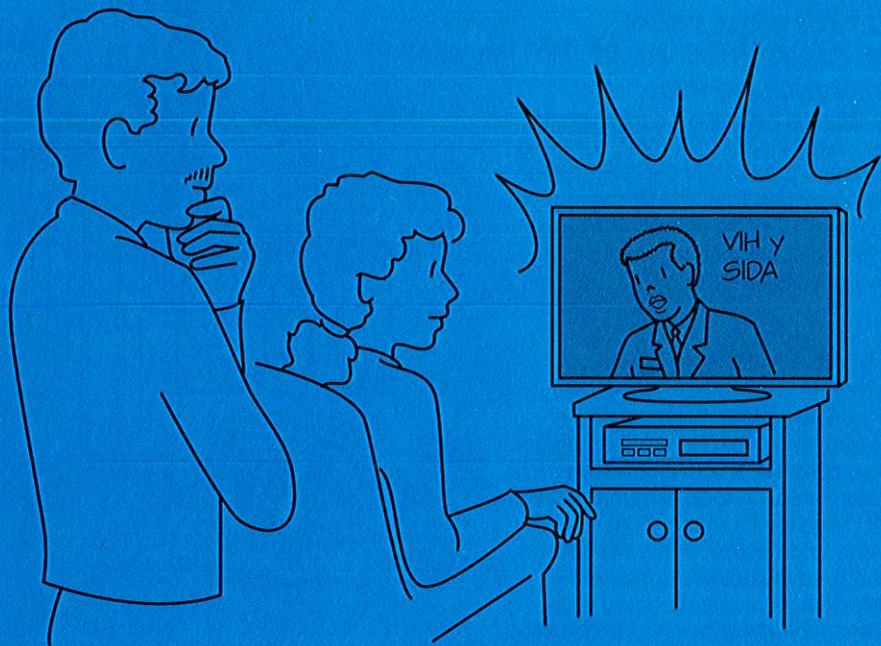


Lo que todos deben saber

SOBRE EL VIH Y EL SIDA



¿QUÉ SON EL VIH Y EL SIDA*?

El SIDA es la última etapa de una infección causada por un virus llamado VIH.

EL VIH DEBILITA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO,

la defensa natural del cuerpo contra la enfermedad. En este momento no hay cura para el VIH. Pero a menudo se puede manejar. El tratamiento temprano y continuo puede ayudar a las personas que tienen el VIH a vivir una vida más larga y sana.

EL SIDA ES LA ETAPA FINAL DEL VIH

—el sistema inmunológico se vuelve muy débil. No puede proteger bien contra la enfermedad. Con tratamiento, no todo el mundo con VIH llega a esta etapa. Pero la mayoría de aquellos que desarrollan el SIDA eventualmente mueren debido a esta enfermedad u otras enfermedades relacionadas con ésta.

*VIH es una sigla que significa virus de inmunodeficiencia humana. SIDA significa síndrome de inmunodeficiencia adquirida.



Por favor lea:

¡Consulte a su profesional de la salud! Este folleto no sustituye el consejo de un profesional de la salud calificado.

2019 Edition

©1997 Channing Bete Company, Inc. Derechos reservados. • Impreso en los EE.UU. • Channing Bete Company, One Community Place, South Deerfield, MA 01373 • Para hacer un nuevo pedido sírvase llamar al (800) 628-7733 o visite www.channing-bete.com y pida el producto número PS14308 • English: What Everyone Should Know About HIV And AIDS

(10-18-AF)
Classic Scriptography®
Lista de precios A

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE SABER SOBRE EL VIH Y EL SIDA?

Porque su conocimiento puede ayudarle a protegerse y a proteger a sus seres queridos del VIH. Es importante:



SABER CÓMO SE CONTAGIA EL VIH

—y cómo no se contagia.

INFORMARSE DE CÓMO EL VIH AFECTA AL CUERPO

—y cómo el tratamiento puede ayudar a las personas con el VIH a llevar una vida sana y activa y reducir el riesgo de contagiar el virus a otros.

