

VIH

El VIH es el virus de inmunodeficiencia humano (VIH). El virus se transmite por fluidos corporales: sangre, semen o pre-semen, fluidos vaginales/ rectales y la leche materna de una persona infectada con VIH. Las personas pueden obtener la infección del VIH cuando están en contacto con estos tipos de fluidos y una membrana mucosa o piel dañada. Las membranas mucosas son encontradas en la boca, pene vagina y el ano. Las personas con VIH no saben si accidentalmente lo pueden pasar a otras personas. Esto es porque esas personas se ven bien y se sienten bien por muchos años después que son infectadas.

No puedes obtener VIH por tocar alguien, compartir cosas como vasos o lápices, toser o estornudar. El VIH no se transmite mediante contacto de rutina en los restaurantes, sitios de trabajo o escuelas.

Aunque se han encontrado cantidades pequeñas de VIH en la saliva, heces, orina y lágrimas, no hay evidencia alguna que demuestre que el VIH sea transmitido mediante estos fluidos del cuerpo.

No ha habido nunca ningún peligro de infectarse con el VIH por donar sangre. Las jeringas o agujas que se utilizan para coleccionar sangre en los Estados Unidos nunca son utilizadas dos veces.

¿Cómo puedo saber si tengo la infección del VIH?

La única manera de saber en realidad si tienes VIH es hacerte una prueba. Hay diferentes centros de pruebas casi en todas las comunidades. Puede buscar para una clínica visitando el sitio www.gettested.cdc.gov/es o llamando al 1-800-CDC-INFO (232-4636). Si el resultado de la prueba es positivo, significa que tienes la infección del VIH y podrías beneficiarte de cuidado médico especial. Busca la ayuda de un médico, incluso si no se siente enfermo. Hay medicamentos que pueden

RESUMÉN

- El VIH es el virus de inmunodeficiencia humano (VIH).
- En los Estados Unidos, alrededor de 50,000 personas son infectadas con el VIH cada año y 1.2 millones de personas están viviendo con VIH.
- Para aquellos con VIH, alrededor del 14% no saben que lo tienen, porque podría tomar meses o años para que los síntomas empiecen a aparecer.
- El SIDA es el Síndrome de deficiencia inmune adquirida, SIDA es la última etapa del VIH.
- Lo importante del VIH & SIDA es que se pueden prevenir.

ayudarlo a estar saludable. Si el resultado es negativo, no necesariamente significa que no tenga VIH. Asegúrese de que usted ha esperado por lo menos tres meses después de ser expuesto al VIH, ya que puede tomar mucho tiempo antes de que una prueba pueda detectarla. Después de tres meses puede estar seguro que usted no tiene VIH pero todavía debe evitar hacer cosas que lo pongan en riesgo a usted.

¿Cómo se trata el VIH?

Actualmente no existe una cura para el VIH, sin embargo, hay drogas (medicamentos) que pueden reducir el VIH y ayudar a que usted tenga una larga y saludable vida. Muchas personas ahora consideran el VIH como una infección a largo plazo pero manejable.

Modos de Reducir el Riesgo

- Utilizar un condón desde el empezar hasta terminar todo el tiempo que tengas sexo anal, vaginal u oral. Los condones de látex, cuando se utilizan correctamente y consistentemente, son muy efectivos en prevenir la transmisión del VIH y otras enfermedades de transmisión sexual (ETS). Los condones internos son también una opción para reducir el riesgo. Otras barreras (como los protectores dentales o las envolturas de plástico para alimentos) pueden ser usados para el sexo oral anal (beso negro).
- Si compartes juguetes sexuales con tu pareja, como un consolador (dildo) o vibrador, cada persona (la pareja) debe utilizar un condón nuevo en el juguete sexual si no es utilizado por la misma persona. Asegúrese de limpiar bien los juguetes sexuales después de cada uso.
- Si utiliza lubricantes, use uno que sea a base de agua (como KY-Jelly® o Astroglide®). Lubricantes que contienen aceite como (Vaselina® o lociones para las manos) pueden causar que los condones de látex se rompan.
- La Pre-exposición Profilaxis o PrEP, es la opción preventiva para personas que se encuentran en alto riesgo de contraer VIH. Para que el PrEP sea efectivo, tienes que tomar una píldora todos los días. Pregúntele a su médico si PrEP es adecuado para ti.
- La profilaxis posexposición o PEP, es un medicamento que puedes tomar no más de 72 horas o no más de 3 días de haber tenido el evento de alto riesgo. Si el medicamento se toma a tiempo, se puede reducir el riesgo de contraer VIH. Si usted cree que has sido expuesto al VIH recientemente, visite a su médico lo más pronto posible para saber si PEP es adecuado para ti.

Si tú o alguien que conoces es positivo al VIH o tiene el SIDA:

Algún familiar, amigo o conocido necesitará de todo tu apoyo y comprensión, como con cualquier enfermedad grave para poder sobrellevar esta situación. La seguridad de que esa persona cuenta con tu amistad es muy importante. Más importante es que esta persona quiera ser tratada normal como cualquier otra persona, como una persona que vale mucho para ti. También recuerda que el contacto casual como—un abrazo, un apretón de manos, un beso en la mejilla—no posee ningún tipo de amenaza para ti.

El Embarazo & VIH

Todas las mujeres embarazadas deben obtener una prueba del VIH. El tratamiento durante el embarazo puede ayudar a una mujer que está infectada con VIH y también proteger a su bebe de ser infectado.

La Asociación Americana de la Salud Sexual (American Sexual Health Association, o ASHA, in inglés) es una organización sin fines de lucro que ofrece información, apoyo, y recursos sobre enfermedades de transmisión sexual (ETS).

www.ashasexualhealth.org

www.iwannaknow.org

www.quiersaber.org

www.nccc-online.org

www.askexpertsnow.com

www.YESmeansTEST.org

