

FOVIDA

FOMENTO DE LA VIDA



informandonos

sobre el

VIH SIDA

Material producido por Área de Gobernabilidad Democrática
Ejecutado con el apoyo de:



© **FOVIDA**
FOMENTO DE LA VIDA

Av. Javier Prado Oeste N° 109
Lima 17, Perú
Teléfono: 461 - 4856
Fax: 4610106
Correo electrónico: postmast@fovida.org.pe

Dirección Lima departamento
Directora Norma Rottier Hassinger

Elaboración de contenidos:
Gladys Vía Huerta

Edición:
Gladys Vía Huerta

Diseño, Diagramación e Impresión
ImpresiónArte Perú E.I.R.L.
Av. Petit Thouars 2442 Lince
4213310 - 4213661 - 999698361

SIDA

SIDA son las siglas del síndrome de inmunodeficiencia adquirida.

SÍNDROME

Conjunto de signos o síntomas que aparecen al existir la infección.

DEFICIENCIA

Debilitamiento importante del sistema inmunitario o de defensa.

INMUNO

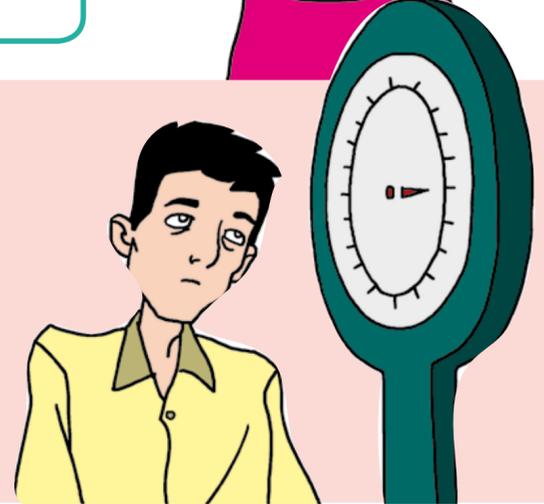
Hace referencia al sistema de defensa del cuerpo

ADQUIRIDA

Se adquiere por medio de una infección.



El **SIDA** está claramente definido por signos (*lo que se ve en el cuerpo de la persona*) o síntomas (*lo que la persona refiere*) que aparecen como el adelgazamiento extremo, diarrea crónica, infecciones y cánceres específicos. Es decir la persona con sida puede ser víctima de distintas enfermedades.



El nombre del virus que causa el SIDA es el **VIH**



VIH

VIRUS

Dentro de la clasificación de los microbios éste es un virus.

HUMANO

La transmisión del virus sólo se da de humano a humano.

INMUNODEFICIENCIA

El virus afecta el sistema inmunológico disminuyendo la capacidad de defensa del organismo.

La persona que vive con **VIH** no tiene síntomas y se siente totalmente sana, pues su nivel de glóbulos blancos aún no ha disminuido lo suficiente y los que le quedan, aún le sirven para combatir las infecciones o enfermedades. Quien no presenta ningún síntoma se le conoce como persona no sintomática del VIH, sin embargo puede transmitir el VIH.

