

**PROGRAMA CONJUNTO DE LAS NACIONES
UNIDAS SOBRE EL VIH/SIDA (ONUSIDA)
OFICINA COLOMBIA**

**INFORMACION BASICA
SOBRE EL VIH / SIDA**

Bogotá D.C., Mayo de 2006

INTRODUCCION

Sabemos que:

El VIH es un virus que deteriora el sistema inmunológico del organismo.

La transmisión del VIH puede prevenirse.

No hay cura para el VIH y el SIDA, pero existen tratamientos que ayudan a que las personas que viven con el virus, tengan muy buena calidad de vida durante muchos años, retrasando la aparición del SIDA.

¿Qué es el VIH?

El VIH o Virus de la Inmunodeficiencia Humana es un microorganismo que ataca al sistema de defensas del organismo. Al debilitarlas contra la enfermedad, el VIH hace que el organismo sea vulnerable a una serie de infecciones y cánceres, algunas de las cuáles ponen en peligro la vida. Puede transmitirse de una persona a otra a través de tres vías: relaciones sexuales sin condón con una persona infectada, exposición a sangre infectada y de la madre viviendo con el virus al hijo(a).

¿Cómo se transmite?

Relaciones sexuales no protegidas con una persona infectada: Las relaciones sexuales penetrativas anales, orales y vaginales, sin un adecuado uso del preservativo, son el principal modo de transmisión del VIH, ya que durante la relación sexual los fluidos genitales entran en contacto con las membranas mucosas expuestas (la vagina, la uretra, la boca, la mucosa ano-rectal)

La mayor probabilidad de infección por transmisión sexual corresponde al coito anal no protegido, en el caso de quien es el receptor, seguido por el coito vaginal no protegido.

El sexo oral no protegido también implica cierto riesgo, en especial si existen lesiones orales o faríngeas, como encías sangrantes, heridas, úlceras, abscesos dentarios, infecciones de garganta o ITS (infecciones transmisibles sexualmente).

Exposición a sangre infectada:

La introducción de sangre infectada por el VIH en el torrente sanguíneo constituye la vía con mayor probabilidad de transmisión de este virus. La mayoría de los casos reportados de transmisión sanguínea a nivel mundial ocurren por compartir instrumentos para el consumo de drogas intravenosas (agujas o jeringas) o por transfusiones de sangre no examinada previamente para la detección de microorganismos. En general, conviene evitar la exposición directa a la sangre de otra persona, no solo para evitar infección por el VIH, sino también las hepatitis virales, entre otras.

Transmisión de una madre infectada por el VIH a su hijo(a) -Transmisión Vertical:

Puede suceder durante el embarazo, durante el trabajo de parto, en el momento del parto al entrar en contacto con la sangre de la mamá, situación en que es más frecuente este tipo de transmisión, o, a través de la leche materna.

¿Cómo NO se transmite?

NO es posible infectarse a través de las siguientes maneras:

- Dar o recibir caricias.
- Dar o recibir besos.
- Dar o recibir abrazos.
- Compartir el teléfono.
- Visitar personas enfermas.
- Compartir comida, cubiertos o vasos.
- Beber en fuentes de agua potable.
- Bañarse en piscinas públicas.
- Utilizar el mismo sanitario.

Por picaduras de mosquitos e insectos.
Trabajar, relacionarse o convivir con personas infectadas con el VIH.
Donar sangre.

Cómo evitar la infección por VIH?

Con el uso adecuado y consistente del condón durante las relaciones sexuales.

Abstinencia Sexual. Si su opción personal no es la abstinencia, debe utilizarse el preservativo de forma adecuada y consistente (de principio a fin) en **TODAS** las relaciones sexuales penetrativas.

Evite el contacto con la sangre de otras personas. Asegúrese de no entrar en contacto con agujas, jeringas, cuchillos o elementos corto punzantes que han estado expuestos a sangre o fluidos de personas viviendo con el VIH. Evite los procedimientos invasivos de perforación cutánea con instrumentos que no tienen una adecuada esterilización, en lugares que no cumplen las normas de bioseguridad o que no tienen licencia de la entidad de salud respectiva.

Si está embarazada o desea estarlo, acuda a su servicio o entidad de salud, para conocer su estado serológico previa asesoría sobre el pronóstico, el tratamiento para evitar que el bebé lo adquiera si pudiera tener usted el virus y la orientación necesaria de cuidado para usted y su bebé, en caso de estar infectada con el VIH o, para prevenir una posible infección por este virus.

Infórmese acerca del VIH y del Sida y aprópiase de esta información.

Si ha tenido una Infección de Transmisión Sexual (ITS), busque atención médica inmediata.

Evite el consumo de alcohol. Pues se altera su conciencia plena y en caso de embriaguez disminuye la capacidad de auto protección y aumenta la incidencia de comportamientos de riesgo para contraer la infección.