HACERSE LA PRUEBA DEL VIH

—la mayoría de los adolescentes y de los adultos deben hacerse la prueba al menos una vez. Hay diferentes pruebas disponibles.



Su conocimiento también puede ayudarle a tratar con comprensión a aquellas personas que tengan el VIH.

Infórmese más...

¿CÓMO SE CONTAGIA EL VIH?

El VIH se contagia por medio del contacto con fluidos corporales—principalmente sangre, semen y flujos vaginales. Este contacto ocurre por lo general:

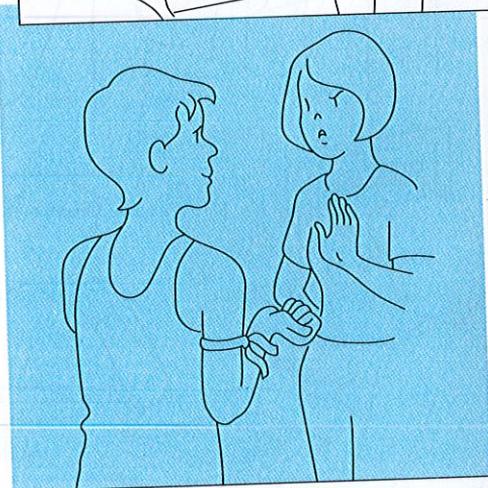
DURANTE LAS RELACIONES SEXUALES POR VÍA VAGINAL, ANAL U ORAL
con una persona que tiene el VIH

AL COMPARTIR UNA AGUJA

o jeringuilla con una persona que tiene el VIH—para inyectarse drogas, hacerse tatuajes, perforarse partes del cuerpo o por cualquier otro motivo

DE UNA MADRE QUE TIENE EL VIH A SU BEBÉ

antes del nacimiento, durante el mismo o al amamantarlo.



EL VIH TAMBIÉN SE PUEDE CONTAGIAR

por medio de sangre donada o productos de sangre. Pero esto es muy improbable ahora porque:

- todos los donantes son examinados cuidadosamente
- la sangre y los productos de sangre de los donantes son examinados antes de ser usados.

EL VIH NO SE CONTAGIA

a través del aire o por actividades casuales, tales como:

SENTARSE AL LADO DE ALGUIEN

en el trabajo, en la escuela, en el autobús o en otra parte

DAR LA MANO, o un abrazo

BESAR SIN TENER CONTACTO CON LA SALIVA

o al dar un beso social
NOTA: Besar puede contagiar otras enfermedades de transmisión sexual*, como el herpes. Para más información, póngase en contacto con los Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades)—vea la página 14.

COMER EN UN RESTAURANTE

o cafetería

USAR BAÑOS,

fuentes para beber o teléfonos

NADAR

en una piscina o darse un baño caliente en una bañera de hidromasaje

DONAR SANGRE

SER PICADO

por mosquitos u otros insectos.



¡No es peligroso tener contacto casual con gente que tiene el VIH o el SIDA!

*Las enfermedades de transmisión sexual también se llaman infecciones de transmisión sexual.

CÓMO AFECTA AL CUERPO EL VIH

EL VIH ENTRA AL CUERPO

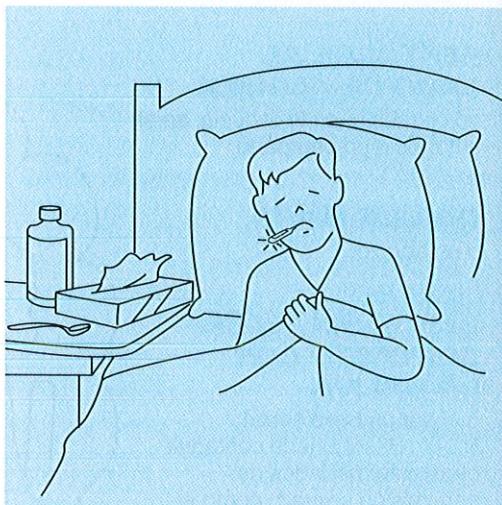
En pocas semanas tras contraer la infección, mucha gente siente como si tuviera gripe. Pero algunas personas no tienen ningún síntoma.