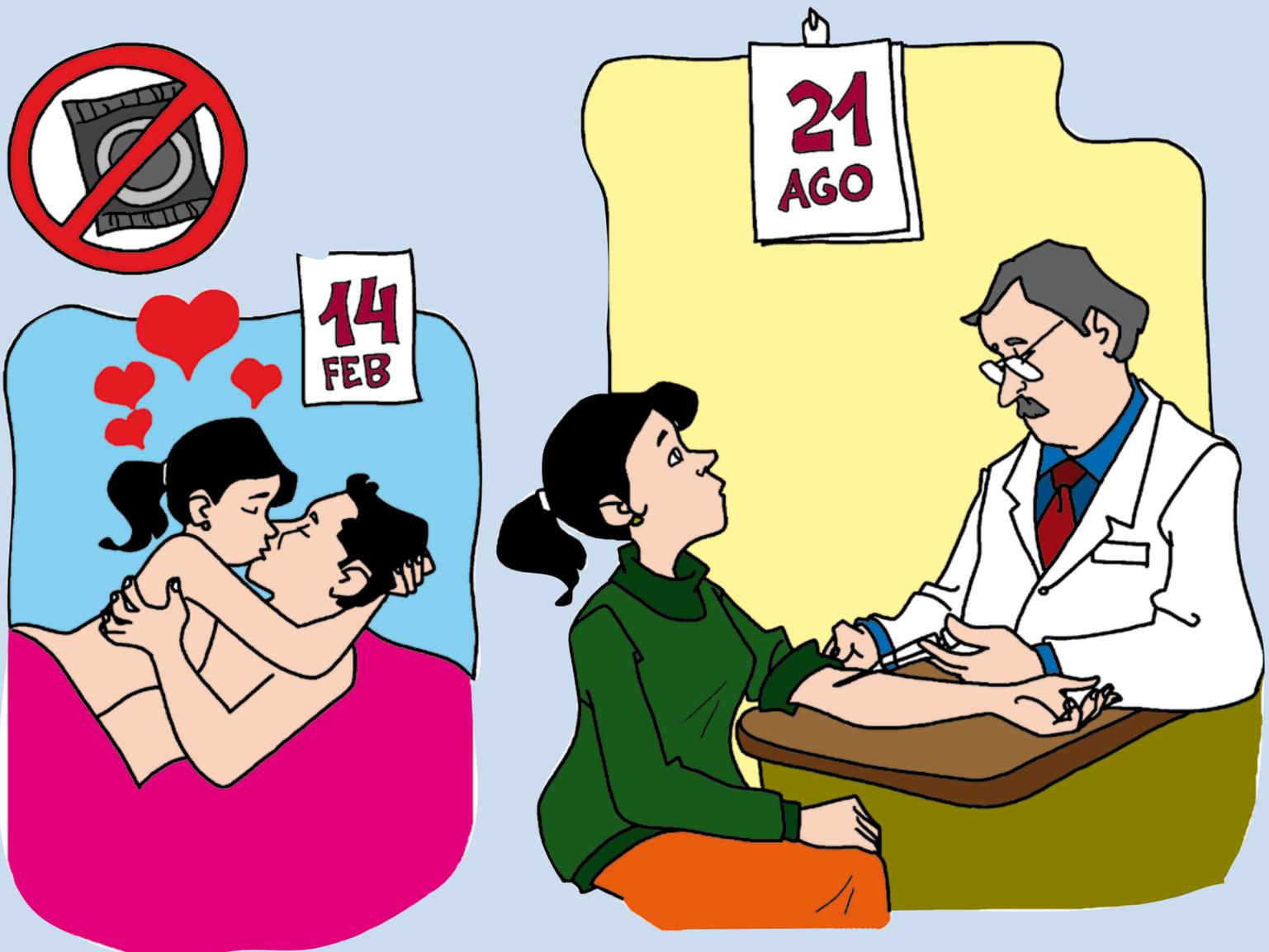
VIH



Diagnóstico

Para saber si hemos adquirido el VIH/SIDA tenemos que realizarnos una prueba llamada **ELISA** y si saliera esta positivo para confirmar se realizará otra prueba que se llama **WESTERN BLOT**.

Para que una persona pueda saber si la prueba de ELISA dio positivo (adquirió el VIH), necesita esperar como mínimo de seis a doce semanas después de que haya tenido una conducta de riesgo porque su cuerpo necesitará de este tiempo para producir anticuerpos frente al VIH, este tiempo se conoce como período de ventana. Si la persona se realiza la prueba antes de este lapso pueda ser que la prueba salga negativa.