Es importante que todos(as) hablemos de la prevención del VIH con nuestra pareja, familia, personal de salud y solicitar de estos últimos la información necesaria acerca del VIH/SIDA.

Qué ocurre en el organismo cuando tiene lugar la infección por VIH?

El VIH infecta las células que forman parte del sistema inmunológico del organismo. Cuantas más células estén infectadas por el virus, menos capaz será el sistema inmunológico de luchar contra la enfermedad.

El VIH introduce su material genético en el interior de la misma. Este proceso empieza con la entrada del virus, el desprendimiento de la envoltura que lo recubre y la integración de los genes del virus en los genes humanos.

La célula humana es invadida para producir múltiples copias de unidades básicas del virus que, posteriormente, se unen y que con el tiempo salen de la célula infectada en búsqueda de nuevas células para infectar. El virus altera la capacidad funcional de las células o las mata.

El virus establece formas latentes estables que son reservorios de la infección a los cuales no pueden llegar los fármacos disponibles. Esos reservorios han dificultado el tratamiento de la infección por VIH y del SIDA.

Poco después de que tiene lugar la infección, el sistema inmunológico del organismo se prepara para enfrentar el virus mediante la respuesta celular y mediante moléculas especializadas denominadas anticuerpos que, por lo general, consiguen reducir provisionalmente la cantidad de virus en la sangre. Sin embargo el VIH sigue activo y, por tanto continúa infectando y matando células vitales del sistema inmunológico. Con el tiempo, la actividad vírica aumenta significativamente y a la larga, anula la capacidad de respuesta del organismo ante la enfermedad.

Cómo progresa el VIH

Al principio el VIH infecta algunas células



El virus utiliza las células humanas para multiplicarse



El virus acaba matando la célula que infecta y las células vecinas



El número de virus aumenta y éstos invaden el sistema



Las infecciones secundarias no encuentran resistencia del sistema inmunológico

¿Qué es el Sida?

Es el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Se considera la etapa más avanzada del proceso que empieza con la infección por el VIH. El cuerpo es más vulnerable a diversas enfermedades, que por lo general, no afectan a las personas cuyo sistema inmune se encuentra en buenas condiciones. Algunas de las cuáles ponen en riesgo la vida. Cuanto mayor sea el daño sufrido por el sistema inmunológico, mayor será la posibilidad de adquirir infecciones oportunistas. El Sida se caracteriza por la manifestación clínica de dichas infecciones, porque las células de defensa están en niveles muy bajos y la carga de virus en sangre es muy alta. Sin tratamiento antirretroviral los síntomas comienzan a aparecer, entre 3 y 5 años después de adquirida la infección. Los avances en el tratamiento han llevado a que las personas viviendo con el virus logren mantener muy buena salud por más de 10 años y que cada vez se retrase más la aparición del SIDA. Incluso, una persona puede tener el SIDA durante un tiempo y luego, gracias al tratamiento antirretroviral y de las enfermedades asociadas a la infección, a la recuperación nutricional y al apoyo psicosocial, el número de células de defensa vuelve a elevarse al nivel de una persona normal y el número de virus en la sangre puede llegar de nuevo a ser tan bajo que no se logre detectar en el laboratorio. Si se logra esto puede entonces decirse que la persona superó la fase temporal de SIDA y vuelve a gozar de una buena calidad de vida.

¿Cómo puedo saber si alguien tiene VIH?

No se puede saber a simple vista. Una pequeña fracción de las personas infectadas por el VIH tiene síntomas en las primeras fases del curso de la infección, mientras que otras pueden no presentar síntomas por un largo período de tiempo (10 a 15 años) después de la infección. Este periodo es prolongable si se detecta tempranamente la infección por VIH. Las personas con VIH tienen el mismo aspecto que las personas que no están infectadas con el VIH.

¿Cómo saber si estoy infectado(a) por el VIH?

Los anticuerpos detectables contra el VIH aparecen unas semanas después de la exposición inicial al virus. Estos pueden detectarse por medio de una prueba diagnóstica de laboratorio, la más usada es la prueba ELISA para VIH, que detecta los anticuerpos producidos por el organismo como respuesta a la infección, después de un periodo promedio de 12 semanas denominado "ventana inmunológica". Como las pruebas del VIH pueden no detectar los anticuerpos en caso de infecciones muy recientes (dentro de la ventana inmunológica), se recomienda que tras una prueba inicial negativa se efectúe otra prueba de anticuerpos 3 meses después. Las pruebas actuales, de cuarta generación, permiten detectar sustancias del virus al tiempo que anticuerpos generados contra el virus y reducen el tiempo de ventana inmunológica, no obstante, resulta absolutamente confiable una prueba realizada luego de tres meses de la última posible exposición al virus. En esos tres meses las relaciones sexuales deben ser con condón SIEMPRE y si se domina su uso. O, abstenerse de relaciones sexuales en pareja hasta terminar ese periodo para obtener un reporte plenamente confiable.

