

Original link: http://www.acog.org/For_Patients/Search_Patient_Education_Pamphlets_-_Spanish/Files/El_VIH_y_las_mujeres

SP082, August 2008

ACOG publications are protected by copyright and all rights are reserved. ACOG publications may not be reproduced in any form or by any means without written permission from the copyright owner. This includes the posting of electronic files on the Internet, transferring electronic files to other persons, distributing printed output, and photocopying. Requests for authorization to make photocopies should be directed to: Copyright Clearing Center, 222 Rosewood Drive, Danvers, MA 01923 (978) 750-8400.

El VIH y las mujeres



El **virus de inmunodeficiencia humana (VIH)** causa el **síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA)**. Muchas personas piensan que el SIDA es una enfermedad que afecta únicamente a hombres homosexuales (gay) y drogadictos que usan drogas por vía intravenosa (IV). Pero eso no es verdad. Actualmente la tasa de infección por el VIH aumenta con más rapidez entre las mujeres heterosexuales. La infección por el VIH es la quinta causa principal de muerte entre las mujeres de 19 a 39 años de edad. Este folleto explica:

- Cómo reducir su riesgo de contraer o transmitir el VIH
- Cómo determinar si tiene la infección
- Cómo el VIH puede afectar su embarazo

La infección por el VIH no es una enfermedad que contraen sólo “otras personas”. Toda mujer debe saber cómo protegerse a sí misma, a su pareja y a los hijos que decida tener.

El VIH y el SIDA

Cómo ocurre la infección

El virus del VIH ingresa en el torrente sanguíneo por medio de líquidos corporales; en la mayoría de los casos sangre o semen. Una vez que está en la sangre, el virus invade y mata las células del **sistema inmunitario**. Estas células son glóbulos blancos de la sangre denominados células CD4 y, cuando se destruyen, el cuerpo tiene menor capacidad para combatir las enfermedades. A menudo, el número de estos glóbulos blancos se reduce en los pacientes en etapas avanzadas de la infección por el VIH.

Cómo se propaga la infección

La infección por el VIH se propaga mediante el contacto con algunos tipos de líquidos corporales de una persona ya infectada, lo que puede suceder durante el contacto sexual o al compartir las agujas que se usan para inyectar drogas. Una mujer embarazada infectada puede transmitirle el virus a su bebé. Las mujeres infectadas por el VIH que amamantan también pueden transmitir el virus a sus bebés. Una vez que la persona contrae la infección, siempre portará el virus y podrá contagiarlo a otras personas.

Las personas pueden infectarse por el VIH si quedan expuestas a sangre o transfusiones sanguíneas infectadas durante un procedimiento médico. Hasta 1985 esto no se sabía, de manera que personas que recibieron transfusiones sanguíneas antes de esa fecha pueden haber adquirido la infección de esa manera. Toda la sangre de donantes en Estados Unidos ahora se examina para detectar enfermedades como el VIH, de manera que es muy bajo el riesgo de recibir sangre infectada por ese medio.

Las personas también pueden quedar infectadas si se exponen accidentalmente a la sangre infectada. Por ejemplo, algunos trabajadores médicos se han infectado mediante el contacto con la sangre infectada de sus pacientes.

El VIH no puede propagarse por contacto casual con personas y objetos (consulte el [cuadro](#)), y no puede traspasar piel que no tenga grietas.

Los efectos del VIH

Una persona infectada con el VIH no se enferma de SIDA inmediatamente. El virus destruye el sistema inmunitario con el transcurso del tiempo. Poco después de quedar infectadas, algunas personas sufren una enfermedad breve parecida a la influenza o gripe. A medida que se debilita el sistema inmunitario, las personas infectadas con el VIH pueden experimentar pérdida de peso, agotamiento y fiebre.

La infección se denomina SIDA cuando la persona tiene ciertas afecciones o síntomas que resultan de un sistema inmunitario debilitado. También se denomina SIDA cuando el número de células CD4 de una persona disminuye a menos de un determinado nivel.

