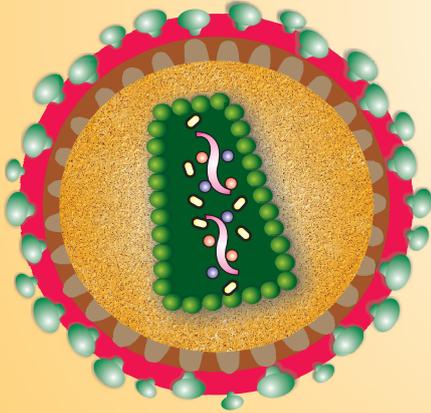


VIH Y SIDA

2. ¿Qué es el VIH?

El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana. Un virus es una pequeña estructura que no se puede ver sin la ayuda de un microscopio. Al igual que otros virus, el VIH debe utilizar células vivas para reproducirse. Cuando una persona está infectada con el VIH, este ataca y debilita el sistema inmunológico. La infección por VIH, si no se trata, alcanzará la fase de SIDA.



Modelo del Virus de la Inmunodeficiencia Humana

3. ¿Qué es el SIDA?

SIDA quiere decir **Síndrome de Inmuno-Deficiencia Adquirida**. Una persona tiene SIDA cuando su sistema inmunitario se vuelve tan débil que ya no puede combatir las infecciones como la neumonía y la tuberculosis. Sin tratamiento, una persona va a llegar a la etapa de SIDA en 3 a 10 años después de la infección, dependiendo de lo fuerte que es su organismo.

5. ¿Cómo se transmite el VIH?

En las personas infectadas por el VIH, el virus se encuentra principalmente en la sangre, semen, fluidos vaginales y leche materna. El VIH ha sido detectado en concentraciones muy bajas en otros fluidos corporales (como la saliva, la orina y las lágrimas), los cuales no se han reportado como causantes de infección.

El VIH se transmite a través de tres fuentes principales: 1) la intimidad sexual con una persona infectada, 2) la introducción en el cuerpo de sangre contaminada por VIH, y 3) la transmisión materno-infantil (infección perinatal y la lactancia).

Esto significa que el VIH puede ser transmitido por:

- Tener relaciones sexuales sin protección con una persona infectada con el VIH.
- Jeringas y agujas contaminadas con VIH
- Instrumentos u objetos para perforar o cortar la piel contaminados con VIH (tatuajes, circuncisión, marcado de la piel, perforación de la oreja, y otros procedimientos).

- Las transfusiones de sangre con sangre infectada, si la sangre no ha sido adecuadamente analizada para el VIH (o extraída durante el período de ventana inmunológica).
- El VIH puede transmitirse de una madre infectada a su hijo durante la última etapa del embarazo, el proceso de parto o la lactancia.
- Fluidos corporales infectados con VIH (principalmente la sangre), que se mete en cortes, heridas abiertas o abrasiones de una persona no infectada.

Si usted sabe que es VIH positivo, no tenga relaciones sexuales sin protección. Evite infectar a otros.



6. ¿Cómo no se transmite el VIH?

Usted no puede contraer el VIH por contacto casual.

Usted no puede contraer el virus a través de:

- Besos secos
- Compartir una cama
- Compartir una comida
- Compartir un vaso de agua
- Estornudar o toser
- Compartir letrinas o inodoros
- Tocar la manija de una puerta
- A través de picaduras de insectos (incluyendo mosquitos)



HAY ESPERANZA PARA AQUELLOS QUE SON HIV POSITIVOS

7. Mitos y leyendas

El SIDA puede ser curado al acostarse con una virgen - FALSO
Ciertos tipos de sangre evitan contraer el VIH - FALSO

8. Prácticas de la Iglesia

Usted no puede infectarse con el VIH por:

- Saludar dándose la mano
- Compartir los símbolos de la Santa Cena
- Abrazar
- Lavado de pies
- El Bautismo

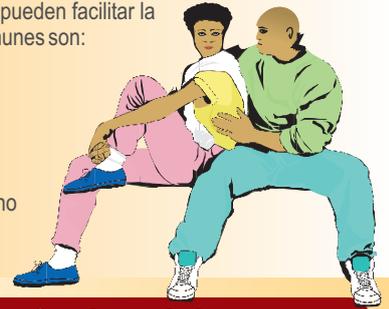
11. Vivir positivamente con el VIH / SIDA - 7 Secretos para una vida sana

1. Comer una dieta balanceada. Una buena nutrición refuerza su sistema inmunológico.
 2. Evitar el cigarrillo y el alcohol.
 3. Mantenerse en forma, hacer mucho ejercicio y aire fresco.
 4. Descansar lo suficiente.
 5. Involucrarse en ayudar a los demás. Esto da un sentido de propósito en su vida.
 6. Encontrar personas con las que pueda compartir sus problemas.
 7. Tener confianza en Dios
- Sea responsable con su comportamiento hacia los demás.