Importancia del Sistema Inmunológico en el VIH/SIDA

Sistema Inmunológico
=
Sistema de defensa del cuerpo

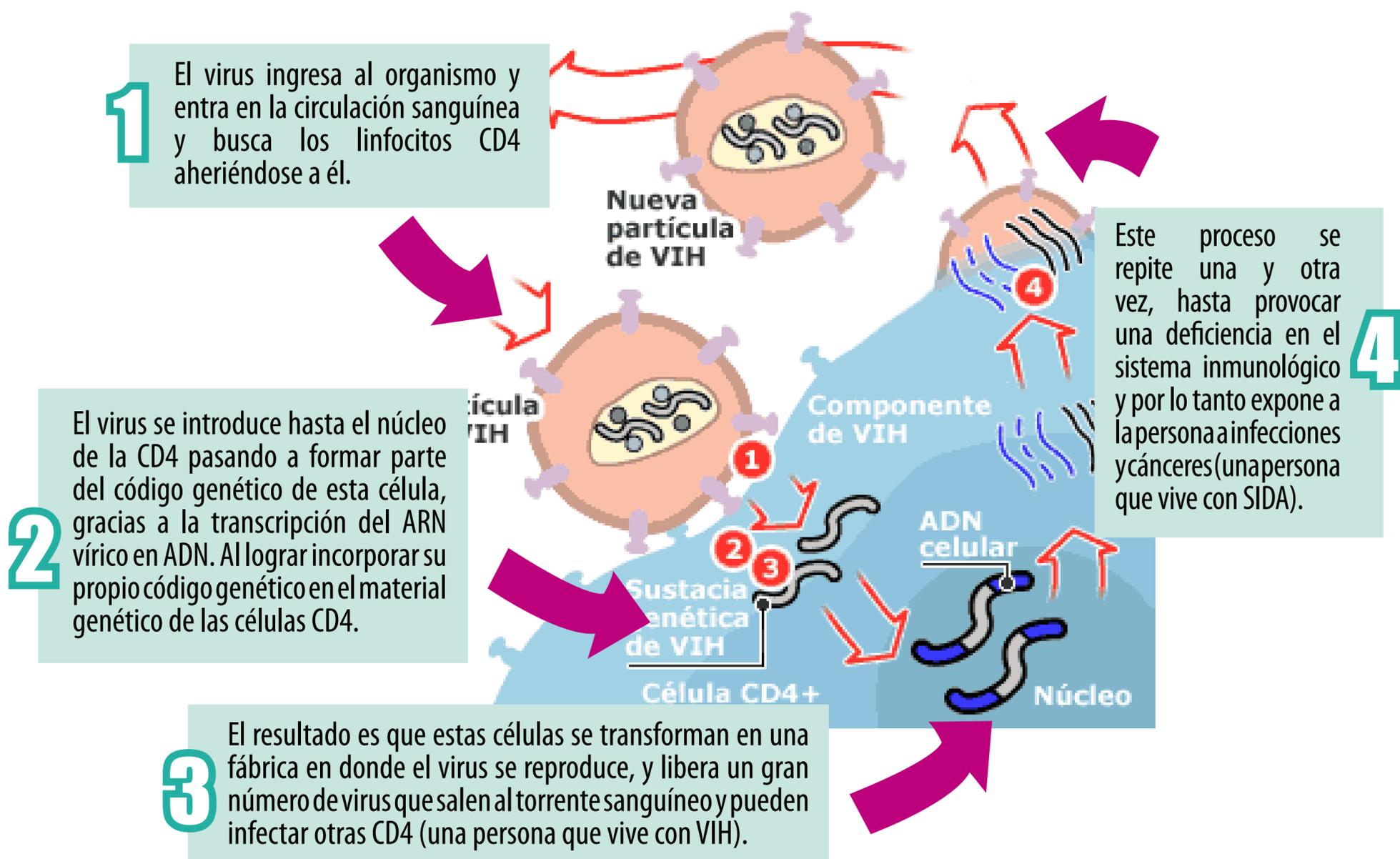
Actúa en todo el organismo gracias especialmente a un grupo de glóbulos blancos de la sangre, los linfocitos, entre los cuales destacan los linfocitos CD4 que son los que dirigen las operaciones de defensa para detener y limitar el agente extraño.



SISTEMA INMUNOLOGICO
ENFERMEDADES
ENFERMEDADES
ENFERMEDADES

¿Cómo ataca el VIH al sistema inmunológico?

Cuando el virus ingresa al organismo, entra en la circulación sanguínea y busca su blanco de ataque, los linfocitos CD4. Al ubicarlo se adhiere a él y la pared de la célula se abre y deja entrar el virus.



¿Cómo logra el VIH ingresar al cuerpo de una persona?