Lo que no propaga el VIH

Debe saber las maneras mediante las cuales no puede propagarse el VIH, o los tipos de contacto que no presentan riesgos conocidos. No se ha demostrado que el VIH se propague por:

- Abrazar, besar o tocar
- Toser o estornuda
- Donar sangre
- Compartir alimentos o bebidas
- Tocar objetos como sábanas, toallas, asientos de inodoro, teléfonos o perillas
- Usar piscinas, baños termales, baños de vapor o saunas

Con el transcurso del tiempo, la infección por el VIH resulta en una enfermedad grave, con lo que el cuerpo queda susceptible a infecciones dañinas y ciertos tipos de cáncer. Esas afecciones atacan el cuerpo cuando el sistema inmunitario está debilitado. Aunque a veces es posible tratar estas afecciones, a menudo recurren cuando termina el tratamiento.

Pueden transcurrir meses o años antes de que el VIH se convierta en SIDA. En promedio, toma aproximadamente 11 años desde la fecha de la infección hasta la presentación de SIDA. No obstante, en algunos casos toma mucho menos tiempo. Como los síntomas no se presentan de inmediato, una persona puede no saber que está infectada con el VIH. Alguien que parezca ser saludable puede portar el virus durante años sin saberlo y lo puede transmitir a otras personas

La transmisión del VIH en las mujeres

La mayoría de las mujeres contraen el VIH al usar drogas inyectadas o al tener relaciones sexuales con hombres que usan ese tipo de drogas. Sin embargo, el número de mujeres que contrae la infección por actividad sexual **heterosexual** ha ido en aumento.

Durante las relaciones sexuales, el virus se propaga más fácilmente de los hombres a las mujeres que de las mujeres a los hombres. Se desconoce el nivel de riesgo de propagación del VIH de mujer a mujer durante las relaciones sexuales, pero se considera que es bajo.

Pruebas de detección del VIH

Un simple análisis de sangre puede indicarle si ha sido infectada por el VIH. éste detecta los anticuerpos del VIH en la sangre. No se trata de una prueba del SIDA. No le indica si tiene SIDA, o si se enfermará.

Hay varios tipos de pruebas de detección del VIH. La prueba de evaluación rápida produce los resultados en muy poco tiempo (aproximadamente 20 minutos). A menudo toma aproximadamente 2 semanas para obtener los resultados de otros tipos de pruebas de evaluación. Independientemente del tipo de prueba que se realice, si el resultado es positivo, se realiza otra prueba para confirmarlo.

Quién debe realizarse la prueba

Las mujeres y los hombres de 19 a 64 años de edad deben hacerse la prueba de detección del VIH. Dependiendo de sus factores de riesgo, las personas en otros grupos etarios tal vez también necesiten realizarse la prueba. Es de importancia particular que las mujeres embarazadas se realicen la prueba del VIH como parte de su cuidado prenatal, aunque no piensen que puedan estar infectadas. Es posible que reciba asesoramiento antes de la prueba, después de recibir los resultados o en ambos casos.

Lo que significan los resultados

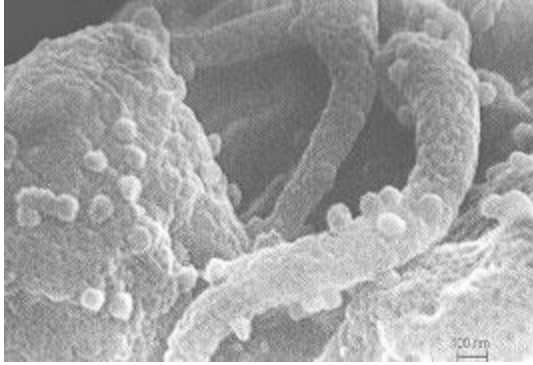
Un resultado positivo de la prueba significa que tiene la infección por el VIH y que puede contagiar a otros. Tendrá que recibir cuidado médico especial y tomar medidas para proteger a los demás (consulte el [cuadro](#)).

