

Porque me quiero me cuido

¿Ya te hiciste la prueba?

*Te respondemos a las 40 preguntas más comunes sobre el VIH y el SIDA entre los jóvenes*

### 1. ¿Qué es un Virus?

Es un agente infeccioso que vive y se multiplica dentro de la célula de un ser vivo. Sólo es visible a través del microscopio.

---

### 2. ¿Qué es el VIH?

Es el Virus de Inmunodeficiencia Humana, destruye nuestro sistema inmunológico, es decir, nos deja indefensos. La infección por el VIH conduce al SIDA. Ojo, este virus sólo ataca a la especie humana.

---

### 3. ¿Qué es el SIDA?

Es un etapa del VIH. El SIDA hace que el sistema de protección de nuestro cuerpo contra las enfermedades e infecciones no funcione, es decir, nuestro organismo no tiene la fuerza para protegernos. SIDA significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. ¿Por qué?

**Síndrome** porque es un conjunto de síntomas que indican una enfermedad o una condición, no es una enfermedad en sí.

**inmuno-Deficiencia** porque el VIH produce una deficiencia en el sistema inmunológico que es el que nos protege contra el ataque de parásitos, microbios o otras infecciones.

**Adquirida** porque el SIDA se adquiere por actos concretos, no se contagia así nomás.

---

### 4. ¿Qué hace el VIH dentro de nuestro organismo?

El VIH ataca todas las defensas de nuestro cuerpo que nos protegen contra enfermedades, dejándonos débiles y sin poder curarnos, hasta que nuestro organismo se queda débil, sin defensas y expuesto a cualquier virus o microbio.

---

### 5. ¿Cuáles son los síntomas del SIDA?

El SIDA no tiene síntomas propios, se manifiesta con un conjunto de síntomas que provocan otras enfermedades, contra las que un cuerpo infectado no puede defenderse, como la tuberculosis, toxoplasmosis, herpes, neumonía y un largo etcétera.

---

**6. Muchos se preguntan si las personas que tienen SIDA mueren en el acto. Sin embargo, es posible que la pregunta detrás de esta pregunta sea: ¿El SIDA mata?**

No. Las que matan son las enfermedades que provoca el SIDA al cuerpo indefenso. Las enfermedades oportunistas matan, ellas hacen leña del árbol caído.

---

**7. Por qué se dice que el SIDA es una infección de transmisión sexual?, ¿no era que se transmitía por las jeringas, o por las transfusiones de sangre?**

El virus del VIH que produce el SIDA puede transmitirse de tres formas: por transfusión sanguínea, de la madre a su bebé y mediante relaciones sexuales desprotegidas. El 93% de los casos de VIH en Bolivia se transmite a través de relaciones sexuales sin condón.

---

**8. ¿El SIDA es una enfermedad genética?**

No. Porque el virus no puede traspasar el óvulo ni el espermatozoide, pero sí puede ser transmitido de la madre al bebé durante el embarazo, el parto, dando el pecho al bebé y a través de la sangre.

---

**9. ¿Quieres saber cuál es la situación del VIH/SIDA en Bolivia?**

Según el Programa Nacional ITS/VIH/SIDA del Ministerio de Salud y Deportes, hasta diciembre del 2003 se han registrado 1.227 personas que viven con VIH y SIDA en Bolivia. ONUSIDA calcula que hasta la misma fecha viven alrededor de 4.600 personas con este virus en el país.

---

**10. ¿Cómo sé si tengo el VIH?**

Te recomendamos conocer que es un test de ELISA. La prueba de ELISA es un test para el VIH que puede detectar la presencia de los anticuerpos que crea nuestro organismo para defenderse del VIH. Esta prueba debe hacerse a los 3 meses de haber estado en una situación de riesgo, porque los anticuerpos tardan 3 meses en formarse. Este tiempo se llama período ventana.

---

**11. ¿Cómo se reconoce a una persona con SIDA?**

A simple vista es imposible saber si alguien tiene el virus, la única manera es hacerse un análisis de sangre mediante el test de ELISA, de modo voluntario y confidencial. La persona que decida hacerse el test tiene derecho a la estricta confidencialidad y consejería antes y después de saber el resultado. No está obligada a dar su nombre.

