

VIRUS DE LA IMMUNODEFICIÈNCIA HUMANA (VIH-SIDA)

El VIH és un virus que deteriora el sistema immunitari infectant els limfòcits CD4. Fa que la persona sigui més susceptible a altres infeccions i a alguns tipus de càncer. Hi ha dos tipus de VIH: l'1 i el 2.

Com es transmet?

Es transmet mitjançant relacions sexuals desprotegides (genitals, anals o orals) o per l'ús de drogues per via endovenosa, és a dir, pel contacte amb fluids corporals infectats, com la sang, les secrecions vaginals o el semen. També hi ha risc si es fan *pírcings* o tatuatges sense les mesures higièniques adequades i també en la lactància materna.

Com no es transmet?

No es transmet en les situacions de convivència quotidiana habituals, com al lloc de treball o a l'escola, ni a través de les mascotes o de les picades d'insectes. Tampoc pel contacte amb la pell sense ferides, per la suor, les llàgrimes o la saliva, ni per la tos o els esternuts.

Com puc saber si estic infectat o no?

- Test ràpid del VIH: mitjançant una mostra de sang del dit. Es pot saber el resultat en uns 20 minuts. Si és positiu, cal fer una anàlisi de sang venosa per confirmar-lo.
- Anàlisi de sang venosa. Es pot detectar el virus a partir, generalment, de la tercera setmana d'infecció. Si és positiva, cal repetir-la per confirmar-la. Si és negativa, caldrà repetir-la de 3 a 6 mesos després, depenent del risc individual. El vostre metge o metgessa de família pot sol·licitar l'anàlisi de manera confidencial, voluntària i gratuïta.

Quins símptomes produeix?

En el moment de la infecció, el VIH passa sovint inadvertit i només s'identifica en una anàlisi de sang, però alguns pacients poden tenir símptomes similars a una grip, erupcions cutànies o cansament.

Els pacients amb VIH avançat o no tractat poden ser més susceptibles d'adquirir altres infeccions

per virus, bacteris i fongs, que també poden ser més agressives.

Causa algun altre problema?

La infecció crònica pel VIH, encara que sigui tractada correctament, augmenta el risc de presentar altres malalties (cardiovasculars, osteoporosi, etc.).

Quin és el tractament?

Consisteix a prendre indefinidament fàrmacs antiretrovirals. Cal ser constant en el tractament per evitar les resistències. S'ha d'iniciar el més aviat possible per assolir un bon nivell de defenses i mantenir el virus en uns nivells mínims (càrrega viral indetectable). **Una càrrega viral indetectable evita la transmissió del virus per via sexual.** Es recomana seguir uns hàbits de vida saludables, evitar el consum de tabac i altres tòxics, i controlar els nivells de colesterol i sucre, i la tensió arterial.

Com es pot prevenir?

Mitjançant l'ús adequat de **preservatius**, que també poden evitar altres **malalties de transmissió sexual**; amb la **PrEP** (profilaxi preexposició), és a dir, prendre uns medicaments abans de mantenir relacions sexuals de risc, i amb la **PEP** (profilaxi postexposició), que és la presa d'uns medicaments després d'un contacte de risc amb possible exposició al VIH i abans que hagin passat 72 hores.

És important que els consumidors de drogues facin servir material estèril i evitin compartir els estris de preparació i administració de la droga.

