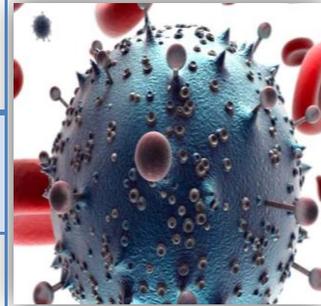


Generalidades sobre VIH/SIDA

➤ ¿Qué es el VIH/SIDA?

Las siglas del Virus de Inmunodeficiencia Humana del VIH se refieren a lo siguiente:

V	Virus	Organismo que se reproduce invadiendo las células del cuerpo.
I	(de la) Inmunodeficiencia	Causa el debilitamiento del sistema de defensas del cuerpo.
H	Humana	Afecta únicamente a los seres humanos.



La característica del VIH es que daña las células del sistema inmunológico y se localiza en la sangre, líquidos sexuales y leche materna con la capacidad de transmitirse; cuando el virus entra a las células de defensa humanas, lo hace para replicarse y así destruirlas. Una vez que el cuerpo queda sin defensas, tendrá dificultades para luchar contra infecciones y ciertas clases de cáncer; además de que, el VIH podrá evolucionar a SIDA.¹ Al cabo de pocas semanas de la infección por el VIH, pueden aparecer o no síntomas como fiebre, dolor de garganta y fatiga; más adelante la enfermedad suele ser asintomática hasta que se convierta en SIDA.

S	Síndrome	Conjunto de signos y síntomas
I	de Inmuno	Debilitamiento importante del sistema de .defensa del cuerpo.
D	Deficiencia	
A	Adquirida	No es hereditaria.

El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) se considera la etapa más avanzada de infección por el VIH; está relacionado con el VIH, pero no es lo mismo. Una persona tiene SIDA solamente en las últimas etapas del VIH; después de que el sistema inmunológico se vuelve incapaz de defenderse contra invasores como bacterias, virus y hongos, permitiendo el desarrollo de algunos tipos de cáncer.² La característica principal del sida es la manifestación clínica; es decir, los signos y síntomas de las infecciones oportunistas como el sarcoma de

Kaposi, manifestaciones neurológicas, gastroenterocolitis, hepatitis vírica, candidiasis, neumonía por *Pneumocystis carinii*, retinitis por citomegalovirus, diversas enfermedades y complicaciones bucales, cambios en la masa ósea y mayor riesgo de desarrollar osteopatías y cáncer del cuello uterino.

En muchos casos, el tratamiento del VIH resulta fundamental para el tratamiento eficaz de las infecciones oportunistas ya que al recuperar la función inmunitaria suele reducir significativamente el riesgo de padecer una enfermedad oportunista, las cuales se llegan a presentar cuando el nivel de células de defensa es muy bajo y el número de virus circulando en la sangre (carga viral) es muy alto. Al carecer de tratamiento antirretroviral, la aparición de los síntomas se da entre los 3 y los 5 años después de que fue adquirida la infección.²

El tratamiento antirretroviral (ARV) ha logrado que la calidad en la salud de personas que viven con el virus mejore y se prolongue por más de 20 años; además de retrasar, cada vez más, la llegada a la etapa de sida en la infección por VIH. En la actualidad, la administración adecuada del tratamiento ARV, aunado al tratamiento de enfermedades asociadas, apoyo nutricional y psicosocial, produce que el número de células de defensa se eleve de nuevo y alcance los mismos niveles que tienen personas sin VIH. En esos casos el número de virus en la sangre llega al nivel mínimo de nuevo imposibilitando su detección en el laboratorio, en este punto; se considera que la persona pudo superar la fase temporal de sida y podrá disfrutar, de nuevo, de una buena calidad de vida.

➤ **¿Cómo se transmite?**

Una característica del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) es que al ser un virus, necesita de un organismo vivo para poder sobrevivir, y lo hace en los linfocitos (defensas) del ser humano³. El virus se transmite por:

- Vía sexual: por el contacto sexual con una persona que vive con VIH, ya sea de forma oral, vaginal o anal, cuando hay intercambios con fluidos corporales tales como semen, líquido preeyaculatorio, fluidos vaginales y menstruales.

- Vía sanguínea: a través de la sangre, como puede ser una transfusión o al compartir una misma aguja (como el uso de drogas intravenosas o al realizarse un tatuaje).
- Vía perinatal o vertical: la transmite la madre portadora al bebé, en cualquier momento del embarazo, en el parto y con leche infectada al amamantarlo.
-

Los 4 fluidos corporales que transmiten el VIH son:	Las 6 entradas para recibir una infección de VIH son:
<ul style="list-style-type: none"> • Sangre. • Líquido preeyaculatorio. • Semen. • Flujo vaginal. • Leche materna. 	<ul style="list-style-type: none"> • El ano. • La vagina. • El pene. • La boca. • Los ojos. • Una cortada o herida de la piel.