---

## **12. ¿El SIDA se contagia como una gripe?**

No. El VIH se transmite de una persona que vive con el VIH a otra, a través de tres formas: 1. Por relaciones sexuales sin condón. 2. Por transfusiones de sangre o al inyectarse con jeringas infectadas. 3. De una madre a su bebé durante la gestación, el parto y la lactancia materna.

---

## **13. El otro día dí un beso larguísimo, creo que de 10 minutos... ¿Es posible que esté en peligro?**

La saliva, el sudor y las lágrimas tienen virus del VIH, sin embargo no en cantidad suficiente para transmitirlo. En cambio, la cantidad de virus que existe en la sangre, el semen, los fluidos vaginales, la leche materna y el líquido amniótico, sí son suficientes para transmitir el virus del VIH a cualquier persona.

---

## **14. ¿Cuáles son las puertas de ingreso del virus del VIH, para que se transmita de una persona a otra?**

Una persona puede transmitir el virus a otra, a través de dos puertas: Puerta de entrada.- A través de una herida, en los órganos sexuales, la boca o el ano. Puerta de salida.- A través de la sangre, secreciones sexuales y leche materna. Si bares estas puertas, te quedas con el virus para toda la vida.

---

## **15. ¿Hay riesgo en las transfusiones sanguíneas?**

Sí. Por eso es preciso asegurarnos de la calidad de la sangre antes de una transfusión. En nuestro país, la sangre que se recibe en donación está protegida a través de una serie de pruebas que protegen al donante y al receptor.

---

## **16. ¿Se puede adquirir el VIH por medio de jeringas?**

Sí. Cuando se comparten o utilizan jeringas contaminadas con el virus del VIH. Pero, recuerda que el virus no se ve a simple vista, por eso siempre se debe usar una jeringa nueva.

---

## **17. ¿Puedo adquirir el VIH por medio de tatuajes?**

Sí. Por eso se debe exigir el uso de agujas desechables.

---

## **18. Si tengo relaciones con condón. ¿Estoy protegido de la transmisión del virus del VIH?**

Sí. El condón es la mejor manera de reducir el riesgo de la transmisión del VIH durante las relaciones sexuales, sean vaginales, anales u orales. Pero, también se

ha demostrado que el 5% de las personas se infectaron utilizando incorrectamente el condón.

---

### **19. ¿Puedo adquirir el VIH en una relación sexual sin penetración?**

Todo depende. Sin penetración no hay infección mientras no haya contacto con secreciones y fluidos genitales (semen) o sangre.

---

### **20. ¿El VIH se transmite por tener sexo oral?**

Sí. Es posible, siempre que haya un contacto de la boca con las secreciones sexuales y siempre que en la boca existan heridas que sirvan de puertas de entrada al virus.

---

### **21. ¿El VIH se adquiere por sexo anal?**

Sí. Si no usas un condón, porque el ano no lubrica como la vagina, por tanto es probable que en una relación anal, se provoque alguna herida que sirva de puerta para la entrada del VIH.

---

### **22. ¿El VIH se transmite por besar?**

Mua, mua, mua...No, No se transmite al besar, ni al acariciar, ni al abrazar, porque recuerda que la saliva no tiene la suficiente cantidad de virus.

---

### **23. ¿El VIH se transmite al masturbarse?**

No. La masturbación es un acto íntimo de exploración personal. Si la masturbación se hace en pareja, se debe evitar el contacto con las secreciones sexuales.

---

### **24. ¿El VIH se transmite por usar baños públicos?**

No. El VIH vive muy poco tiempo fuera del cuerpo humano y además en las heces fecales o la orina no hay cantidad suficiente de virus para transmitirse.

---

### **25. ¿El VIH se transmite al compartir comida con una persona con SIDA?**

No. Ni al comer del mismo plato, ni al beber del mismo vaso, ni al compartir utensilios porque recuerda que el virus vive muy poco tiempo fuera del cuerpo.

---

### **26. ¿Una mujer con el VIH puede transmitir el virus a su bebé?**

Sí. Existe un 20% de probabilidad de que una madre le transmita el virus a su bebé a

través de la lactancia materna, el embarazo o el parto. Es decir que de cada 5 bebés nacidos de una madre con el virus, sólo uno se transmitiría el VIH.