EL SISTEMA INMUNOLÓGICO SE DEFIENDE

Por ejemplo, produce células y proteínas especiales para combatir el VIH. Pero no puede combatirlo del todo.

ES POSIBLE QUE NO HAYA OTROS SÍNTOMAS DEL VIH POR AÑOS

Una persona con el VIH puede parecer y sentirse sana durante este tiempo. Pero el VIH le va dañando el sistema inmunológico.



¡UNA PERSONA QUE PARECE SANA PUEDE TRANSMITIR EL VIH!

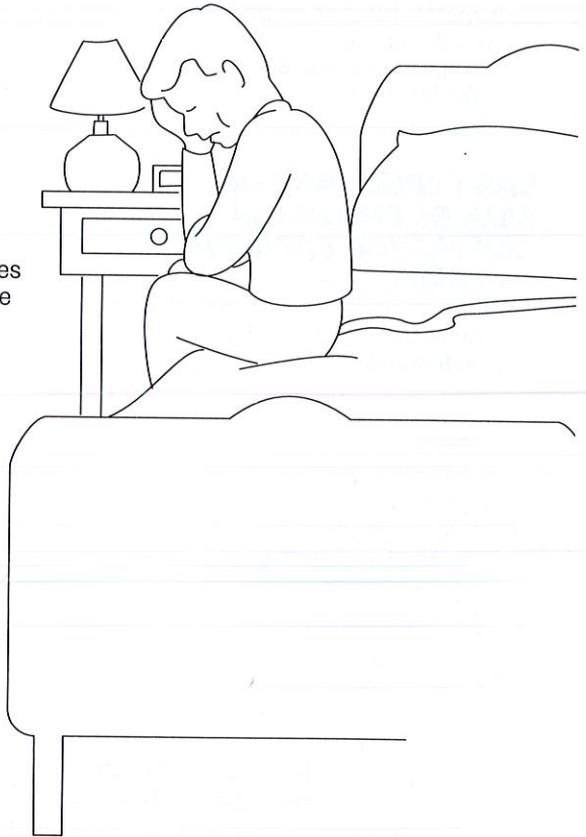
No hace falta que una persona con el VIH parezca o se sienta enferma para poder contagiarle el virus. ¡Pueden pasar muchos años sin que la persona sepa que tiene el virus!

CON EL TIEMPO PUEDEN APARECER OTROS SÍNTOMAS

A medida que se desarrolla el VIH, se pueden percibir síntomas duraderos que incluyen:

- inflamación de las glándulas linfáticas en el cuello, debajo del brazo o en la ingle
- fiebre recurrente, incluyendo sudor durante la noche
- rápida pérdida de peso sin causa aparente
- cansancio constante
- diarrea y menos apetito
- manchas blancas o poco comunes en la boca
- piel escamosa o salpullido
- infecciones vaginales u orales provocadas por hongos, que son frecuentes o difíciles de curar
- enfermedad inflamatoria de la pelvis (EIP) que es difícil de curar.

El VIH también puede dañar el sistema nervioso, causando la pérdida de la memoria a corto plazo, confusión y otros síntomas.

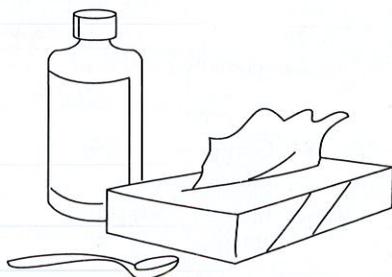


Consulte a un profesional de la salud si tiene alguno de estos síntomas por más de una semana. Estos síntomas pueden deberse a otras enfermedades, pero es importante obtener la opinión de un médico.

EL SIDA ES LA ETAPA FINAL DE LA INFECCIÓN DEL VIH

ES POSIBLE QUE NO SE DESARROLLE EL SIDA

Algunas personas con el VIH puede que nunca desarrollen el SIDA. En general, se requiere que las personas obtengan tratamiento temprano y que lo sigan atentamente. También es posible vivir sin los síntomas del SIDA por 10 años o más tiempo—o mostrar síntomas del SIDA mucho antes.