➤ **¿Cómo no se transmite?**

No hay transmisión cuando se tiene contacto casual con personas que viven con VIH o con SIDA, y ese tipo de contacto hace referencia a todo tipo de acercamiento cotidiano: saludo de mano, besos y abrazos, compartir alimentos o utensilios domésticos como los de cocina o teléfonos, ropa o sanitarios y albercas. Tampoco se da la transmisión del VIH al compartir el mismo sitio de trabajo, estudio o transporte; los piquetes de mosquitos no provocan la transmisión, como tampoco lo hace el contacto con saliva (salpicaduras por tos o estornudos), con lágrimas, sudor o cualquier fluido corporal que no sea los líquidos infectantes ya mencionados.

No se transmite por:

- Besos.
- Saludar de mano.
- Sudor.
- Compartir utensilios de cocina.

- Dormir con una persona que vive con VIH sin tener relaciones sexuales.
- Lágrimas.
- Insectos.
- Animales.
- En los autobuses.
- En los baños.
- En la escuela.
- En el trabajo.
- En albercas.

➤ **Medidas de prevención**

Para prevenir el riesgo de **transmisión por vía sexual** se sugiere:

1. Abstinencia sexual; aunque, como cualquier otra decisión, puede cambiar y abandonarse en cualquier momento, por lo que se sugiere estar informado de otras medidas preventivas con el objetivo de estar preparados para cuando se decida realizar algún cambio en la práctica sexual.
2. Mantener una pareja sexual única; reduce las probabilidades de transmisión, así como el mantener una comunicación honesta, plena de confianza y asegurando que ambos no se encuentren viviendo con VIH.
3. Usar correctamente el condón masculino de látex y/o el condón femenino de poliuretano, en todas las relaciones sexuales con penetración o sin ésta, cuando exista la posibilidad de contacto con fluidos corporales.
4. Sexo seguro; es decir, prácticas sexuales sin penetración, con el fin de que no haya riesgo de contacto entre líquidos infectantes y mucosas de otra persona. Tales prácticas pueden ser: besos, caricias, abrazos, autoerotismo (masturbación), estimulación mutua, masajes y frotamiento.
5. Sexo protegido; se refiere al uso correcto de barreras plásticas o de látex y de condones para cualquier tipo de actividad sexual donde exista la posibilidad de contacto entre líquidos infectantes con mucosas.

Para prevenir el riesgo de **transmisión por vía sanguínea** se sugiere:

1. Exigir sangre segura para las transfusiones; la cual debe ser analizada previamente, y contar con una etiqueta verde que indica ausencia de infección por VIH.

2. Debe ser analizado previamente cualquier órgano para ser trasplantado, tanto en el receptor como en el donante.
3. Utilizar agujas y jeringas desechables. Los usuarios de drogas inyectables tienen algunas opciones como: dejar de inyectarse, usar agujas nuevas, usar agujas limpias esterilizadas y no compartir jeringas.

El sistema nacional de salud, recomienda con el fin de prevenir el riesgo de **transmisión por vía perinatal o vertical** lo siguiente:

1. Ofrecer la prueba de detección de VIH a todas las personas, con especial énfasis en todas las mujeres embarazadas para prevenir la infección⁴.
2. Durante el embarazo, la mujer que vive con VIH debe asistir a sus consultas prenatales, alimentarse adecuadamente y dormir bien; así como, la administración de tratamiento antirretroviral, con lo cual se ha logrado reducir la transmisión de la madre al producto en más del 98% de los casos.
3. El VIH puede ser transmitido durante la lactancia materna, por lo que se recomienda evitarla por completo o, en el caso de que no se pueda garantizar que se va a tener fórmula para los seis meses o acceso a agua potable, amamantar cuando la mujer está tomando el tratamiento antirretroviral⁵.

Referencias:

¹ InfoSIDA [en línea]. VIH/SIDA: conceptos básicos, 2015. [Fecha de consulta: 11 agosto 2015]. Disponible en: <https://infosida.nih.gov/education-materials/fact-sheets/19/45/vih-sida--conceptos-basicos#>

² ACNUR/ONUSIDA (2011). Conocimientos básicos sobre la infección por VIH. Panamá: ONUSIDA.

³ CENSIDA (2008). *Manual para la prevención del VIH/SIDA en usuarios de drogas inyectadas*. México: Secretaría de Salud.

⁴ Norma Oficial Mexicana NOM-010-SSA2-2010, Para la Prevención y el Control de la Infección por Virus de la Inmunodeficiencia Humana. (Publicado en el *Diario Oficial de la Federación* el 20 de octubre del 2010).

⁵ Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2015). *Embarazo y VIH. Sí se puede*. México: CNDH.

ONUSIDA. Informe sobre la epidemia mundial de SIDA, 2008. (http://www.censida.salud.gob.mx/descargas/cifras_mundo/informe_epidemia2008.pdf, consultado el 22 de agosto de 2016).