



Fondazione  
**onda**

Osservatorio nazionale sulla salute  
della donna e di genere

**EL VIH**  
**te interessa**  
**a ti tambien.**

**Infòrmate, protégete**



## **ONDA - QUIENES SOMOS**

Somos un observatorio que desde el 2006 hace promoción de la medicina de género\* a nivel institucional, científico, sanitario-asistencial y social con el objetivo de respaldar, proteger y mejorar la salud de las mujeres según un enfoque de ciclo de vida, promoviendo actividades y proyectos basados en las necesidades específicas de los distintos ciclos de vida de las mujeres. Desde el 2018 hemos abierto también un focus sobre la salud de los hombres y de la pareja.

Para recibir mayor información sobre los proyectos y descargar materiales con informaciones útiles:

**[www.ondaosservatorio.it](http://www.ondaosservatorio.it)**

Desde el 2007 se premian y se hacen conocer los hospitales que promueven servicios y procesos diagnóstico-terapéuticos "hechos especialmente para las mujeres". Para conocer las estructuras con Bollini Rosa y las iniciativas, para acercar la población a los cuidados que se ofrecen, a través de servicios gratuitos y dejar un comentario sobre su experiencia:

**[www.bollinirosa.it](http://www.bollinirosa.it)**

Desde 2016, se hacen conocer y se premian las residencias sanitarias-asistenciales dedicadas a adultos mayores que no son autosuficientes (RSA) que promueven una gestión personalizada y humana de los huéspedes. Para conocer las residencias con Bollini RosaArgento y las iniciativas promovidas para familiares de pacientes hospitalizados y dejar un comentario sobre su experiencia:

**[www.bollinirosargento.it](http://www.bollinirosargento.it)**



## **Introducción**

**1. Que es el VIH y el SIDA**

**2. Como se transmite**

**3. Como hay que protegerse**

**Box: enfermedades que se transmiten sexualmente**

**5. Como saber si se ha sido contagiado por la infección**

**6. Que tipo de cuidados y tratamientos hay que seguir**

**7. Comportarse de manera responsable**

**8. Si crees que has corrido riesgos: ¿qué hacer?**

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años la atención y el interés por la infección por VIH y la enfermedad manifiesta, el SIDA, han disminuido progresivamente, causando una disminución significativa en la percepción del riesgo de exposición en la población mundial.

Onda - Observatorio Nacional de Salud y Género de las Mujeres, gracias al apoyo de la Fundación Gilead, realizó una encuesta para fotografiar el conocimiento y la actitud hacia la prevención del VIH en la población latino-americana que reside en Italia con el objetivo de estudiar acciones de sensibilización específicas con respecto a los datos recogidos.

La encuesta incluyó a más de 200 personas, hombres y mujeres, entre Milán y Roma, que vienen de Bolivia, Cuba, Ecuador, El Salvador, Perú, República Dominicana.

Los datos muestran que las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y, por lo tanto, también el VIH, son generalmente conocidas, aunque se trata de un conocimiento superficial.

La mala o poca información, cuando se trata del VIH, es un peligro real, ya que inevitablemente lleva a subestimar la posibilidad de contraer el virus.

A la pregunta "A ti también te puede pasar", más del 40% responde "para nada" y en las mujeres la cifra aumenta a 44%.

Esto demuestra que el nivel de atención sobre el tema debe mantenerse alto.

Este folleto, hecho con el apoyo de expertas mediadoras culturales, se creó para proporcionar la información necesaria para conocer y, sobre todo, prevenir el VIH mediante una conducta responsable que responda a una necesidad que surgió en la fase de investigación (el 27% se considera poco informado).

**La información es la herramienta principal para crear conciencia sobre el tema y es la mejor forma de prevención, ya que permite implementar las medidas necesarias para proteger y cuidar la propia salud y la de los seres queridos**

Agradecemos a las asociaciones que han colaborado para llevar a cabo la encuesta.:

Comunità Italo peruana, Milano

ADA - Associazione DonnaArte, Milano

Anacaona Mujeres Dominicanas en Italia, Milano

Baobab Onlus, Milano

La casa Boliviana onlus, Roma

ProMueve RD Onlus, Roma



## 1. Que es el VIH y el SIDA

**V**ih es la sigla de Human Immunodeficiency Virus (virus de la inmunodeficiencia humana) y es la causa del SIDA (Síndrome de inmunodeficiencia adquirida). Se habla de “síndrome” porque el cuadro clínico está caracterizado por múltiples enfermedades reconducibles a la misma causa y “adquirida” ya que el estado de anulación del sistema inmune es consecuencia de la infección viral.