LAS PERSONAS CON SIDA SE ENFERMAN CON MAYOR FACILIDAD

Esto es debido a que el VIH ha dañado el sistema inmunológico. El cuerpo no puede protegerse de las enfermedades que por lo general son leves o poco comunes.



LAS SEÑALES DEL SIDA INCLUYEN:

- algunas enfermedades y tipos de cáncer; por ejemplo, neumonía *Pneumocystis* y sarcoma de Kaposi
- nivel bajo de ciertas células que combaten enfermedades en el cuerpo.

EL TRATAMIENTO CONTRA EL VIH

Mientras todavía no hay cura, el tratamiento temprano y continuo puede ayudar a las personas con el VIH a vivir una vida más larga y sana. Se pueden dar tratamientos para ayudar a:

COMBATIR EL VIH

y disminuir la cantidad de virus en el cuerpo. Con uso regular, la medicación contra el VIH puede mantener el virus en un nivel indetectable. Esto reduce casi todo riesgo de contagiar sexualmente el VIH a una pareja VIH negativa.



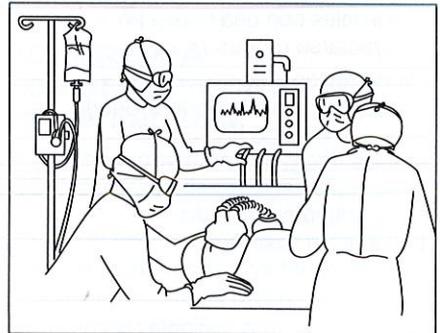
REDUCIR LOS RIESGOS DURANTE EL EMBARAZO

y el parto. El uso regular de la medicación contra el VIH y/o un parto por cesárea planificada pueden ayudar a evitar prevenir la transmisión del VIH de una madre con VIH a su bebé no nacido.

PREVENIR O COMBATIR INFECCIONES, DIVERSOS TIPOS DE CÁNCER Y ENFERMEDADES

que las personas con VIH o SIDA tienen un mayor riesgo de contraer. Los tratamientos pueden incluir:

- medicamentos
- vacunas
- cirugía
- radiación.



Si sospecha que estuvo expuesto al VIH—por ejemplo, a través de las relaciones sexuales (vaginales, anales u orales) o del consumo de drogas—póngase inmediatamente en contacto con su profesional de la salud. Asegúrese de consultar a su profesional de la salud sobre los riesgos y los beneficios de cualquier tratamiento.

¡CUALQUIERA PUEDE CONTRAER EL VIH!

Usted puede contraerlo si se comporta de manera arriesgada—¡aunque sea una vez!

LO QUE CUENTA ES LO QUE HACE

No importa si es joven, viejo, varón, mujer, homosexual, heterosexual o bisexual. Ciertos comportamientos aumentan el riesgo de contraer el VIH, no importa quién sea.

SEPA SI TIENE EL VIH

- La mayoría de los adolescentes y adultos deben hacerse la prueba del VIH al menos una vez.
- Las mujeres deben hacerse una prueba del VIH durante cada embarazo.
- Hágase la prueba al menos una vez al año si hace cosas que lo ponen en mayor riesgo de tener el VIH. (Estas incluyen tener relaciones sexuales con una nueva pareja o inyectarse drogas.)

Un profesional de la salud o consejero del VIH puede ayudarlo a decidir cuándo hacerse la prueba. Pregunte también si necesita hacerse pruebas para otras enfermedades de transmisión sexual.

Hacerse la prueba es muy importante porque muchas personas que tienen el VIH no saben que lo tienen.



LA PRUEBA DEL VIH ES SENCILLA Y SEGURA

BUSQUE UN CENTRO DE EXÁMENES DEL VIH

Puede llamar:

- a un profesional de la salud
- al departamento de salud de su localidad o estado
- a las líneas directas que aparecen en la página 14.

Asegúrese de que le contesten todas sus preguntas antes y después de la prueba.