Si el resultado de la primera prueba ELISA es positiva, se realiza una segunda para cotejar que no haya errores del laboratorio y si la segunda ELISA es positiva, es necesario realizar una prueba confirmatoria llamada Western Blot.

¿Dentro del período de ventana inmunológica puede ser curable el VIH?

Una vez el virus infecta nuestro cuerpo no es curable, la infección por VIH no tiene cura hasta el momento. Durante la ventana inmunológica, el organismo infectado por el VIH, está creando la respuesta inmunitaria ante la infección por el virus. En esta fase no es probable detectar la presencia del virus a través de la prueba de anticuerpos, denominada ELISA y la persona infectada, por lo general, no presenta síntomas. Por ello, lo recomendable es realizar esta prueba al cabo de las 12 semanas después de la posible exposición

al virus. Durante este tiempo, se deben observar las medidas de prevención necesarias para evitar una posible re-infección con otra cepa de este virus y evitar una posible diseminación del virus entre la(s) pareja(s) sexual(es).

¿La infección por VIH es siempre mortal?

La infección por VIH-SIDA no es mortal o letal. Sin tratamiento la infección por VIH conduce al SIDA que lleva a la muerte, pero estos procesos no ocurren de manera inmediata. Pueden pasar al menos 3 años con la infección por VIH sin SIDA y luego, si se entrara en fase SIDA sin tratamiento, puede pasar un año o más antes del deterioro que lleva a la muerte.

Pero el panorama ha cambiado: hay tratamientos que detienen o reducen notoriamente la velocidad de la progresión de la infección por VIH y permiten que las personas infectadas por el virus vivan sana y productivamente durante muchos años. Con el tratamiento adecuado por personal idóneo, el VIH mortal se ha convertido en una infección crónica tratable y la expectativa de vida se ha incrementado en mucho más de 10 años sin SIDA.

¿Qué tratamientos existen para la infección por el VIH?

Existen diferentes tipos de fármacos para tratar la infección por VIH. Esos medicamentos actúan en diferentes fases del proceso que utiliza el virus para reproducirse. Como el VIH cambia rápidamente y se vuelve resistente a la monoterapia (un solo fármaco), a los medicamentos administrados de forma temporal, los pacientes deben tomar una combinación de fármacos de manera rigurosa, tal como lo establezca el especialista infectólogo o internista, para lograr la menor replicación posible de copias del virus. Esta terapia farmacológica es denominada antirretroviral. Entre los fármacos existentes se encuentran: Zidovudina (AZT), didanosina (DDI), lamivudina (3TC), estavudina (D4T), ritonavir, indinavir, nelfinavir, efavirenz, entre otros.

Si se trata de un miembro de la pareja con diagnóstico reciente y su pareja ya toma medicamentos, resulta ideal que se haga el examen para detectar a qué medicamentos es ya resistente el virus adquirido y así, el especialista podrá instaurar el esquema antirretroviral más adecuado y con el cuál se logre efectivamente eliminar la mayor población de virus en sangre.

¿Cuándo habrá una vacuna?

Aunque los expertos creen que será posible desarrollar una vacuna contra el VIH, es probable que pasen varios años antes de que haya una vacuna disponible para su uso generalizado. Es claro que una vacuna impediría que más personas se infectaran pero no tendría lugar en el caso de las personas que ya viven con el virus.

¿Dónde puedo obtener más información?

En el Ministerio de la Protección Social –línea gratuita nacional 018000-910334-, en el teléfono fijo en Bogotá (1) 2843762, o en las páginas web: www.onusida.org.co y www.informateyprotegete.gov.co.

TRANSMISION SEXUAL

¿Como evitar la transmisión sexual del VIH?

Es posible que algunos podamos confiar plenamente en nuestra pareja en una relación basada en el amor y en el afecto. Pero la confianza ni el amor protegen.

Si los dos miembros de la pareja son asesorados simultáneamente y sus pruebas los diagnostican como seronegativos (no infectados con VIH), la prevención puede consistir en un acuerdo expreso de fidelidad mutua absoluta o en el ***uso adecuado del preservativo en todas las relaciones sexuales intra y extraconyugales*** en caso de salirse de ese acuerdo.

Para las personas sexualmente activas que tienen relaciones sexuales penetrativas con varias parejas sexuales, el preservativo masculino y el preservativo femenino, son el medio más eficaz y accesible para prevenir la transmisión del ***VIH siempre y cuando se use de forma adecuada en todas las relaciones sexuales y de comienzo a fin de las mismas, sin excepción.***

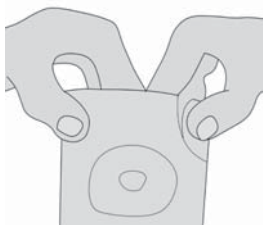
PASOS PARA UTILIZAR EL PRESERVATIVO CORRECTAMENTE



1. Primero, compruebe siempre la fecha de caducidad en la envoltura. Si ya está vencida, el preservativo NO debe usarse.

2. Mantenga los preservativos en lugares frescos. Nunca guarde el preservativo en sitios bajo compresión, calor o humedad, como el bolsillo trasero del pantalón o la

billetera. Resulta mejor el bolso femenino, por ejemplo.



