

VIH
(virus de la inmunodeficiencia humana)

¿QUÉ ES?

El Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) es un virus que **ataca al sistema inmune**, debilitando las defensas del organismo (destruye un tipo de glóbulo blanco llamado linfocito T CD4+). Esto aumenta el riesgo de contraer otras infecciones y enfermedades.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

A través del **contacto con fluidos corporales (sangre, semen, líquido preseminal, flujo o secreciones vaginales y leche materna)** de una persona con carga detectable del virus, como cuando se mantienen relaciones sexuales sin protección con una persona VIH+ que no está en tratamiento, o cuando se comparten juguetes sexuales contaminados con el virus.

Las personas que tienen múltiples parejas sexuales y mantienen relaciones sexuales sin protección o las personas usuarias de drogas que comparten material de inyección presentan un elevado riesgo de infección.

Hoy día, el VIH, aunque no tiene cura, es una **enfermedad crónica con una expectativa de vida similar a la de la población general gracias al tratamiento antirretroviral**.

¿QUÉ SÍNTOMAS TIENE?

En la mayoría de los casos, cuando se adquiere la infección los síntomas no aparecen, y si aparecen, son inespecíficos, y pueden aparecer y desaparecer en 2-4 semanas:

- Fiebre y escalofríos
- Fatiga y dolor muscular
- Sudoración nocturna
- Ganglios inflamados

La infección por VIH en su etapa inicial puede presentar síntomas similares a los de la gripe

Posteriormente, si la infección no se trata, se convierte en una infección crónica en la que, a menudo, no se producen síntomas, aunque el sistema inmune se va debilitando poco a poco.

Cuando el sistema inmune está gravemente dañado, la infección avanza a estadio sida, que es como se conoce a la última etapa de la infección, produciendo graves complicaciones.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

El diagnóstico suele realizarse en **dos etapas**.

La primera es la **prueba de cribado o prueba rápida**, que puede hacerse mediante una pequeña muestra de sangre obtenida por punción en el dedo o mediante fluido oral. Estas pruebas proporcionan un resultado orientativo en pocos minutos y pueden realizarse en centros de salud, farmacias (autotest), centros comunitarios y ONG.

Los anticuerpos son detectables entre las **2 y las 8 semanas** tras la infección, por lo que un resultado negativo es más fiable cuando han transcurrido **3 meses** desde el contacto de riesgo.

Si el resultado es reactivo, es necesario realizar una **prueba confirmatoria**, que se realiza en un laboratorio a partir de un análisis de sangre. Esta prueba permite confirmar o descartar definitivamente la infección por VIH. Estas pruebas se solicitan desde centros de salud, hospitales y centros especializados en infecciones de transmisión sexual (ITS).

El diagnóstico precoz facilita el acceso al seguimiento sanitario y al tratamiento lo antes posible

¿PUEDO MANTENER RELACIONES SEXUALES?

Se debe evitar mantener relaciones sexuales sin preservativo cuando se está en espera del diagnóstico, y cuando con un diagnóstico positivo aún no se ha iniciado el tratamiento para el VIH y se detecta carga viral en sangre.

Cuando se toma el tratamiento y se mantiene una carga viral indetectable durante al menos 6 meses, no existe posibilidad de transmisión por vía sexual (indetectable = intransmisible), pero es recomendable seguir utilizando preservativo para prevenir otras ITS.

¿SE LO CUENTO A MI(S) PAREJA(S) SEXUAL(ES)?

Sí. Si tienes VIH es esencial que tu/tus parejas sexuales consulten con un profesional sanitario para realizar los controles pertinentes y descartar que hayan podido contraer la infección o, en caso de tenerla, comenzar el tratamiento de manera temprana.

En caso de no haberse infectado, tu/s pareja/s podría ser candidata a entrar en un programa de **profilaxis pre-exposición (PrEP).**

¡PUEDES PREVENIRLO!

- **Utiliza preservativo y otros métodos de barrera durante las relaciones sexuales. Si se comparten juguetes sexuales, es importante desinfectarlos y utilizar distintos preservativos para cada persona.**
- **En los casos en los que esté indicado, una medida de prevención de gran eficacia es la profilaxis pre-exposición al VIH (PrEP), bien en formato oral diario o inyectable de larga duración. Consulta con tu médico al respecto.**
- **En caso de un contacto con riesgo de infección, existe la profilaxis post-exposición (PEP), que se facilita en los Servicios de Urgencias y debe tomarse en las primeras 72 h tras el contacto, e idealmente en las 6 primeras.**

VIH Y EMBARAZO

Se recomienda **realizar la prueba del VIH antes del embarazo o lo antes posible durante la gestación**.

Mantener el tratamiento antirretroviral durante el embarazo y el parto permite reducir al mínimo el riesgo de transmisión al bebé.

Ante la sospecha de VIH u otra ITS, solicita valoración médica.

Si tienes dudas sobre cómo protegerte mejor y tener relaciones sexuales seguras, puedes consultar también con un profesional sanitario

COMPLICACIONES

Con un diagnóstico precoz, seguimiento y la correcta toma del tratamiento, el riesgo de complicaciones se reduce de manera considerable y la esperanza de vida es similar a la de la población general, aunque no se cure la infección.

Sin embargo, sin tratamiento, el VIH puede dañar de manera importante el sistema inmunológico y evolucionar a estadio sida, con mayor riesgo de infecciones graves y de desarrollar algunos tipos de cáncer.

MÁS INFORMACIÓN

https://www.sanidad.gob.es/areas/DCVIHT/ITS/home.htm

https://puntoits.org