Un resultado negativo de la prueba significa que no le encontraron anticuerpos del VIH en la sangre. En la mayoría de los casos, los anticuerpos se manifiestan en la prueba dentro de un plazo de 6 a 12 semanas de haber quedado infectada la persona. Algunas veces puede tomar más tiempo. Por ese motivo es posible que desee realizarse otra prueba al cabo de 6 meses para asegurarse de obtener un resultado preciso. Pero aunque el resultado de la prueba sea negativo, aún debe protegerse eliminando cualquier comportamiento que pueda ser arriesgado.

Tratamiento

No existe una vacuna para prevenir la infección por el VIH y no hay cura para el SIDA. No obstante, hay ciertos medicamentos que combaten las infecciones relacionadas con el VIH y ayudan a proteger el sistema inmunitario. En la mayoría de los casos se usan varios medicamentos en conjunto. Su médico colaborará con usted para determinar cuáles medicamentos tomar, cuándo tomarlos y cuánto tomar de cada uno. Es importante tomar los medicamentos exactamente como los recetó el médico. Eso puede ayudarla a vivir una vida más larga y saludable.

Si está infectada



Un resultado positivo de la prueba del VIH significa que ha sido infectada por el virus. Debe tomar ciertas medidas para evitar contagiar a otros con la infección:

- Infórmeles a sus parejas sexuales, antiguas y actuales.
- No comparta agujas para inyectarse drogas (si lo ha hecho, dígaselo a la persona).
- Practique relaciones sexuales más seguras.
- Nunca done ni venda su sangre o plasma, ni haga arreglos para ser donante de órganos.
- No comparta cepillos dentales, navajas de afeitar u otros objetos que puedan tener sangre.
- Asegúrese de decirle a cualquier proveedor médico que le dé tratamiento, incluso el dentista, que tiene un resultado positivo en la prueba del VIH.
- Si está embarazada, hable con su médico sobre recibir cuidado especial para usted y su recién nacido.

Cómo protegerse y proteger a los demás

El número de personas infectadas por el VIH en los Estados Unidos va en aumento. Hay medidas que puede tomar para reducir su riesgo de contraer o propagar el virus.

Use condones

La mejor manera de ayudar a evitar la propagación de la infección por el VIH durante las relaciones sexuales es mediante el uso de condones de látex. Los condones de látex también pueden ayudar a prevenir la propagación de otras **enfermedades venéreas (de transmisión sexual)**, como la gonorrea, la sífilis y la clamidia. Los condones fabricados de pieles naturales o piel de cordero no previenen la infección. Los condones no ofrecen protección total contra la infección por el VIH; sin embargo, cuando se usan de la manera correcta, pueden reducir las probabilidades de que una pareja infecte a la otra (consulte el [cuadro](#)). Para lograr la mejor protección, debe usar condones cada vez que tenga relaciones sexuales.

Practique relaciones sexuales seguras

La práctica más segura de todas es no tener relaciones sexuales. No obstante, tener relaciones sexuales “seguras” significa participar en prácticas que reducen el riesgo de transmisión del VIH. Hay aspectos de las relaciones sexuales seguras sobre los que debe estar informada.

Conozca a su pareja. Tenga presente que no sólo su propio comportamiento puede ponerla en riesgo, sino también el de su pareja. Haga preguntas sobre el historial sexual de su pareja y si alguna vez se ha inyectado drogas. Sin realizarse la prueba, no hay manera de saber con certeza si alguien tiene la infección por el VIH. Usted y su pareja tal vez deseen realizarse la prueba antes de comenzar a tener relaciones sexuales.

Limite sus parejas sexuales. Las probabilidades de infectarse por el VIH aumentan con cada compañero sexual que tenga. La relación más segura es en la que ambos compañeros nunca han tenido relaciones sexuales con otras personas.