El VIH es un virus transmisible, pero solamente bajo condiciones bien identificadas. Una práctica es considerada de riesgo cuando están presentes tres condiciones:

1. Presencia de VIH

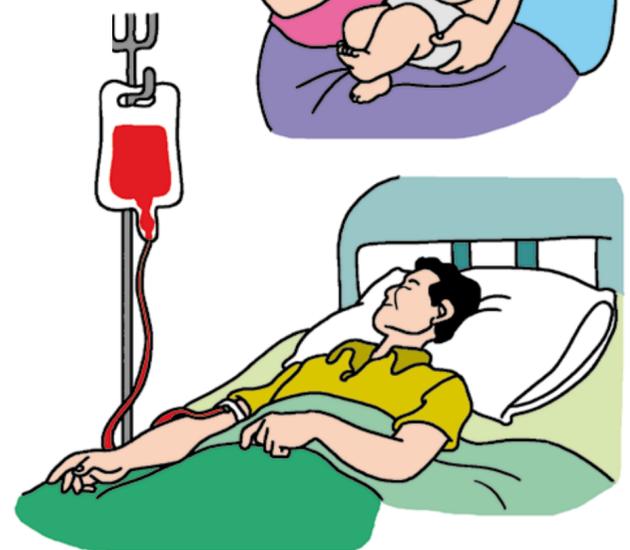
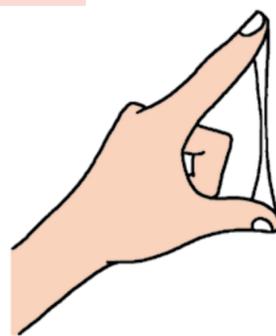
El virus se transmite de una persona a otra, por lo tanto se requieren que una de estas personas viva con VIH para transmitirlo. Pero **¿Cómo saber si alguien vive con VIH?** Por apariencia no se puede saber, por lo tanto se deben tomar medidas preventivas como si el virus estuviera presente.



2. Fluido que transporte VIH

Si transportan el VIH:

- Fluidos Vaginales
- Semen
- Líquido Pre- eyaculatorio
- Sangre
- Leche Materna
- Transplante de órganos
- Los líquidos cefalorraquídeo, sinovial, ascítico, pleurítico y pericárdico también transportan VIH, pero no son fluidos expuestos.



Los fluidos que no transportan el VIH

- | | | |
|--------------|----------|--------------|
| ■ Orina | ■ Saliva | ■ Lágrimas |
| ■ Excremento | ■ Sudor | ■ Estornudos |

3. Punto de entrada al cuerpo

El virus solo ingresa al organismo por medio de las mucosas expuestas: los ojos, la boca, el ano, los genitales, en el caso del hombre estaríamos hablando del glande y el orificio uretral, en el caso de la mujer la vagina y los labios menores. También las heridas abiertas o sangrantes, ulceraciones, quemaduras, etc.

Formas de transmisión del VIH

Transmisión por vía sanguínea

A través de sangre infectada con VIH en transfusiones, sus derivados u órganos. También mediante el uso compartido de jeringas u objetos personales o punzocortantes (navajas, tijeras, agujas de acupuntura o de tatuajes, etc.), no esterilizados.

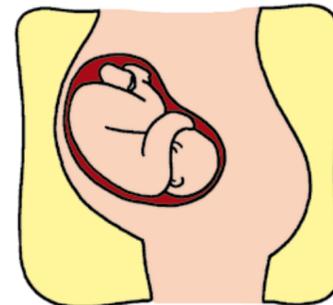


Prevencción

- Verificando que la sangre para transfusiones sanguíneas haya sido analizada y tenga el sello de seguridad del Ministerio de Salud.
- Usando agujas y jeringas nuevas descartables en inyectables y tatuajes.
- No compartiendo útiles personales: cepillos de dientes, navajas, máquinas de afeitar, cortaúñas u otro objeto punzocortante.

Transmisión por vía perinatal

Si la madre vive con VIH/SIDA existe hasta un 30% de probabilidades de que se de la transmisión del virus a su bebé. En tres momentos: Durante el embarazo, durante el parto y durante la lactancia.



Prevencción

- Diagnostico
- Tratamiento preventivo con antirretrovirales.
- Parto por Cesárea
- No lactancia materna

Transmisión por vía sexual

El VIH se encuentra presente en el semen, la sangre y las secreciones vaginales. Este tipo de secreciones se intercambian durante las relaciones sexuales, vaginales, anales u orales sin protección.



