

AHFERRÁTE A LA VIDA+: Generalidades de VIH y 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 principal característica del VIH es que daña las células del sistema inmunológico y se localiza en la sangre, fluidos sexuales y leche materna con la capacidad de transmitirse; cuando el virus entra en las células de defensa humanas, lo hace para replicarse y así destruirlas. Una vez que el cuerpo haya quedado 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 virus, pueden aparecer, o no, síntomas como fiebre, dolor de garganta, sudoración excesiva, diarrea, dolor articular, trastornos bucales, infecciones por herpes, pérdida de peso y fatiga; más adelante la enfermedad se vuelve asintomática y se convierte 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, y aunque mantienen una estrecha relación, no son lo mismo. Una persona desarrolla el Síndrome solamente en las últimas etapas del VIH cuando el sistema inmunológico se vuelve incapaz de defenderse contra invasores como bacterias, virus y hongos, permitiendo el desarrollo de algunos tipos de cáncer.² Su principal característica 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 jirovecii*, retinitis por citomegalovirus, diversas enfermedades y complicaciones bucales, cambios en la masa ósea y mayor riesgo de desarrollar osteopatías y cáncer del cuello uterino.

Los medicamentos antirretrovirales resultan fundamentales para el tratamiento eficaz del VIH y el SIDA ya que vuelven más lenta su evolución y evitan la multiplicación del virus, en consecuencia, disminuye la cantidad de éste presente en la sangre, la carga viral. Esto 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. El tiempo de aparición del SIDA en una persona afectada por el virus varía; por lo general sin tratamiento de antirretroviricos los signos se presentan al en un lapso de 5 a 10 años. El tiempo que transcurre entre la infección

por VIH y el diagnóstico del SIDA puede variar entre 10 y 15 años o a veces más.³

El tratamiento antirretroviral (ARV) ha logrado que la calidad en la salud de personas que afectadas 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 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 humano⁴. El virus se transmite por:

- **Vía sexual:** contacto sexual sin protección con una persona con VIH, ya sea de forma oral, vaginal o anal, cuando hay intercambios con fluidos corporales tales como semen, líquido preeyaculatorio, así como fluidos vaginales y menstruales.
- **Vía sanguínea:** a través de una transfusión con sangre contaminada o al compartir una misma aguja (como el uso de drogas intravenosas o al realizarse un tatuaje sin material esterilizado o nuevo).

- **Vía perinatal o vertical:** la transmite la madre portadora al bebé, en cualquier momento del embarazo, en el parto o al amamantarlo.

| Los 5 fluidos corporales que transmiten el VIH son: |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Sangre.• Líquido preeyaculatorio.• Semen.• Flujo vaginal.• Leche materna. |

| Las 6 entradas para recibir una infección de VIH son: |
|---|
| <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 tienen VIH o SIDA; este tipo de contacto hace referencia a cualquier 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, tos o estornudos), lágrimas, sudor o cualquier fluido corporal que no sean los fluidos antes mencionados.

No se transmite por:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Besos.▪ Saludar de mano.▪ Sudor.▪ Compartir utensilios de cocina.▪ Dormir con una persona que tiene | <ul style="list-style-type: none">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:** si esta decisión se abandona, 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. **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.
4. **Sexo protegido:** usar correctamente el condón masculino de látex y/o el femenino de poliuretano en todas las relaciones sexuales con penetración o sin ésta, cuando exista la posibilidad de contacto con fluidos corporales.

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. ⁵

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 infección. ⁶
2. Durante el embarazo, la mujer que vive con VIH debe asistir a sus consultas prenatales, alimentarse adecuadamente y dormir bien; tomar tratamiento antirretroviral, con lo cual se ha logrado reducir la transmisión de la madre al bebé 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, y usar sustituto de leche materna

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 OMS (2015). Preguntas y respuestas sobre el VIH/sida. (Fecha de consulta: 5 de septiembre 2016). Disponible en:
www.who.int/topics/hiv_aids/es/
 - 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 CENSIDA (2008). Manual para la prevención del VIH/SIDA en usuarios de drogas inyectadas. México: Secretaría de Salud.
 - 6 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).