1. ¿Qué son las ITS?

ITS (o ETS) significa Infecciones (o Enfermedades) de Transmisión Sexual. Las ITS son infecciones transmitidas de una persona a otra principalmente durante las relaciones sexuales. Cualquier tipo de sexo puede dar lugar a infecciones de transmisión sexual. Muchas ITS no presentan síntomas. El diagnóstico precoz y el tratamiento de infecciones de transmisión sexual en la pareja puede evitar graves consecuencias en el futuro. Las ITS pueden facilitar la infección por el VIH. Las ITS más comunes son:

- Gonorrea
- Trichomonas
- Herpes genital
- Hepatitis B
- Clamidia
- Virus del Papiloma Humano
- Sífilis
- VIH



4. ¿Cómo funciona el sistema inmunológico del cuerpo?

El sistema inmunológico es nuestro sistema de defensa contra las infecciones y las enfermedades. Está compuesto de millones de glóbulos blancos que combaten las infecciones. El VIH destruye las células blancas de la sangre también conocidas como Linfocitos T-CD4. No somos conscientes de ello, pero nuestro cuerpo está constantemente en alerta para protegernos del contagio. Alguien en la etapa de SIDA es susceptible a las infecciones que habitualmente no causan enfermedades en una persona con un sistema inmunológico saludable. Estas infecciones se denominan Infecciones Oportunistas.

9. Co-infección VIH-TB

La co-infección del VIH y la tuberculosis (TB) está en aumento especialmente en el sur de África. La tuberculosis es una enfermedad transmitida por el aire que es previsible y curable. Si no se sigue correctamente el tratamiento, esto puede conducir a la tuberculosis resistente a múltiples fármacos TB-MDR (multi-droga-resistente). Tuberculosis resistente es la forma más peligrosa de tuberculosis. La TB-MDR es muy difícil de tratar. Para evitar estas formas complicadas de la tuberculosis, es muy importante recibir tratamiento tan pronto como sea posible y seguirlo estrictamente.

- Todas las personas infectadas con el VIH deben hacerse la prueba de la tuberculosis
- Todas las personas infectadas con tuberculosis debe hacerse la prueba del VIH

10. Si alguien fue violada/o ...

¿Qué debe hacerse para minimizar el riesgo de infección por el VIH?

La persona que ha sido violada debe ser llevada tan pronto como sea posible - durante las primeras 72 horas, a un centro médico para recibir Tratamiento Profiláctico Post-Exposición (TPPE), para que se minimicen los riesgos de infección por VIH. Cuanto antes se reciba el TPPE es mejor.



Ministerio Adventista Internacional de Lucha contra el SIDA
www.aidsministry.com

12. Síntomas de la infección por VIH

Una persona puede infectarse con el VIH y no tener síntomas, o puede creer que los síntomas son causados por otra enfermedad. Una prueba de sangre es la única manera eficaz de determinar si una persona tiene el VIH. Posibles señales de alarma de una infección por el VIH pueden incluir, pero no se limitan a:

- Fatiga inexplicable
- Tos seca
- Pérdida de peso inexplicable, falta de apetito
- Fiebre recurrente o sudores nocturnos
- Una capa gruesa y blanquecina en la lengua o la boca
- Repetidas infecciones vulvo-vaginales por hongos
- Ganglios linfáticos inflamados en el cuello, las axilas y/o en la ingle
- Diarrea persistente (que dura más de una semana)
- Manchas inusuales en la piel
- Depresión, pérdida de memoria y problemas neurológicos



En muchos casos, las personas infectadas con VIH no presentan síntomas, pero sí pueden transmitir el virus a otros.