3. Abra la envoltura con los pulpejos de los dedos y por el sitio de la muesca o ranura del empaque (no utilice para abrir, tijeras ni cuchillos, ni los dientes), saque el preservativo de la envoltura cuidadosamente para no desgarrarlo si utiliza anillos o tiene uñas largas o mal cortadas.



4. Extraiga el aire de la dilatación al extremo del preservativo (esto es fundamental para evitar la ruptura) y adóselo a la punta del pene.

5. La punta del preservativo debe quedar ocluida o sus paredes adosadas, debe parecer vacía”



6. En el surco entre la cabeza y el cuerpo del pene pueden quedar muchas burbujas de aire, allí debe hacerse un masaje circular con la punta de los dedos o con los labios de tal manera que se logre adherir el condón a la mucosa del pene.

7. Si la pareja tiene la circuncisión desenrolle cuidadosamente el preservativo hacia abajo sobre el pene en estado de ERECCIÓN hasta que esté completamente cubierto.



8. Si la pareja no ha sido circuncidada debe desenrollar el condón al tiempo que despliega el forro o prepucio hasta su máxima extensión. Una vez sobrepase ésta debe seguir desenrollando el condón unos



milímetros más, permitir que el prepucio o forro baje espontáneamente hasta su ubicación usual y ahí sí, seguir cubriendo el pene con el condón hasta la base del pubis, donde se encuentra con la pelvis.



9. Lubrique el exterior del preservativo con glicerina o un lubricante soluble en agua, **NUNCA LUBRIQUE SU PRESERVATIVO CON VASELINA O CREMA DE MANOS.** La lubricación esmerada con masaje a todo el rededor y en círculo sobre el surco entre la cabeza y el cuerpo del pene, permitirá disolver las burbujas que hayan podido quedar y adosarlo bien a la piel.



10. El gran propósito de un/a experto/a en colocar el condón es evitar burbujas entre el condón y el pene.

11. Una vez concluido el acto sexual él debe quitarlo sosteniéndolo por la base. Primero hace expresión desde la base para que toda secreción alrededor del pene se deposite en la dilatación que cubre la punta del pene. Una vez llevados todos los fluidos hasta allí el condón debe ser deslizado, teniendo mucho cuidado que el esperma no se vierta en sus manos.



12. Haga un nudo en el preservativo usado y elimínelo votándolo a la caneca de la basura. No lo arroje en el inodoro porque puede obstruir las cañerías.

13. El condón se usa una única vez, no es reciclable.

14. Tenga presente usarlo en **TODA** relación sexual, desde el comienzo hasta el fin de la relación sexual y con el pene en erección.



15. Merece una postura más cuidadosa y estar más pendiente de su desempeño si existe disfunción eréctil dado que la erección resulta ser más corta. Si ello no se tiene presente puede haber accidentes como la flacidez prematura del pene dentro de la vagina que conllevaría a que el condón quede suelto dentro de ésta.

¿Cuándo me coloco varios preservativos uno sobre otro es malo?

Se debe usar sólo un preservativo por acto sexual. La postura al tiempo de más de un preservativo durante una relación sexual facilita que el preservativo se rompa, al producir una doble fricción o que, colocado el primero y lubricado, el segundo resbale, se salga y exista intercambio de secreciones entre los miembros de la pareja.

¿Es verdad que hay un preservativo muy parecido para la mujer?

Si, existe un preservativo femenino, pero no está comercializado en nuestro país.

¿Hasta qué punto son eficaces los preservativos para prevenir la transmisión del VIH?

Se ha demostrado que un uso adecuado y de comienzo a fin en todas las relaciones sexuales es altamente eficaz para prevenir la transmisión del VIH, alcanzando una efectividad del 96%.

El 4% de error se ha encontrado asociado con accidentes durante su uso: ruptura, queda dentro de la vagina, entre otras.

Es importante utilizar el preservativo desde el principio hasta el final de la relación sexual (uso consistente) y no sólo antes de la eyaculación.

Se trata de impedir la exposición al líquido preseminal o a los fluidos vaginales. No sólo el semen puede llevar el virus, también los líquidos previos a la eyaculación y los fluidos femeninos.

Lo ideal es que la decisión de la pareja de usar un preservativo sea consecuencia de un proceso de negociación, basado en la conciencia mutua sobre la importancia de su uso, para la conservación de la salud sexual. Hable con su pareja sobre la importancia de cuidar la salud mutua como un acto de vida y de respeto por si mismo(a) y por la relación.

NO es desconfianza mutua, es que existen también infecciones transmisibles durante el acto sexual penetrativo que surgen con los cambios en el ciclo menstrual y otras también transmisibles en las relaciones entre personas del mismo sexo.

