA?

Los síntomas del SIDA son parecidos a los síntomas de muchas otras enfermedades. El SIDA es un diagnóstico médico hecho por un doctor basado en criterios específicos establecidos por los Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (en inglés, CDC).

Cuando una persona se expone al VIH por primera vez, puede permanecer libre de o sin síntomas por un promedio de diez años. Con el paso del tiempo, los primeros síntomas son dolores no específicos, fiebres y dolor de garganta debido a los ganglios inflamados.

Al debilitarse el sistema inmunológico, algunos de los siguientes síntomas ocurren de manera recurrente y con una seriedad progresiva:

- Infecciones de hongos.
- Herpes oral o genital.
- Sudoración nocturna.
- Rápida pérdida de peso.
- Tos seca que no se retira.
- Inflamación de los nódulos linfáticos.
- Articulaciones hinchadas.
- Fiebre inexplicable.

El SIDA es una manifestación de la última etapa del agotamiento inmunológico causada por el VIH. Se determina por medio de los siguientes síntomas y resultados de laboratorio:

- Una o más infecciones oportunistas que amenazan la vida (Toxoplasmosis, pneumocystis carinii neumonía, tuberculosis, Mycobacterio avio y otros).
- Un cáncer relacionado con el SIDA.
- Deterioro severo (pérdida drástica de peso además de diarrea crónica o debilidad crónica y fiebre).
- Demencia de SIDA.
- Cáncer cervical invasivo.
- Un examen de sangre que muestra la cuenta CD4 por debajo de 200.



# VIH y Sida

Su Familia: The National Hispanic Family Health Helpline 1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

## ¿Cuál es el tratamiento para el VIH/Sida?



Al momento no hay curación para el SIDA. Hoy existen tratamientos médicos que pueden detener la velocidad con que el VIH debilita el sistema inmunológico. Existen medicamentos anti-virales que reducen la carga viral (la cantidad de VIH en la sangre) y otras medicinas para tratar o prevenir las infecciones oportunistas que ocurren cuando alguien es VIH positivo. Hay otros tratamientos que pueden prevenir o curar algunas de las enfermedades asociadas con el SIDA, aunque los tratamientos no curan el SIDA. Como con otras enfermedades, la detección temprana ofrece más opciones de tratamiento y cuidado de salud preventivo.

Si tú eres VIH positivo, puedes tomar una variedad de medicamentos y tratamientos que no solamente alargarán tu vida pero que también te ayudarán a mantener la mejor calidad de vida posible.

## ¿Recursos adicionales?



Alianza Nacional para la Salud Hispana  
Línea telefónica nacional para la salud de la familia hispana  
1 (866) SU-FAMILIA or 1 (866) 783-2645  
<http://www.hispanichealth.org>

American Cancer Society  
1-800-227-2345  
<http://www.cancer.org>

American Lung Association  
<http://www.lungusa.org>

CancerNet (Un Servicio del National Cancer Institute)  
<http://cancernet.nci.nih.gov>

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)  
National Center for Chronic Disease Prevention and Health Prevention  
Cancer Prevention and Control  
<http://www.cdc.gov/cancer>

National Cancer Institute  
1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)  
<http://www.cancer.gov>