14. Prueba del VIH

Una sesión de consejería siempre debe preceder a la prueba del VIH. No importa cuál sea el resultado, otra sesión de consejería se debe hacer después de la prueba se lleva a cabo. Una sesión de consejería después de una prueba con un resultado negativo podría significar para la persona poder quedarse negativo(a) para el resto de su vida. El asesoramiento a las personas infectadas por el VIH puede significar la diferencia entre esperanza y desesperación.

GIVEN THE MAGNITUDE OF THE HIV EPIDEMIC, IT IS VERY IMPORTANT THAT EVERYBODY GETS COUNSELING AND TESTING FOR HIV!!!

KNOW YOUR STATUS

17. Prevención de la infección por el VIH

La infección por el VIH se puede prevenir evitando el contacto sexual antes del matrimonio (abstinencia) y manteniendo una relación monógama y fiel con una persona no infectada en el marco del matrimonio (fidelidad).

Los preservativos se utilizan para la planificación familiar y la prevención de enfermedades. Los preservativos deben ser utilizados por las parejas casadas si uno o ambos cónyuges están infectados por el VIH (o cualquier otra ITS) para prevenir la infección de la pareja no infectada. Por lo tanto, los preservativos deben ser utilizados por las parejas sero-discordantes (una pareja con relación sexual a largo plazo en la que uno tiene una infección de transmisión sexual y el otro no). Cuando ambas personas están infectadas por el VIH, los preservativos ayudan a prevenir la re-infección.

Si la abstinencia y la fidelidad no se practican, la persona debe ser informada de que el uso correcto del preservativo reduce el riesgo de transmisión del VIH en

un 85 al 95%. El VIH no pasa a través de un preservativo de látex, las principales razones para el riesgo de ruptura de un preservativo, son el uso incorrecto de los mismos y los lubricantes a base de aceite, que debilitan el látex.

Haciendo un examen adecuado de la sangre y de los productos sanguíneos, y evitando el uso de agujas no esterilizadas para las inyecciones, reduce el riesgo de transmisión del VIH en el ámbito clínico.

Los estudios de investigación indican que la circuncisión masculina reduce el riesgo de transmisión del VIH en un 60%. Se debe tener en cuenta, que el procedimiento para la "circuncisión" femenina también conocido como la mutilación genital femenina, aumenta el riesgo de contraer el VIH en las mujeres y en las niñas.

El consumo de alcohol está directamente relacionado con el aumento de los comportamientos de riesgo que pueden conducir a la infección por VIH. El alcohol suprime el sistema inmunológico.

19. El tratamiento del VIH-SIDA



En la actualidad, no existe una cura o vacuna para la infección por el VIH. Sin embargo, los avances en las terapias de combinación de fármacos han contribuido a reducir el número de personas con VIH que desarrollan enfermedades graves y mueren de SIDA. Es muy importante preparar al paciente antes de iniciar el tratamiento. En 1995, el tratamiento con una combinación de fármacos conocidos como HAART (Highly Active Anti Retroviral Therapy) o en español TARGA (Terapia Anti-Retroviral de Gran Actividad) fue introducido en el mercado. Este tratamiento tiene como objetivo impedir casi totalmente la reproducción del VIH. La supresión del VIH a niveles casi indetectables es posible en general si el paciente cumple estrictamente con el tratamiento. Las infecciones oportunistas pueden ser tratadas hasta cierto punto con una variedad de medicamentos.

20. La adherencia al tratamiento

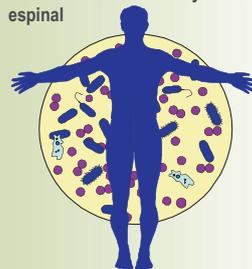
SIEMPRE consulte con su proveedor de servicios médicos. La adherencia al tratamiento significa tomar los medicamentos según las instrucciones.

NUNCA se debe suspender un tratamiento anti-retro viral por cuenta propia, aunque el paciente se sienta mejor.

13. ¿Qué son las infecciones oportunistas?