La eficacia de los preservativos

Cuando se usan correcta y consistentemente, los condones son el método de barrera más efectivo para prevenir el embarazo, las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH/Sida. El uso correcto y consistente del condón significa usarlo desde antes de la penetración, una vez el pene está erecto, hasta después de la eyaculación y de haber retirado el pene, y además usarlo en **todas** las relaciones sexuales penetrativas que se tengan. De esta manera el uso del condón tiene una eficacia protectora de por lo menos 96%. El argumento según el cual los condones no son eficaces para prevenir la infección por el VIH carece absolutamente de fundamento científico. El VIH **no** atraviesa la barrera del látex y por lo tanto, no puede atravesar los condones

disponibles en el mercado que hayan sido manufacturados con calidad garantizada. Las pruebas técnicas de calidad de los condones incluyen la prueba de filtración de agua, la prueba tensil y la prueba de presión de aire. Con la prueba de filtración de agua se excluye la posibilidad de filtración - no solo visible sino microscópica -de una molécula de agua, compuesta por dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno-. Si esta simple molécula de H₂O no atraviesa el látex, mucho menos lo podrá hacer una molécula compleja, como lo es el VIH, compuesta de varias secuencias de aminoácidos. El condón de látex es impermeable al semen y a los microorganismos, sean éstos bacterias, hongos o virus. A menos que se rompa o se *deslice* significativamente durante su uso, durante o después de la eyaculación -lo cual es extremadamente raro-, los usuarios del condón no estarán expuestos a los virus, que son microorganismos mucho más pequeños que las bacterias y los hongos. Algunos factores que pueden estar asociados con la ruptura o deslizamiento del condón incluyen un inadecuado almacenamiento, el vencimiento no advertido, el uso de elementos corto punzantes para abrir el empaque, falta de lubricación natural de la vagina, el uso de lubricantes derivados del petróleo, el uso excesivo de lubricantes y la reutilización del condón.

¿Cómo plantear la prevención del VIH en pareja?

Una oportunidad para consolidar la confianza al interior de la pareja es compartir con ella todos los aspectos que protegerán la vida a futuro. Por ello, es importante compartir la información acerca del VIH y del Sida, como una amenaza real para la salud y para la vida. Una forma de acercamiento puede ser conversar sobre el contenido de esta cartilla, discutirlo entre los dos e intentar construir un plan conjunto de prevención ante el VIH. Aunque resulte difícil hablar sobre la prevención del VIH en pareja, es importante que lo hagamos. Evitar el tema no hace que el VIH desaparezca. Si se tienen dificultades para decidir cómo hacerlo, puede solicitar asesoría en el establecimiento de sanidad más cercano.

¿Si soy positivo(a) para VIH es seguro para mi mantener relaciones sexuales sin protección con otra persona positiva para VIH?

No. Ahora sabemos que una persona positiva para VIH puede re-infectarse con otra cepa del VIH. Contraer una cepa más virulenta del VIH o una cepa más resistente a uno o más fármacos disponibles en el mercado, puede complicar la eficacia del tratamiento, haciendo que la enfermedad por el VIH avance más rápidamente. Como consecuencia, las personas que viven con VIH siempre deben usar preservativos durante las relaciones sexuales para protegerse a sí mismas y proteger a su(s) pareja(s).

¿Hay otras infecciones de transmisión sexual - ITS - de las que también debería protegerme?

Si. Hay varios tipos diferentes de ITS. Algunas como la blenorragia (gonorrea) y la clamidiasis, se transmiten, como el VIH a través del semen y los fluidos vaginales.

Otras como la sífilis, el herpes genital y el chancroide, producen úlceras genitales que pueden transmitirse a través del contacto "piel lesionada con piel". Cuando se trata de úlceras, éstas son excelentes puertas de entrada del VIH, del Virus de Hepatitis B y del Herpes. La transmisión del VPH puede producirse a través del contacto con las mucosas genitales infectadas. Algunas ITS pueden ocurrir sin presentar síntomas, por lo cual es aconsejable, buscar el apoyo del personal médico para la realización de pruebas periódicas para la detección del ITS. Además del VIH hay otras infecciones que son causa principal de esterilidad en mujeres, que si no se tratan, pueden producir complicaciones que no permiten sostener un embarazo o que pueden afectar letal o severamente al recién nacido. El virus del papiloma humano (VPH), de transmisión sexual, también puede causar cáncer de cuello uterino.

Síntomas de las ITS

Entre los síntomas de las ITS pueden mencionarse las secreciones inusuales del pene o la vagina con mal olor, rasquiña, sensación de ardor o dolor al orinar, llagas o ampollas en los genitales, alrededor de ellos o en la boca. En las mujeres, las ITS también pueden producir también fluidos, úlceras, masas como lunares o verrugas, dolor crónico en el bajo vientre, así como dolor durante la penetración y sangrado luego del coito.