AVERIGÜE ACERCA DE LAS PRUEBAS ANÓNIMAS

Esto significa que no tiene que dar su nombre: nadie sabrá los resultados excepto usted. Si no se ofrece esta posibilidad, pregunte quién podrá saber sus resultados.

CONSIDERE UNA PRUEBA "RÁPIDA" DEL VIH

La prueba rápida puede darle resultados preliminares durante la misma visita. Asegúrese de conocer sus resultados. Luego, hable sobre ellos con su profesional de la salud o consejero del VIH o enfermedades de transmisión sexual.

También existe un kit para hacer la prueba rápida en el hogar. Asegúrese que el kit que use esté aprobado por la FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos). Para más información, llame a las líneas directas que aparecen en la página 14.

¡No done sangre con el fin de ser examinado!



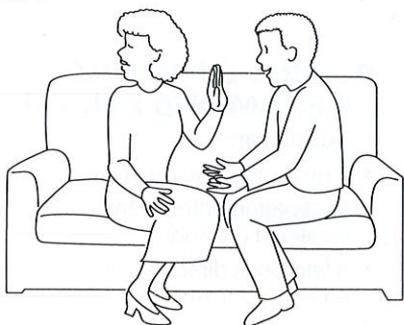
COMPRENDA LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA

- "Positivo" (un resultado positivo confirmado por una segunda prueba) significa que una persona tiene el VIH. No significa necesariamente que ya tenga SIDA o que lo desarrolle pronto.
- "Negativo" significa que la prueba no halló señales del VIH. Pero es posible que se deba hacer otra prueba si la prueba fue realizada poco después de haber corrido algún riesgo. Para el tipo de prueba que detecta anticuerpos del VIH, puede llevarle al cuerpo unas 3 a 12 semanas (o más en algunos casos) crear suficientes anticuerpos para ser detectados.

¡PROTÉJASE DEL VIH!

ES IMPORTANTE SABER QUE LO MÁS SEGURO ES NO TENER RELACIONES SEXUALES

Es la única forma segura de evitar el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual por medio de las relaciones sexuales. También es la única manera segura de evitar un embarazo.



NO MEZCLE EL ALCOHOL U OTRAS DROGAS CON EL SEXO

De ser así es más probable que actúe de manera arriesgada durante la relación sexual.

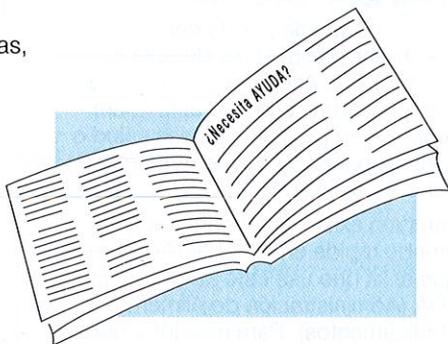
NUNCA COMPARTA AGUJAS O JERINGUILLAS

- Si consume drogas, obtenga ayuda para dejarlas. Póngase en contacto con la SAMHSA National Helpline (Línea Nacional de Ayuda de SAMHSA) llamando al 1-800-662-4357 o en <https://findtreatment.samhsa.gov>.
- Si sigue inyectándose drogas, tome medidas para reducir su riesgo. Jamás comparta el equipo para la droga. Use una aguja y jeringuilla nuevas y esterilizadas todas las veces. Para información sobre intercambio de agujas, póngase en contacto con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (vea la página 14).



PREGUNTE SOBRE EL TRATAMIENTO PrEP PARA EL VIH

El tratamiento llamado PrEP ayuda a proteger a algunas personas en alto riesgo de contagiarse el VIH. Esto incluye a algunas parejas de personas que tienen el VIH y a algunas personas que se inyectan drogas. El tratamiento requiere tomar una pastilla cada día y seguir usando otros métodos de prevención (como los condones). Se necesita una receta para el PrEP.



Si decide tener relaciones sexuales:

USE UN CONDÓN MASCULINO DE LÁTEX

Los condones no hacen que las relaciones sexuales sean 100% seguras*, pero pueden ayudar a reducir el riesgo de contagiarse el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.