Las infecciones oportunistas son infecciones que no harían mucho daño a una persona sana, pero pueden ser fatales para una persona con SIDA. Las infecciones oportunistas pueden incluir:

- **Candidiasis** (bucal y vulvo-vaginal)
- **Enfermedades de la Piel**
 - Erupciones en la piel
 - Llagas
 - Herpes oro-genital
 - Herpes zoster (culebrilla)
- **Infecciones pulmonares**
 - Neumonía
 - Tuberculosis pulmonar
- **Diarrea**
- **Cánceres**
 - Sarcoma de Kaposi
 - Linfoma no-Hodgkin
- **Síndrome de desgaste**
- **Infecciones del cerebro y de la médula espinal**



SI SU RESULTADO ES POSITIVO significa que usted está infectado con el virus y su organismo ha producido anticuerpos contra el VIH. Mismo si usted se siente completamente bien, usted puede infectar a otros. Los resultados positivos necesitan ser re-confirmados inmediatamente después del primer análisis.



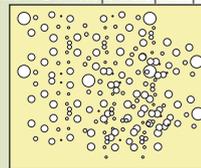
SI SU RESULTADO ES NEGATIVO puede significar dos cosas:
1) Que usted no está infectado con VIH, o
2) Usted está infectado, pero su organismo no ha producido todavía suficientes anticuerpos contra el VIH para que su análisis sea positivo.

16. El período de ventana

Es el tiempo que transcurre entre el primer contacto del organismo con el VIH y el momento en que los anticuerpos pueden ser detectados por las pruebas de laboratorio. Por lo general, dura de 3 a 6 meses. Esto significa, que una persona que sospecha que fue expuesto(a) al VIH y obtiene un resultado negativo, debe analizarse de nuevo seis meses más tarde, suponiendo que él o ella no se expuso de nuevo al VIH durante ese período.

18. Recuento de CD4 y de la Carga Viral.

El recuento **CD4** mide el número de células T-CD4 en cada milímetro cúbico de sangre. Un recuento normal en un adulto sano, VIH-negativo puede variar, pero en general suele estar entre 500 y 1.500 células/mm³. El recuento de células CD4 es la prueba principal que utilizan los médicos para controlar el sistema inmunitario. La mayoría de las personas con VIH, encuentran después de un tiempo que el recuento de células CD4 disminuye, aunque también puede haber largos períodos en los que se mantiene estable. Si disminuye por debajo de ciertos niveles, significa que usted está a riesgo de contraer infecciones oportunistas, para lo que se le puede ofrecer tratamientos para tratar de evitarlas. La supervisión de su recuento de CD4 le ayudará a su médico a decidir si debe empezar el tratamiento contra el VIH, para tratar de evitar cualquier daño adicional a su sistema inmunológico. Hoy en día, un recuento de CD4 de 300 a 350 es indicativo de la necesidad de iniciar un programa de tratamiento para la infección por VIH.



La **carga viral** es la cantidad de virus circulando en la sangre. Más virus, significa más riesgo de perder células CD4, y más riesgo de desarrollar otras enfermedades en el futuro.

21. Cuidar a alguien con SIDA

MUY IMPORTANTE!

Si usted está cuidando a alguien con SIDA, evitar todo contacto con los fluidos del cuerpo. Protéjase usando guantes. Recuerde que si usted no usa guantes limpios, puede transmitir los gérmenes de su piel a los pacientes.

Para más información póngase en contacto con su Centro de Servicio a la Comunidad.

“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”

Filipenses 4:13



Ministerio Adventista Internacional de Lucha contra el SIDA
www.aidsministry.com

Cada día de Cada semana de Cada mes de Cada año

Autores: Dr. Oscar A. Giordano, MD., MPH.; Dr. Eugenia Giordano, MD., MPH.
Consultantes: Courtenay Harebottle, Alex Llaguno MD, Fesha Tsegay, MD., MPH.
Trabajo Artístico: Michael Hank Impresión: Carmel Litho

DECLARACION DE RESPONSABILIDAD: El contenido provisto en esta hoja laminada es estrictamente diseñado para que usted encuentre información útil acerca del VIH/SIDA. Ninguna información contenida en esta hoja laminada constituye consejo médico. Solo un profesional médico que lo haya examinado a usted, puede proveerle consejo médico. Ninguno de los contribuyentes para esta hoja laminada, incluso aquellos que son médicos, están dándole consejo médico. Por favor, revise junto a su médico cualquier información contenida en esta hoja laminada, para obtener calificado consejo profesional. AIM declina cualquier responsabilidad debida al uso de este material.

Un Servicio a la Comunidad de la Iglesia Adventista del Séptimo día.