Si cree que puede tener una ITS, es necesario que acuda al servicio de salud más cercano para que se le diagnostique y reciba tratamiento de inmediato. A diferencia del VIH, el virus de hepatitis B y el virus del herpes, que no tienen cura, la mayoría de las ITS pueden curarse con tratamientos relativamente sencillos, que no sólo eliminan la enfermedad, sino que también aseguran que la persona no siga infectando a otras. Estas infecciones que son curables por lo general dan síntomas dentro del primer día hasta los siguientes siete días después de haber sido adquiridas.

No es aconsejable utilizar remedios caseros, medicamentos o antibióticos que no hayan sido recomendados por el personal médico. Las ITS tratadas inadecuadamente solo empeoran y se pueden volver resistentes a los fármacos disponibles. Solicitar tratamiento médico cuando se tiene una ITS no es solo señal de respeto a sí mismo, sino reflejo del respeto hacia su pareja sexual. Si tiene una ITS, es recomendable avisar a su pareja y aconsejarle buscar un tratamiento médico. Si siente temor de hacerlo busque asesoría por personal capacitado, ellos pueden apoyarle para que comunique a su pareja sin que ello implique una ruptura o conflicto.

Qué es el chancroide y cómo prevenirlo:

Es una infección de transmisión sexual causada por un microorganismo que no puede penetrar en la piel o mucosas intactas pero invade cualquier lesión de la piel, produciendo ulceraciones muy dolorosas. Las ubicaciones más frecuentes en el hombre son en el prepucio, el surco balano-prepucial,

y el glande. En la mujer los labios menores y la región perianal o el cuello uterino son los sitios afectados con mayor frecuencia. En la mayoría de los casos, existe más de una lesión ulcerativa que pueden confluir para formar úlceras gigantes. Al igual que las demás ITS, se puede prevenir mediante el uso adecuado del preservativo, y si ya se encuentra infectado(a) debe acudir al servicio médico de forma inmediata.

Hay otra razón sumamente importante, para tratar de inmediato cualquier ITS: Las ITS no tratadas aumentan significativamente el riesgo de transmisión del VIH.

La transmisión de las ITS y el VIH

Los estudios indican que la presencia de una ITS no tratada aumenta varias veces la probabilidad de transmisión del VIH. El tratamiento rápido y eficaz de las ITS, por tanto, representa un elemento esencial de la prevención del VIH. **¿Cómo debo hablar del VIH/ SIDA con mis hijos, hermanos y jóvenes en general?**

Los jóvenes necesitan información correcta sobre los riesgos ligados a la actividad sexual. Hay que dotarlos de valores, capacidad de discernimiento y conocimientos prácticos que los preparen para tomar decisiones favorables en relación con su salud sexual y reproductiva.

La educación escolar exhaustiva sobre la sexualidad y el VIH, cuando está basada en conceptos científicos sólidos, enmarcados en valores morales que nutran en ellos proyectos de vida claros y sentido de vida, proporciona a los y las jóvenes información para construir herramientas que les permitan tomar decisiones responsables y acertadas para proteger su propia sexualidad y la de sus parejas. Contrariamente a los temores de muchos padres, los estudios demuestran que una educación sexual oportuna y adecuadamente enfocada, en las escuelas no propicia que los y las jóvenes tengan relaciones sexuales más tempranamente, ni con más frecuencia.

Los padres están en una posición inmejorable para contrarrestar la información errónea o las imágenes distorsionadas sobre la sexualidad que reciben nuestros jóvenes de los medios de comunicación o de sus compañeros. El hogar es también el mejor lugar para insistir en los valores de responsabilidad sexual, auto cuidado y respeto hacia uno mismo porque es en la vida cotidiana donde ellos aprehenden cómo ser hombre o mujer en pareja y respetarse a sí mismo o a su pareja.

Hablar sobre sexualidad con nuestros jóvenes suele ser un desafío. Si esta preocupado(a) por su capacidad para plantear esta cuestión a sus hijos, puede ser conveniente solicitar consejo a los maestros o profesionales de la salud. Pero no olvide que así nunca lo hablen, sus hijos e hijas están aprendiendo de su relación de pareja y de su forma de ser hombre o mujer en el día a día.



En Colombia, como en la mayoría de los países del mundo, se efectúa un análisis riguroso de los suministros sanguíneos para detectar en ellos anticuerpos contra el VIH. Después de dicho análisis, se excluyen del suministro sanguíneo las unidades de sangre contaminadas por el VIH, lo que prácticamente elimina el riesgo de la transmisión por transfusión sanguínea. Todas las unidades de sangre que se manejan en los establecimientos prestadores de servicios de salud en nuestro país, han sido examinadas y poseen la certificación del sello nacional de calidad de sangre, el cual usted debe verificar o puede exigir.