Prevencción

- **El sexo seguro** no permite que el semen, el fluido vaginal o sangre ingrese en el cuerpo.
- **Prácticas sexuales seguras** son actividades que disminuyen la transmisión de las ITS y el VIH:
 - Limitar el número de parejas.
 - Uso de condones en cada relación sexual vaginal, anal u oral.
 - Alternativas al sexo penetrativo, caricias, besos, frotamiento, masturbación mutua, juegos eróticos.
 - Discutir habilidades de Negociación con la(s) pareja(s).

Cómo NO se transmite el VIH?

El VIH no se transmite:

- Por el aire como el virus de la gripe.
- Por cuidar a un/a enfermo/a de Sida.
- Por convivir en la misma casa, por usar los mismos platos o por compartir los alimentos.
- De un/a niño/a viviendo con VIH/SIDA a uno/a sano/a en la escuela.
- Por besar, abrazar o por usar un mismo baño.
- Por picaduras de mosquitos.
- En piscinas.

Etapas del VIH

Infección primaria o infección aguda

La infección primaria, también conocida como infección aguda, es cuando el virus se instala en el cuerpo generalmente dura de 1 a 2 semanas. Describe el período de tiempo entre la infección y el desarrollo de anticuerpos (proteínas que el sistema inmunológico produce en respuesta a la infección) contra el virus (generalmente de 6 a 12 semanas) y que después puede ser detectado con una prueba de VIH. De hecho, las personas se pueden ver san@s, la única manera de averiguar si se está infectad@ es haciéndose la prueba de diagnóstico.

Conversión serológica

El sistema inmunológico de una persona VIH positiva responde a la infección produciendo anticuerpos contra el virus dentro de los 3 meses de haberse infectado y en algunos casos dentro de los 6 meses. Si se realiza una prueba de anticuerpos antes de que la conversión serológica haya finalizado, el resultado puede dar "falso negativo" porque aún no se han desarrollado suficientes anticuerpos. A este periodo se conoce como Periodo de Ventana.

La etapa asintomática

Después de la etapa aguda de infección, las personas infectadas se sienten bien por mucho tiempo, generalmente años. Durante esta etapa, lo único que indica que está infectado es que el resultado.

Sin embargo, el VIH está activo y debilita el sistema inmunológico, y en algún momento se produce un descenso rápido del sistema inmunológico y el virus se multiplica rápidamente. Esto se puede observar en los análisis antes de que se experimentan los síntomas.



La etapa sintomática de la enfermedad por VIH (SIDA)

Etapa temprana y media

Cuando el sistema inmunológico se ve comprometido por la infección, muchas personas comienzan a experimentar síntomas leves, como erupciones en la piel, fatiga, sudores nocturnos, pérdida de peso, úlceras en la boca, infecciones por hongos en la piel y en la uñas, antes de desarrollar la enfermedad más grave. Generalmente se lleva en promedio de 5 a 7 años para que aparezcan los primeros síntomas de enfermedad.

Etapa tardía

El daño al sistema inmunológico es más grave, las personas pueden padecer infecciones oportunistas como: Pneumocystis carinii, el complejo Mycobacterium avium, el citomegalovirus, la toxoplasmosis, y la candidiasis.

Se puede dar un diagnóstico de SIDA a una persona VIH + que tenga un recuento de CD4 menor que 200/mm³ ó antecedentes de una de las infecciones oportunistas. Es importante tener en cuenta que esta definición de SIDA puede aplicarse a personas VIH + que nunca experimentaron síntomas de enfermedad.



TARGA

Tratamiento Antirretroviral



Objetivo del TARGA

Es prevenir la replicación del virus (impedir que haga más copias de si mismo), lo que resulta en el incremento del recuento de linfocitos T CD4, mejorando la función inmune, retrasando la progresión clínica y prolongando el tiempo de sobrevida.



El **TARGA** ha demostrado beneficios en la disminución de la morbi-mortalidad, con la consecuente mejoría en la calidad de vida.

