

## VIH

También conocido como virus de inmunodeficiencia humana, VIH/SIDA

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) ataca al sistema inmune, lo que hace más difícil que el cuerpo luche contra las infecciones. El VIH se transmite a través de los fluidos corporales (como son la sangre, el semen, el flujo vaginal y anal) de una persona que tiene VIH con una carga viral detectable, generalmente al mantener relaciones sexuales sin preservativo o al compartir equipos de inyección.

### DATOS BÁSICOS

- El VIH se encuentra en la sangre, el semen, el flujo vaginal, a la mucosidad anal y en la leche materna
- Se puede transmitir durante las relaciones sexuales sin preservativo o cuando se comparten equipos de inyección de drogas
- Algunas personas presentan síntomas parecidos a la gripe como son fiebre, dolor de garganta, hinchazón de glándulas y dolores musculares
- Los tratamientos muy efectivos se encuentran disponibles para mantener una vida saludable en las personas que padecen VIH
- No existe cura para el VIH, pero hay medicamentos para prevenir la infección por VIH para aquellos que son de alto riesgo (PrEP) y medicación para prevenir la infección después de un riesgo (PEP)

### ¿Qué es esto? (What is this?)

EL VIH no es lo mismo que el SIDA. Si no se trata, el VIH puede desembocar en SIDA. Sin embargo, con los tratamientos actuales disponibles y altamente eficaces para el VIH, el SIDA es ahora extremadamente poco común en Australia.

### ¿Cómo se infecta uno? (How do you get it?)

Te puedes infectar con VIH si mantienes relaciones sexuales sin preservativo o compartes equipos de inyección de drogas con alguien que ha dado positivo en la prueba del VIH.

el VIH **puede** contagiarse por:

- Sexo vaginal o anal sin preservativo
- Compartir equipos de inyección de drogas
- Embarazo, alumbramiento o lactancia (si la madre o la progenitora lactante tienen VIH)
- Heridas por pinchazos de agujas (mayoritariamente trabajadores de la salud)

El VIH **raramente** se contagia por:

- sexo vaginal o anal, si se han utilizado preservativos correctamente
- Sexo oral sin preservativo
- Salpicaduras en la piel de fluidos corporales infectados con VIH

**No está documentado** que el VIH se haya contagiado por:

- Besarse o abrazarse
- Un apretón de manos o por contacto social
- Compartir cuchillos y tenedores, tazas o vasos
- Asientos de retrete
- Mosquitos u otros insectos

### ¿Qué síntomas tiene? (What are the symptoms?)

No todo el mundo presenta síntomas cuando se infectan por VIH. Muchos síntomas son parecidos a otras enfermedades, por ello puede ser bastante difícil saber que eres seropositivo.

Estos síntomas pueden incluir:

- Síntomas parecidos a la gripe, como goteo o congestión nasal, dolor de garganta, tos y fiebre
- Cansancio extremo y constante
- Fiebres, escalofríos y sudores nocturnos
- Disminución del apetito y pérdida rápida de peso
- Glándulas inflamadas en el cuello, axila o ingle
- Tos persistente o seca
- Diarrea

Si piensas que has podido estar expuesto al VIH y presentas uno o más síntomas, ve al doctor. Estos síntomas se presentan generalmente entre de unas tres semanas tras la exposición al virus.

### ¿Cómo me hago una prueba? (How do you test for it?)

Un análisis de sangre puede mostrar si te has infectado.

Este análisis, llamado *prueba de anticuerpos VIH*, detecta si tu cuerpo ha producido algún anticuerpo para luchar contra la infección.

Hay un corto período de tiempo entre la exposición al VIH y la capacidad de las pruebas para detectar el virus o sus anticuerpos. Esto se conoce como período silente y son generalmente seis semanas posteriores a la infección. En algunos casos, el período silente puede ser de 2 a 12 semanas posteriores a la infección.

### Resultados de la prueba (Test results)

#### Resultados negativos de la prueba VIH

El resultado negativo de la prueba del virus quiere decir que:

- No estás infectado con VIH
- Te has infectado recientemente (en los últimos 6 meses), pero tu cuerpo no ha producido todavía anticuerpos para luchar contra la infección

En el caso de que tu cuerpo no haya producido anticuerpos todavía, seguramente te encuentres en el período silente y puedes volver a hacerte la prueba de nuevo en unas semanas.

#### Resultados positivos de la prueba VIH

El resultado positivo de la prueba VIH quiere decir que se han detectado anticuerpos VIH y que te has infectado con el virus.

El resultado positivo puede hacerte sentir estresado/a, en shock, enfadado/a, ansioso/a y deprimido/a. Para ayudarte a controlar el estrés, todos los servicios de salud que facilitan la prueba del VIH ofrecen asesoramiento antes y después de la prueba.

Las personas pueden llevar una buena vida con el VIH en Australia. Tenemos acceso a tratamientos de VIH muy eficaces que pueden mejorar radicalmente la calidad y esperanza de vida de las personas que viven con el virus. Disponemos de muchos y diferentes servicios para las personas con VIH.

#### Resultados sin conclusión de la prueba de VIH

A veces, el resultado no es ni positivo ni negativo. Esto se llama *resultados de la prueba VIH sin conclusión*.