Otra opción que reduce a cero la transmisión de infecciones por transfusiones de sangre o sus derivados es la AUTOTRANSFUSION. Las personas que serán sometidas a cirugías en las cuáles puede haber pérdida importante de sangre, donan 21 días antes de la operación a realizar y su propia unidad de sangre será la que se le transfunda en caso necesario.

La donación de sangre no debe utilizarse como medio para conocer su estado serológico. Los bancos de sangre no son servicios para diagnósticos. Puede solicitar en el establecimiento de salud más cercano, la atención necesaria para la asesoría, la realización de la prueba diagnóstica para VIH y recibir el acompañamiento idóneo mientras tiene el reporte del examen.

¿Puedo infectarme practicando un deporte o realizando otras actividades?

No hay casos documentados de transmisión del VIH durante la práctica de actividades deportivas. En caso de que haya una herida abierta o se sangre, deben seguirse las precauciones universales: utilizar guantes, lavar la herida, aplicar un antiséptico y cubrir la herida.

Si usted u otro miembro de su familia deciden someterse a procedimientos no médicos que penetran la piel o la mucosa, tales como las perforaciones cutáneas (body - piercing) y el tatuaje deben asegurarse de que el equipo utilizado sea estéril. Los instrumentos que se utilizan en estos procedimientos pueden suponer algún riesgo para la salud, si se emplean en una o más de una persona y no están esterilizados. Por norma general deben usarse agujas y material desechable. Todo establecimiento que practique este tipo de procedimientos invasivos debe tener el certificado de habilitación de la entidad estatal sanitaria competente. Cerciórese de ello y de que cumplen con las normas de bioseguridad.

PRACTICAS DE INYECCION SEGURAS

¿Cómo pueden protegerse de la infección por VIH, los consumidores de drogas intravenosas?

Aunque las relaciones sexuales sin protección con una persona infectada son responsables de la mayor parte de las infecciones por VIH, otra vía de transmisión es el uso de jeringas contaminadas para el consumo de drogas intravenosas. Por lo anterior, no se deben compartir agujas con otra persona, jeringas ni material de inyección usado.

Las sustancias no inyectables, como el alcohol o las drogas que se inhalan, ¿Pueden contribuir a la transmisión del VIH?

Si. Aunque el alcohol y las drogas no inyectables no lo exponen directamente a la sangre de otra persona infectada con VIH, ***si lo pueden llevar a tomar decisiones de riesgo como tener relaciones sexuales no protegidas*** ya que estas sustancias afectan la capacidad de decisión y disminuyen la conciencia de protección.

TRANSMISION MATERNO INFANTIL

¿Cómo prevenir la transmisión del VIH de la madre al hijo?

Si una mujer desea tener un hijo, debe tener presente la posibilidad de haber estado expuesta a cualquier ITS o al VIH y por ello debe practicarse la prueba de laboratorio indicada previa asesoría y con un seguimiento clínico adecuado.

Una mujer viviendo con el virus puede concebir bebés siempre que reciba el tratamiento idóneo con medicamentos y tanto ella como su pareja sean asesorados rigurosamente.

Si ya está embarazada, debe estar en control clínico permanente durante todo el tiempo del embarazo y solicitar que se le practique la prueba diagnóstica para el VIH.

Si a una mujer embarazada se le diagnostica la infección y se le suministra tratamiento antirretroviral, durante el embarazo y durante el trabajo de parto, si se le atiende el parto por cesárea y al recién nacido se le suministran sustitutos de leche materna, el riesgo de transmitir la infección a su bebe disminuye casi a cero.

¿Si una mujer embarazada está infectada con el VIH y no se realiza ningún tratamiento, qué probabilidad tiene de transmitir la infección a su hijo?

Si la gestante que se sabe infectada no se realizó ningún tratamiento, la probabilidad de transmisión de la infección a su hijo es del 40%. Es decir que, 40 de cien mujeres con el virus que no han recibido tratamiento, tienen bebés con el virus.

¿Qué cuidados debe tener una mujer que vive con el VIH durante la gestación?

Debe comenzar con la atención prenatal tan pronto sepa que está embarazada. Las mujeres que reciben atención temprana durante su embarazo tienen bebés más sanos.

La asesoría y la detección del VIH debe realizarse en los tres primeros meses de embarazo para garantizar que en la semana 14 se instaure el tratamiento que evitará el virus en el bebé.

Deben ser valoradas mes a mes por el gineco - obstetra dado que su embarazo se considera de alto riesgo y el especialista debe contar con los conceptos clínicos del infectólogo, de tal manera se garantiza el tratamiento integral e idóneo que evite complicaciones tanto en la mamá como en su bebé.

El funcionamiento del sistema inmunológico de la madre debe ser evaluado permanentemente por el médico. Es necesario conocer el nivel de células protectoras del sistema inmunológico y el nivel de carga viral (cantidad de VIH existente en la sangre).

Así se podrá establecer en qué fase de la infección por VIH se encuentra la gestante para instaurar el tratamiento más adecuado.