Evite prácticas sexuales arriesgadas. Las relaciones sexuales más arriesgadas son las relaciones vaginales o anales sin uso de un condón. El sexo anal presenta el riesgo más grande porque conlleva mayores probabilidades de desgarrar o agrietar la piel. Eso facilita que el VIH (de una persona infectada) ingrese en el torrente sanguíneo.

Cómo usar un condón

El uso correcto de condones ayuda a protegerlos a usted y su pareja contra la infección por el VIH, otras enfermedades venéreas y de que ocurra un embarazo. Si su pareja rehúsa usar un condón, sería mejor que no tuviera relaciones sexuales con él en lugar de arriesgar su salud. Si aún desea tener relaciones sexuales, use el condón femenino, el cual puede proveer casi la misma protección que un condón masculino.



Para usar el condón masculino, coloque el condón enrollado en la punta del pene erecto. Sostenga el extremo del condón de manera que quede un espacio adicional en la punta y desenróllelo sobre el pene.

Inmediatamente después de eyacular, agarre el condón alrededor de la base del pene mientras lo retira. El condón debe desecharse inmediatamente, nunca debe volver a usarse.



Para usar el condón femenino, apriete el anillo interior entre los dedos e insérteselo en la vagina. Empuje el anillo interior hacia arriba hasta que quede justo debajo del pubis. Aproximadamente una pulgada del extremo abierto debe sobresalirle del cuerpo.

Inmediatamente después de la eyaculación, apriete y tuerza el anillo exterior y retire la bolsa tirando ligeramente. Como con el condón masculino, debe desecharse inmediatamente, nunca debe volver a usarse.

Abrazarse, besarse, masajearse y manosearse se consideran formas seguras de contacto sexual. La masturbación mutua también presenta menos riesgo.

No use drogas ilegales

Inyectarse (ponerse) drogas ilegales aumenta en gran medida sus probabilidades de contraer la infección por el VIH. Si se inyecta drogas, obtenga ayuda para intentar dejar de hacerlo. Si no puede dejarlas, no comparta las agujas. Si comparte las agujas, la sangre infectada por el VIH que permanece en las agujas después de inyectarse puede ingresar en su cuerpo o en el de la

persona con quien comparte las agujas. Asegúrese de que la aguja esté limpia. Las agujas deben lavarse después de cada uso con blanqueador de ropa y agua

Situaciones especiales de las mujeres con resultados positivos del VIH

Las mujeres con resultados positivos del VIH tienen situaciones médicas especiales. Entre ellas están el uso de anticonceptivos, ciertas afecciones, el embarazo y el parto.

Anticonceptivos

Una mujer infectada por el VIH puede evitar quedar embarazada si usa anticonceptivos eficaces. Si queda embarazada, el feto corre riesgo de contraer la infección. Si tiene la infección y usa anticonceptivos para evitar que ocurra un embarazo, su pareja aún debe usar condones de látex durante las relaciones sexuales para evitar contraer el virus de usted.

Ciertas afecciones

Una mujer infectada por el VIH tiene mayor probabilidad de desarrollar infecciones por levaduras y la enfermedad inflamatoria pélvica, una inflamación de los órganos reproductivos. Normalmente es fácil tratar estas afecciones. Sin embargo, en el caso de una mujer infectada por el VIH, las afecciones pueden ser resistentes al tratamiento. Es también posible que sean más graves y recurran con mayor frecuencia.

Si tiene la infección por el VIH tendrá que realizarse pruebas de detección de otras enfermedades venéreas. También debe recibir la vacuna contra la hepatitis B, la influenza (gripe) y la pulmonía si no es inmune a estas enfermedades. Algunos tipos de cáncer, como el cáncer del cuello uterino, son más comunes entre mujeres infectadas por el VIH. Por lo tanto, las mujeres infectadas por el VIH deben realizarse la **prueba de Papanicolaou** dos veces el primer año después de diagnosticarse el VIH y anualmente de ahí en adelante.