Use un condón de látex nuevo correctamente para cada acto sexual, ya sea vaginal, anal u oral.

- Lea atentamente la etiqueta y las instrucciones. Fíjese en la fecha de vencimiento.
- El condón debe ponerse en cuanto el pene esté erecto y antes de cualquier contacto vaginal, anal u oral.
- Use un lubricante a base de agua o de silicona para relaciones vaginales y anales. Nunca use condones con productos a base de aceite, como vaselina o cremas para el cuerpo. Evite también el nonoxynol-9 (N9).

Si no puede usar un condón masculino de látex, infórmese sobre los condones sintéticos para hombres o mujeres. Para más información, póngase en contacto con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (vea la página 14).

*Los condones se pueden salir o romper. Además, algunas enfermedades de transmisión sexual también pueden estar causadas por contacto con zonas infectadas que no están cubiertas por un condón.

LIMITE SUS PAREJAS SEXUALES

Con cuantas más personas tenga relaciones sexuales, mayor será el riesgo de estar expuesto al VIH.

ELIJA COMPORTAMIENTOS CON MENOS RIESGOS

Por ejemplo, el riesgo de contraer el VIH de las relaciones sexuales orales es mucho más bajo que de las relaciones vaginales o anales. (Las relaciones sexuales anales son las que tienen más riesgos. ¡Pero recuerde que ningún tipo de relación sexual está libre de riesgos!)



ALGUNAS PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Puedo contraer el VIH al donar sangre?

No. Los bancos de sangre y los centros de recolección de sangre solamente usan equipo esterilizado. Y las agujas se usan una sola vez y luego se desechan.

¿Dónde puedo conseguir mayor información acerca del VIH y el SIDA?

Póngase en contacto con su profesional de la salud, el departamento de salud de su localidad o estado o la organización de VIH/SIDA local. O póngase en contacto con los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).

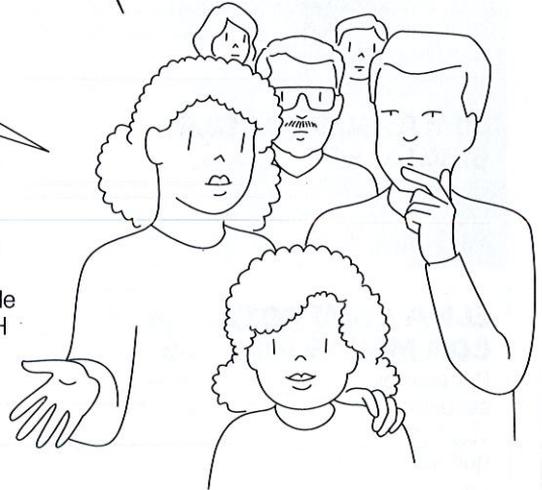
1-800-CDC-INFO
(1-800-232-4636)

1-888-232-6348 (TTY)

www.cdc.gov/hiv/

¿Qué pasa si he podido estar expuesto al VIH recientemente?

Póngase inmediatamente en contacto con su profesional de la salud. Hay medicación que reduce el riesgo de convertirse en VIH positivo si se toma poco después de la exposición. Si se convierte en VIH positivo, el tratamiento temprano y continuo puede ayudar a que siga sintiéndose bien. También puede disminuir el riesgo de contagiar el VIH a los demás.



Así que...

¡COLABORE EN LA LUCHA CONTRA EL VIH!

✓ **COMPRENDA**
cómo se transmite el VIH y
cómo no se transmite.

✓ **NO COMPARTA
AGUJAS O
JERINGUILLAS**
por ninguna razón.

✓ **SEPA QUE NO
TENER RELACIONES
SEXUALES ES LO
ÚNICO SEGURO**
en cuanto a sexo.

✓ **USE SIEMPRE UN
CONDÓN DE LÁTEX**
si decide tener
relaciones sexuales.

✓ **HÁGASE LA
PRUEBA DEL VIH**
—es de rutina.



Comparta lo que haya aprendido sobre el VIH y el SIDA: colabore para destruir falsas creencias.