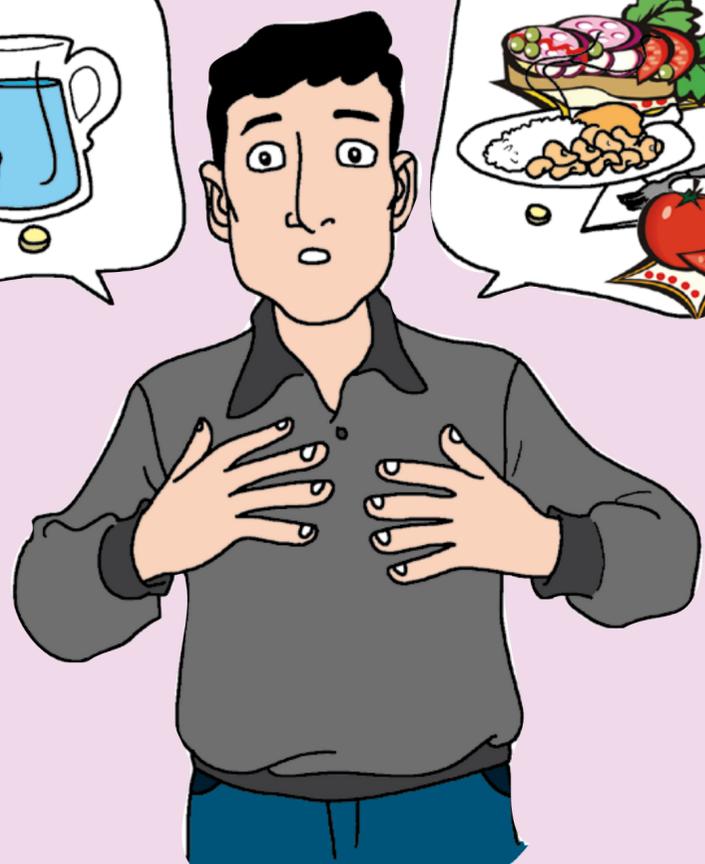
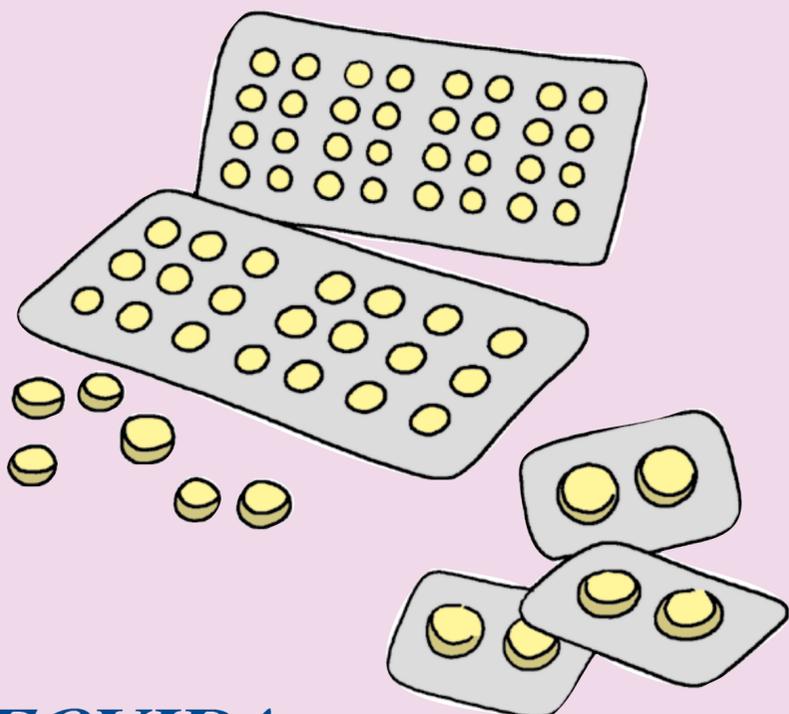
La Adherencia a la TARGA



La Adherencia a la **TARGA**, es el cumplimiento adecuado de toma de la medicación antirretroviral (dosis, horarios) con el objeto de alcanzar el máximo beneficio del tratamiento para disminuir la carga viral del cuerpo y evitar que el virus se haga resistente al tratamiento.