El embarazo y el parto

Durante el embarazo, todas las mujeres deben realizarse la prueba del VIH tan pronto como sea posible. Si está embarazada y tiene la infección por el VIH, podría infectar a su bebé. Casi el 25% de las mujeres embarazadas que tienen el VIH y no reciben tratamiento les transmiten el virus a sus bebés. El tratamiento con medicamentos durante el embarazo puede reducir este riesgo en gran medida. Además, a ciertas mujeres se les puede recomendar un parto por cesárea.

El VIH puede transmitirse de la madre al bebé durante el embarazo, el trabajo de parto o el parto. Además, la mujer puede infectar a su bebé durante la lactancia porque el VIH está presente en la leche materna. Las mujeres con el VIH no deben amamantar a sus bebés.

Las mujeres embarazadas e infectadas por el VIH necesitan que se les supervise de cerca la salud. Deben informar todos sus síntomas a sus médicos para que ellos puedan proveer el cuidado adecuado.

Por último...

La infección por VIH no es una enfermedad que contraen sólo “otras personas”. Se puede infectar si queda expuesta al virus. Toda mujer debe saber cómo protegerse a sí misma, a su pareja y a los hijos que decida tener.

Si ha participado en cualquier tipo de práctica sexual insegura o uso de drogas ilegales, hágase la prueba. Independientemente de que esté o no esté infectada, asegúrese de seguir los consejos presentados aquí para ayudar a evitar contraer o propagar esta enfermedad.

Glosario

Anticuerpos: Proteínas sanguíneas que se producen para combatir sustancias extrañas como bacterias y virus que causan infecciones.

Enfermedad venérea (de transmisión sexual): Enfermedad que se propaga mediante el contacto sexual, por ejemplo: clamidia, gonorrea, verrugas genitales, herpes, sífilis y la infección del virus de inmunodeficiencia humana (VIH, la causa del síndrome de inmunodeficiencia adquirida [SIDA]).

Heterosexual: Atracción a miembros del sexo opuesto.

Prueba de Papanicolaou: Prueba en que se toman células del cuello uterino y la vagina para examinarlas bajo un microscopio.

Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA): Grupo de señales y síntomas, normalmente de infecciones graves, que le ocurren a una persona cuyo sistema inmunitario se ha perjudicado por la infección con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH).

Sistema inmunitario: Sistema de defensa natural contra sustancias extrañas y organismos invasores que pueden causar enfermedades.

Virus de inmunodeficiencia humana (VIH): Virus que ataca ciertas células del sistema inmunitario del cuerpo y causa el SIDA.

Este Folleto Educativo para Pacientes fue elaborado por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Diseñado para ayudar a los pacientes, presenta información actualizada y opiniones sobre temas relacionados con la salud de las mujeres. El nivel de dificultad de lectura de la serie, basado en la fórmula Fry, corresponde al grado escolar 6to a 8vo. El instrumento de Evaluación de Idoneidad de Materiales (Suitability Assessment of Materials [SAM]) asigna a los folletos la calificación “superior”. Para asegurar que la información es actualizada y correcta, los folletos se revisan cada 18 meses. La información descrita en este folleto no indica un curso exclusivo de tratamiento o procedimiento que deba seguirse, y no debe interpretarse como excluyente de otros métodos o prácticas aceptables. Puede ser apropiado considerar variaciones según las necesidades específicas del paciente, los recursos y las limitaciones particulares de la institución o tipo de práctica.

Derechos de autor agosto de 2008 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse, almacenarse en un sistema de extracción, publicarse en Internet, ni transmitirse de ninguna forma ni por ningún método, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, grabación o de cualquier otro modo, sin obtener previamente un permiso por escrito del editor.

ISSN 1074-8601

Las solicitudes de autorización para hacer fotocopias deben dirigirse a: Copyright Clearance Center, 222 Rosewood Drive, Danvers, MA 01923.

Para pedir Folletos de Educación de Pacientes en paquetes de 50, sírvase llamar al 8007622264 o hacer el pedido en línea en <http://sales.acog.org>.

The American College of Obstetricians and Gynecologists
409 12th Street, SW
PO Box 96920
Washington, DC 20090-6920

12345/21098