---

**27.¿Cómo se previene el SIDA?, o mejor aún,¿cómo se previene la transmisión del VIH en las relaciones sexuales?**

A través de la abstinencia, la fidelidad y el uso consciente y correcto del condón en cada relación sexual.

---

**28.¿Es verdad que le virus del VIH puede atravesar el latex con el que está fabricado el condón?**

No. Porque el latex de buena calidad no tiene poros o espacios, además el virus no anda suelto, viaja dentro de un glóbulo blanco, que es bastante grande.

---

**29.Al comprar un condón,¿qué tengo que fijarme?**

Todo es cuestión de calidad. Debe ser de latexl la fecha de fabricación no debe pasar 4 años, no debe estar abierto ni magullado y debe tener un colchón de aire.

---

**30.¿Cómo uso un condón correctamente?**

Vamos por partes:

1. Usa el condón desde el inicio de la relación.
  - 2.Ábrelo con cuidado por la ranura de la envoltura.
  - 3.Sujeta el preservativo por la punta dejando un espacio sin aire para el depósito del semen.
  - 4.Deslízalo por el pene erecto, hasta la base.
  - 5.Luego de concluir la relación con el pene todavía erecto, retira el condón con ambas manos desde la base.
  - 6.Bota el condón a la basura.
- 

**31.¿Hay mayor protección si hombre y mujer usamos condón?**

No. Cuidado, lo que parece una buena idea al principio, puede no serla al final. La fricción puede romper la protección de ambos y dejar pasar las secreciones sexuales.

---

**32.Alguna vez te preguntaste:¿Si estoy usando un método anticonceptivo, como las pastillas, por ejemplo, estoy protegido?**

La respuesta es no. Es muy importante que no confundas condón como barrera frente al VIH con condón como método anticonceptivo. Los métodos anticonceptivos como la T de cobre, las inyecciones o píldora, sólo sirven para una cosa: para evitar los embarazos no deseados, no te protegen contra infecciones de transmisión

sexual.

---

**33. ¿El VIH y el SIDA tienen cura? ¿Cómo se puede prolongar la vida de una persona con SIDA?**

No. Ni el VIH ni el SIDA tienen cura, sólo se previenen. Los medicamentos más eficaces son los que actúan directamente contra este virus, se llaman antirretrovirales y permiten a la persona que vive con VIH, tener una vida casi normal, pero su precio es elevado.

---

**34. ¿Cómo debo actuar ante un amigo o amiga que tiene VIH?**

Una persona con el VIH/SIDA necesita trato humano, solidaridad, amor, comprensión y comunicación. Es un ser humano como todos.

---

**35. ¿Quieres saber qué instituciones apoyan a las personas que viven con el VIH/SIDA?**

En cada departamento existe un Centro de Salud específico en el tema donde brindan apoyo a estas personas, además de ONGs y grupos de autoayuda en casi todas las regiones del país. Por ejemplo, el IDH, Esperanza Positiva y Vivo en Positivo en Cochabamba, Asociación Más Vida y Wasynancywa en La Paz, Red Vida y Comunidad Encuentro en Santa Cruz, entre las principales.

---

**36. ¿Una persona con VIH puede tener una buena calidad de vida?**

Sí. por supuesto. Si tiene amigos y familiares en quienes confiar, buena alimentación, vida sana, descanso suficiente, deporte y sobre todo tratamiento antirretroviral.

---

**37. ¿Por qué hay quienes rechazan a las personas con VIH/SIDA?, ¿Qué temen?**

Por miedo, por prejuicio, por ignorancia y sobre todo por un recuerdo de su propia vulnerabilidad frente a la enfermedad. ¿Sigo?

---

**38. ¿Por qué no debemos hacer públicos los nombres de las personas que viven con el VIH o con SIDA?**

Por ética, por respeto a la persona, a su confidencialidad y privacidad, para evitar que sean discriminadas por las personas que no tienen información correcta.

---

**39. ¿En qué consiste el "sexo seguro"?**

Tener "sexo seguro" significa tomar todas las precauciones que disminuyen el riesgo

de transmitir o adquirir las infecciones de transmisión sexual y el VIH, implica protegerse y usar correctamente un condón para CADA relación sexual.

---

#### **40. ¿Qué es la abstinencia?**

Es una forma de prevenir el VIH. La abstinencia consiste en no tener relaciones sexuales o en retrasar el momento de tenerlas por primera vez.