Dar a conocer el médico los medicamentos que toma en la actualidad y los que tomó en el pasado.

La madre debe cuidar de su estado de salud, mantener una alimentación balanceada, tomar vitaminas como ácido fólico, hierro y calcio que previenen complicaciones por desnutrición en la gestante.

Se deben consumir alimentos saludables que establecerán en conjunto con la nutricionista a partir de los conceptos del infectólogo y el médico gineco - obstetra que hace el seguimiento prenatal.

Toda mujer embarazada debe terminar su gestación con cesárea, pues ésta implica menor riesgo de exposición del bebé a la sangre de la madre. Si el tratamiento ha sido idóneo, riguroso y juicioso, al momento del nacimiento la mamá tendrá una cantidad indetectable de virus en su sangre y sí por eventos fortuitos, sucede parto y no cesárea, la efectividad del tratamiento garantizará que el bebé no se infecte.

GENERO, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

¿Qué es el género?

El término “género” describe la forma en que se es mujer u hombre dentro de un contexto social y cultural dado. A su vez, tales perfiles del género (femenino o masculino) definen las oportunidades, las funciones, las responsabilidades y las relaciones personales. Se aprende a ser hombre o mujer mediante el aprendizaje de conductas o actitudes, funciones o actividades, expectativas y deseos apropiados para cada condición. Este proceso de aprendizaje es lo que conforma la “identidad de género” y determina las funciones de los mismos. Vale decir, que las funciones de los géneros no son las mismas en todo el mundo, ni siquiera dentro de un mismo país o una misma región. Muchos factores sociales, religiosos y culturales modifican y regulan las funciones de los hombres y las mujeres en las comunidades.

Por qué es importante la perspectiva de género

La perspectiva de género examina las funciones, responsabilidades, oportunidades y recursos de las mujeres y los hombres en el marco de las relaciones entre éstos, de éstos dentro de su entorno social y la distribución de poderes entre ambos. Una perspectiva de género es fundamental en las cuestiones de salud, relacionadas con la sexualidad, debido a que su objetivo es conseguir que las mujeres y los hombres sean capaces de tomar decisiones con conocimiento de causa y en libertad sobre cuestiones sexuales y de la reproducción y les ofrece los medios para hacerlo. La perspectiva de género reconoce la importancia de la redistribución de los recursos, la reasignación del papel de hombre y mujer en diferentes escenarios y del poder de manera equitativa entre hombre y mujer.

¿Qué son los derechos sexuales y los derechos reproductivos?

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son derechos humanos universales- aplicados al contexto de la relación más íntima entre los géneros. La libertad, la integridad física, psíquica y social, la dignidad y la igualdad para todos los seres humanos, vigentes y determinantes de garantías básicas e inalienables para el ejercicio pleno e integral de una sexualidad sana y responsable.

Derechos Sexuales.

El derecho al disfrute de una vida sexual mutuamente placentera.

El derecho a decidir sobre su propio cuerpo, su salud y su forma de expresión de la sexualidad.

El derecho al conocimiento propio del cuerpo, sus procesos y funciones sexuales y reproductivas.

El derecho a la no discriminación en función de la orientación sexual.

El derecho a la información y educación en sexualidad.

El derecho a disfrutar de una vida sexual libre de violencia/o coerción sexual.

El derecho a servicios de salud sexual y reproductiva accesibles, adecuados y de calidad.

Derechos Reproductivos.

Garantizan la capacidad decidir sobre:

El número y espaciamiento de hijos/as, en función de sus necesidades deseos y expectativas.

El tipo de unión marital o suspensión de tal vínculo, establecimiento de relaciones afectivas o sexuales, de acuerdo con una elección personal e individual.

Garantizan:

A las mujeres en estado de embarazo los cuidados y controles médicos necesarios para proteger y mantener la propia vida y la del bebé.

Acceso a métodos anticonceptivos, seguros, asequibles y de calidad.

Acceso a servicios de salud reproductiva integrales y de calidad.

Acceso a información adecuada sobre su cuerpo, sus funciones y procesos reproductivos que permita la toma de decisiones orientadas al auto cuidado.

Acceso a asesorías en que se facilite el objetivo discernimiento sobre las decisiones inherentes a su ejercicio sexual y su proyecto de maternidad o paternidad.

No ser discriminada(o) por sus opciones reproductivas.

BIBLIOGRAFIA

ONUSIDA. Vivir en un mundo con VIH y SIDA. "Información para el personal de las Naciones Unidas y sus familias".

Proyecto de Reducción de la Transmisión Madre- Hijo del VIH. "Preguntas y respuestas sobre la infección por VIH / Sida y sobre las transmisión materna infantil del VIH".

ONUSIDA. Informe sobre la epidemia mundial de Sida - 2004.

Fundación Françoise - Xavier Bagnound (FXBC). "Lo que toda mujer debe saber sobre el tratamiento del VIH durante el embarazo".