Para lograr una buena adherencia usted debe adaptarse a:

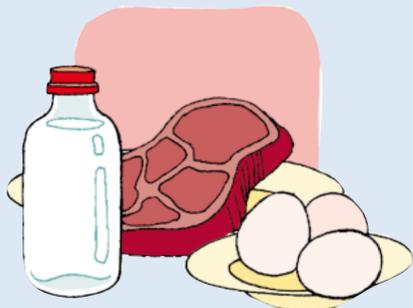
- Los medicamentos que se toma
- Cuantas pastillas, cuantas veces al día
- Tomarlas con alimentos o con el estomago vacío, según las indicaciones medicas
- Como guardarlos
- Cuales son los efectos secundarios y que podemos hacer, si los tienen



Cuidados a tener en cuenta

Alimentación:

Es importante cuidar la alimentación, para mejorar las defensas, tolerar y responder mejor a los tratamientos médicos y conservar su energía y peso. Se debe comer en forma balanceada:



Proteínas

Para mantener los músculos, huesos y órganos en buen estado, animal o vegetal: leches, carnes menestras, huevos, queso, yogurt.



Carbohidratos

Para proporcionar energía: los tubérculos, cereales y azúcares.



Grasas

También proporcionan energía: manteca, margarina, aceite y oleaginosas (maní, pecanas, nueces, etc.)



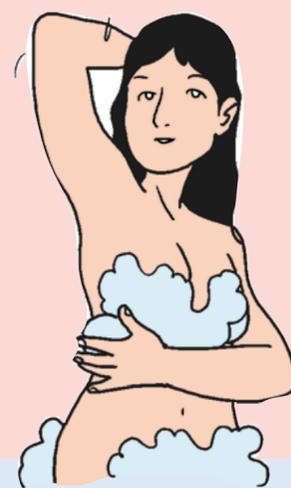
Vitaminas y minerales

Aumentan nuestras defensas: frutas y verduras.

Higiene:

Protege el cuerpo de posibles infecciones y hace sentir confortable.

- Es recomendable bañarse diariamente, si no es posible lavarse la cara, axilas, y los genitales.
- Cepillarse los dientes después de cada comida.
- Es indispensable cambiarse frecuentemente de ropa.
- En el caso de las niñas que menstruan, la higiene vaginal debe ser frecuentes en esos días.



Actividad Física:

Relaja y estimula (abre el apetito, aumenta las defensas) mejora nuestra salud y calidad de vida, siempre y cuando no cause fatiga, debilidad o mareo: caminar (30 a 60 minutos), andar de prisa, correr, nadar, manejar bicicleta, bailar, etc.

Sueño y Descanso:

El dormir y descansar es esencial para poder mantener un adecuado nivel de actividad durante el día y tener una mejor salud.



Leyes que protegen a las Personas Viviendo con el VIH y SIDA



Constitución Política del Perú

Capítulo II, Artículo 7: Todos tienen derecho a la protección de su salud, la del medio familiar y la de la comunidad así como el deber de contribuir a su promoción y defensa.

Ley General de Salud

Título 1: De los derechos, deberes y responsabilidades concernientes a la salud individual.

Artículo 2°.- Derecho a exigir que los servicios que se le prestan para la atención de su salud cumplan con los estándares de calidad.

Artículo 15°.- Toda persona, usuaria de los servicios de salud, tiene derecho a:

- Respeto de su personalidad, dignidad e intimidad.
- Exigir la reserva de la información relacionada con el acto médico y su historia clínica.
- A no ser sometida, sin su consentimiento, a exploración, tratamiento o exhibición con fines docentes.
- A no ser discriminado en razón de cualquier enfermedad o padecimiento que le afectare.

Ley 26626 - CONTRASIDA

- Las pruebas para diagnosticar el VIH/SIDA son voluntarias y sus resultados son de carácter confidencial. Nadie puede discriminarnos por vivir con el VIH/SIDA.
- No podrá condicionarse ningún tipo de atención médica o quirúrgica a la realización previa de exámenes para VIH.
- La Consejería y el consentimiento informado son importantes antes de una prueba para VIH/SIDA.

Ley 28243

(Modificatoria de la Ley 26626)

- Las pruebas para diagnosticar el VIH/SIDA son voluntarias previa consejería obligatoria.
- Se consideran casos de excepción a la voluntariedad el de:
Los donantes de sangre y de órganos.
Las madres gestantes cuando exista riesgo previsible de contagio o infección.
- Toda persona que se encuentre viviendo con VIH/SIDA tiene derecho a recibir atención integral de salud continúa y permanente, comprende el suministro de medicamentos.