

VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA (VIH-SIDA)

El VIH es un virus que deteriora el sistema inmunitario infectando los linfocitos CD4. La persona afectada es más susceptible a otras infecciones y a algunos tipos de cáncer. Hay dos tipos de VIH: el 1 y el 2.

¿Cómo se transmite?

Se transmite mediante relaciones sexuales desprotegidas (genitales, anales u orales) o por el uso de drogas por vía endovenosa, es decir, por el contacto con fluidos corporales infectados, como la sangre, las secreciones vaginales o el semen. También existe riesgo si se realizan *piercings* o tatuajes sin las medidas higiénicas adecuadas, y también en la lactancia materna.

¿Cómo no se transmite?

No se transmite en las situaciones de convivencia cotidiana habituales, como en el lugar de trabajo o en la escuela, ni a través de las mascotas o de las picaduras de insectos. Tampoco por el contacto con la piel sin heridas, por el sudor, las lágrimas o la saliva, ni por la tos o los estornudos.

¿Cómo puedo saber si estoy infectado o no?

- Test rápido del VIH: mediante una muestra de sangre del dedo. Se puede conocer el resultado en unos 20 minutos. Si es positivo, es necesario realizar un análisis de sangre venosa para confirmarlo.
- Análisis de sangre venosa. Puede detectarse el virus a partir, generalmente, de la tercera semana de infección. Si es positivo, es necesario repetirlo para confirmarlo. Si es negativo, deberá repetirse a los 3-6 meses, dependiendo del riesgo individual. Su médico o médica de familia puede solicitar el análisis de forma confidencial, voluntaria y gratuita.

¿Qué síntomas produce?

En el momento de la infección, el VIH pasa a menudo inadvertido y solo se identifica en un análisis de sangre, pero algunos pacientes pueden tener síntomas similares a una gripe, erupciones cutáneas o cansancio.

Los pacientes con VIH avanzado o no tratado pueden ser más susceptibles a adquirir otras infecciones por virus, bacterias y hongos, que también pueden ser más agresivas.

Autores: Raquel García Trigo, Juanjo Mascort y Ricard Carrillo
Revisión científica: Grupo VIH de la CAMFIC
Revisión editorial: Grupo de Educación Sanitaria de la CAMFIC

¿Causa algún otro problema?

La infección crónica por el VIH, aunque sea correctamente tratada, aumenta el riesgo de presentar otras enfermedades (cardiovasculares, osteoporosis, etc.).

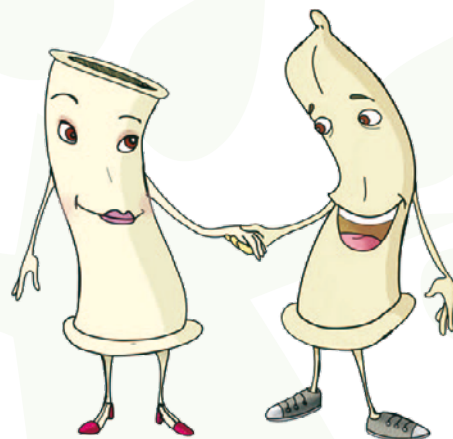
¿Cuál es el tratamiento?

Consiste en tomar indefinidamente fármacos antirretrovirales. Es necesario ser constante en el tratamiento para evitar las resistencias. Debe iniciarse lo antes posible para mantener un buen nivel de defensas y mantener el virus en unos niveles mínimos (carga viral indetectable). **Una carga viral indetectable evita la transmisión del virus por vía sexual.** Se recomienda seguir unos hábitos de vida saludables, evitar el consumo de tabaco y otros tóxicos, y controlar los niveles de colesterol y azúcar, y la tensión arterial.

¿Cómo se puede prevenir?

Mediante el uso adecuado de **preservativos**, que también pueden evitar otras **enfermedades de transmisión sexual**; con la **PrEP** (profilaxis preexposición), es decir, tomar unos medicamentos antes de mantener relaciones sexuales de riesgo, y con la **PEP** (profilaxis postexposición), que es la toma de unos medicamentos durante las 72 horas siguientes a un contacto de riesgo con posible exposición al VIH.

Es importante que los consumidores de drogas utilicen material estéril y eviten compartir los utensilios de preparación y administración de la droga.



Traducción: Quasar Serveis d'Imatge
Ilustraciones: Verónica Monrde