Todos aquellos que reciben un resultado sin conclusión, se les vuelve a repetir la prueba. Durante la cita para recibir los resultados, el doctor o enfermero/a organizarán una nueva prueba.

Para las personas que hayan tenido un alto riesgo de exposición reciente, la prueba sin conclusiones, a menudo quiere decir que se encuentran en el período silente de la infección. La repetición de la prueba en unas semanas proporcionará un resultado negativo o positivo.

Para las personas con bajo riesgo de VIH, la prueba sin conclusiones es a menudo un *falso positivo*. Factores como el embarazo, transfusiones de sangre, infecciones virales o enfermedades autoinmunes pueden ser un factor en los resultados sin conclusiones de la prueba.

### ¿Qué tratamiento tiene? (How is it treated?)

El tratamiento VIH son medicamentos que previenen la multiplicación del virus (hacer copias de sí mismo). Esto reduce la cantidad de virus que se encuentran en el cuerpo de una persona. El tratamiento se conoce como *tratamiento antirretroviral*.

El tratamiento antirretroviral ha transformado el VIH en una afección crónica y manejable como la diabetes o la presión arterial alta. El tratamiento ayuda a las personas con el virus a tener una vida larga y saludable.

Puede disminuir la cantidad de virus en el cuerpo de una persona hasta niveles tan bajos que son indetectables, lo que se traduce en que la persona no puede contagiar con VIH a otras.

Al comenzar con el tratamiento lo antes posible después de un diagnóstico positivo por VIH hace que el tratamiento sea más eficaz, protege la salud y bienestar y ayuda a detectar niveles víricos antes.

Ten en cuenta:

- Bajo la legislación australiana y de Victoria, es ilegal discriminar a alguien que tenga VIH. Los resultados de las pruebas son estrictamente confidenciales.
- Es ilegal divulgar cualquier información de personas que se hayan hecho la prueba o de personas con VIH sin su consentimiento expreso.
- En Victoria, la ley establece que una persona no debe consciente ni imprudentemente contagiar a otra con una enfermedad infecciosa, incluyendo en VIH.
- Los seguros de vida y visados para algunos países pueden verse restringidos para aquellas personas que viven con el VIH.

### ¿Hay complicaciones si no se trata? (Are there any complications if not treated?)

Si no se trata, el VIH puede *desembocar* en SIDA.

Sin embargo, con los tratamientos actuales disponibles y altamente eficaces para el VIH, el SIDA es ahora extremadamente poco común en Australia.

### ¿Qué posibilidades hay de que vuelva después del tratamiento? (Is it likely to come back after treatment?)

No existe todavía cura para el VIH, pero el tratamiento diario antirretroviral puede gestionar eficazmente el virus.

### ¿Cómo me puedo proteger? (How can I protect myself?)

Existen muchas formas de protegerte contra el VIH. Tienes que encontrar el método adecuado de prevención, o una combinación de ellos, que funcione para ti y para tus parejas sexuales.

### Preservativos (Condoms)

El uso de preservativos es una de las maneras más fáciles de prevenir la infección por VIH.

Los preservativos están fácilmente disponibles en farmacias, supermercados y clínicas de salud sexual o de planificación familiar. También tienen la ventaja añadida de prevenir otras ITS.

### PrEP

PrEP (profilaxis preexposición) es un medicamento de dosis diaria para personas que no tiene VIH que reduce su riesgo de contagiarse con el virus.



Para saber más acerca de la PrEP consulta **StaySTIFree** ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))

Averigua dónde puedes conseguir PrEP en **PAN** ([pan.org.au](http://pan.org.au))

### PPE (PEP)

PPE (profilaxis post exposición) es otra forma de usar medicación anti-VIH para prevenir el virus. Se toma después de una exposición conocida o sospechada al VIH. La PPE se toma durante 28 días y hay que comenzar en las 72 horas siguientes a la exposición al virus.



Para saber más acerca de la PPE consulta **StaySTIFree** ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))

Consulta dónde puedes conseguir PPE en **Get PEP** ([getpep.info](http://getpep.info))

### Pruebas frecuentes (Regular testing)

Hacerse pruebas frecuentes de VIH y otras ITS puede ayudar a encontrar infecciones más temprano. Esto significa que las infecciones se tratan más temprano y se puede prevenir el contagio a otras personas.



Averigua dónde puedes hacerte la prueba en **StaySTIFree** ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))

### Carga viral no detectable (Undetectable viral load)

Si tienes VIH, puedes proteger a tus parejas al tomar tu medicación de tratamiento antirretroviral todos los días.

El tratamiento puede disminuir la cantidad de virus en el cuerpo de una persona hasta niveles tan bajos que son indetectables, lo que se traduce en que la persona no puede contagiar con VIH a otras.

### ¿Dónde puedo conseguir ayuda? (Where can I get help?)

- Visita un servicio de salud sexual cercano
- Visita a tu doctor local
- Visita tu centro de salud comunitario local

Encuentra servicios de salud sexual en **StaySTIFree** ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))

#### DESCARGO DE RESPONSABILIDAD (DISCLAIMER)

Esta hoja informativa proporciona información sexual general y no tiene intención de reemplazar la necesidad de consultar con tu doctor.

Si tienes alguna duda acerca de tu salud, busca asesoramiento con tu doctor.

Si necesitas atención urgente, acude a tu Servicio de Emergencias más cercano o llama al 000.