



Puntos básicos del VIH

VIH – Preguntas y respuestas

¿Sabes cómo protegerte del VIH y el SIDA?

Aprende qué puedes hacer para mantenerte saludable y detener el contagio del VIH.

¿Qué son el VIH y el SIDA?

- El VIH es el virus que causa el SIDA.
- El SIDA es una enfermedad del VIH en etapa avanzada con daños severos al sistema inmunológico.

¿Toda persona que tiene VIH siempre tiene SIDA?

- No. Las personas pueden vivir muchos años con VIH sin tener SIDA, especialmente si reciben tratamiento.
- A veces, las personas tienen VIH por años y no muestran indicios ni síntomas.

¿Existe una cura?

- No hay una cura para el VIH o el SIDA, pero existen varios tratamientos eficaces para la infección del VIH.
- Las personas con VIH pueden obtener atención médica gratis o a bajo costo para ayudarles a tener vidas largas y saludables.

¿Cómo se contagia el VIH?

- A través de la sangre, el semen, los fluidos vaginales y la leche materna.
- Teniendo sexo vaginal o anal sin usar un condón.
- Compartiendo agujas y equipo para inyectarse cuando te inyectas drogas.
- Por contacto con la sangre de otra persona.
- Las mujeres pueden transmitir VIH a sus bebés antes del parto, durante el parto o al darle leche materna.

¿Puede el VIH ser transmitido de otras maneras?

- No puedes contagiarte de VIH a través del contacto casual como un abrazo, un apretón de manos o al compartir un vaso con alguien que tiene el virus.
- No puedes contagiarte de VIH a través de la tos o un estornudo.
- El VIH a veces puede ser transmitido a través del sexo oral, pero el riesgo es bajo.

¿Hay una conexión entre el VIH y otras enfermedades?

- Sí. Tener sexo sin usar un condón te puede poner en riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual como la gonorrea, la sífilis, la clamidia, el herpes y las verrugas genitales.
- Las personas que tienen una enfermedad de transmisión sexual pueden contagiarse de VIH y transmitirlo mucho más fácilmente.
- El contacto con la sangre de otra persona también puede propagar la hepatitis B o C.

¿Estoy en riesgo?

- Cada vez que tienes sexo con un hombre o una mujer o compartes agujas puedes estar en riesgo de contraer o transmitir VIH.
- Tu riesgo aumenta cada vez que asumes estas conductas.
- Tu riesgo aumenta si tu pareja tiene sexo o comparte agujas con otras personas.

¿Cómo puedo reducir mi riesgo de contraer VIH?

Estas son 3 maneras de reducir tu riesgo:

- Usa condones cada vez que tengas sexo.
- Puedes tener sexo oral en vez de sexo anal o vaginal.
- Reduce el número de personas con las que tienes sexo.

Estas son otras cosas que también puedes hacer:

- Conoce si tú o tu pareja tienen VIH o una ETS y el nivel de riesgo de ambos. Esto puede ayudarte a tomar decisiones inteligentes sobre el sexo con tu pareja.
- Si tu pareja tiene VIH, haz lo más que puedas para ayudarla a recibir tratamiento y mantenerse saludable.



Massachusetts Department of Public Health
Office of HIV/AIDS
www.mass.gov/dph/aids



Si te inyectas drogas, las siguientes medidas tal vez puedan reducir tu riesgo:

- Usa agujas y jeringas estériles nuevas cada vez que te inyectes drogas. Puedes conseguir agujas estériles en varias farmacias en Massachusetts, o a través de programas de intercambio de agujas.
- No compartas agujas, algodones, calentadores, ni demás equipos.
- Si tienes que compartir hazlo con la menor cantidad de personas posibles y limpia todo después de cada uso. **Nota:** usar lejía (cloro) para lavar reduce el riesgo de VIH, pero no reduce el riesgo de contraer hepatitis C.
- Para lavar las agujas y jeringas antes de cada uso, primero enjuágalas tres veces con agua. Después llénalas con lejía y muévelas por dos minutos, deshecha la lejía y repite el proceso dos veces más con lejía nueva. Termina enjuagándolas con agua tres veces.



¿Qué debo saber sobre el VIH si estoy embarazada o pienso quedar embarazada?

- Las mujeres con VIH pueden transmitir el virus a sus bebés antes del parto, durante el parto y al darle leche materna.
- Conoce si tienes VIH. Si estás en riesgo, tal vez debas hacerte la prueba más de una vez durante el embarazo.
- Si eres VIH-positiva y estás embarazada, puedes tomar ciertos medicamentos para reducir el riesgo de transmitir VIH a tu bebé. La mayoría de los bebés nacidos de mujeres que han recibido tratamiento no contraen VIH.
- Dale leche de fórmula en biberón a tu bebé en vez de darle el pecho para evitar transmitirle VIH.

¿Por qué debo hacerme la prueba?

- La prueba es la única manera de saber si tienes VIH.
- Todo lugar de pruebas puede indicarte dónde puedes recibir atención médica y servicios de apoyo para ayudarte a mantenerte saludable.
- Ya que las personas pueden transmitir VIH aun si no tienen síntomas, conocer si eres portador(a) del virus puede ayudarte a evitar transmitir VIH a tu pareja.



¿Dónde puedo hacerme la prueba de VIH?

- A través de tu doctor o proveedor médico.
- A través de uno de los programas de prueba de VIH en el estado de Massachusetts. Puedes encontrarlos en www.mass.gov/dph/aids/resources.



¿Qué más debo saber sobre la prueba de VIH?

- Nadie puede obligarte a hacerte la prueba, y tienes que dar tu consentimiento antes de que te la hagan.
- Hay diferentes pruebas. Tu doctor o proveedor médico puede informarte más acerca de la(s) prueba(s) que utiliza y cuándo estarán listos los resultados.
- Te pueden preguntar acerca de la última vez que tuviste sexo sin condón o compartiste una aguja. Esto se debe a que algunas pruebas pueden detectar VIH al poco tiempo que una persona ha sido infectada, mientras que otras pruebas no.
- También te pueden ofrecer pruebas para la hepatitis, sífilis, clamidia y gonorrea. Esto se debe a que estas infecciones se contagian de la misma manera que el VIH.