De hecho, **el virus tiene como objetivo atacar el sistema inmunitario** (en particular a las células llamadas linfocitos T CD4+) **que se vuelve incapaz de defender al cuerpo de las enfermedades**, incluso de las infecciones más banales.

Las personas que contraen el VIH (“VIH-positivo”) **no están enfermas de SIDA**, pero están destinadas a serlo, en ausencia de atención adecuada.

**Todavía no existe una cura que pueda eliminar permanentemente el VIH del cuerpo** o una vacuna. Sin embargo, **el diagnóstico precoz y el acceso rápido y en poco tiempo a terapias** antirretrovirales permiten que una persona VIH positiva tenga una esperanza de vida indefinida, aún siendo el portador del virus.



## 2. Como se transmite

**E**l VIH se transmite a través del intercambio de fluidos corporales infectados, en cualquier etapa de la enfermedad, como: sangre, fluido seminal, secreciones vaginales y leche materna. La infección no se puede transmitir con saliva o por simple contacto con la piel. Las formas posibles de transmisión del virus son tres:

**1) SEXUAL**, a través de las relaciones sexuales (vaginal, anal y oro-genital) no protegidas por un condón. Es el modo de infección más frecuente y el riesgo de transmisión depende de múltiples factores, en primer lugar la carga viral, es decir, la cantidad de virus presente en los líquidos biológicos: cuanto mayor es la carga, mayor es el riesgo. Entre los otros factores: el número de relaciones no protegidas, las relaciones de penetración (vaginal y anal; el riesgo concierne a ambos, pero es más alto para las relaciones sexuales anales) o violento que puede causar heridas y lesiones de la piel y las membranas mucosas; presencia de otras infecciones de transmisión sexual, sexo.

**¡Atención! Las mujeres, por razones anatómicas, están en mayor riesgo.**

**2) EMÁTICA**, a través del intercambio de jeringas y el intercambio de materiales de inyección (cucharas, viales, filtros)

**3) VERTICAL**, de la madre al feto durante el embarazo, el parto y la lactancia. El riesgo se puede minimizar adoptando las precauciones adecuadas (terapia antirretroviral durante el embarazo, parto por cesárea, lactancia artificial y profilaxis antirretroviral para el recién nacido).





### 3. Prevenção

La transmisión sexual es el principal modo de transmisión del virus.

**E**l único instrumento que protege contra la infección por el VIH es el condón (o profiláctico) \* que, al formar una barrera entre los genitales masculinos y femeninos, evita el contacto directo.

Su **uso regular** (debe ser usado desde el principio y durante toda la duración de la relación) **y correcto**, es el medio más adecuado para la **prevención de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluido el VIH.**

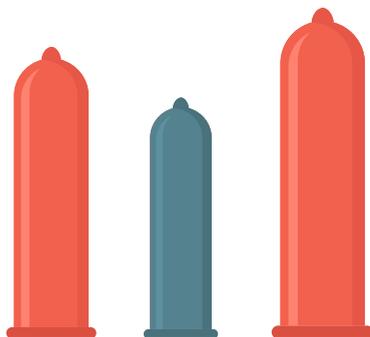
Dado que solo la integridad perfecta del condón garantiza su efectividad, debe conservarse bien para no alterar el material y usarse de acuerdo con la fecha de caducidad indicada en el paquete.

Las drogas no son en sí mismas una forma de transmisión del VIH: es la forma en que se consumen las que pueden exponerlas al riesgo. En el caso de las sustancias que se consumen por vía intravenosa, **el intercambio de jeringas y el uso común de materiales de inyección (cucharillas, viales, filtros)** exponen al riesgo de contraer el VIH y otras infecciones, como la hepatitis y la endocarditis. Por lo tanto, **es esencial usar jeringas estériles y desechables y no compartir herramientas de inyección.**

\*También hay un condón "femenino", todavía no muy extendido en Italia. Es una funda sua-

ve y transparente que se introduce/coloca en la vagina antes de las relaciones sexuales que, al igual que la contraparte masculina, evita el contacto directo y protege contra la ETS.

¡El VIH no se transmite en contacto diario!  
No se transmite comiendo en el mismo plato o utilizando un baño compartido o intercambiando besos y abrazos.





## Enfermedades de transmisión sexual

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son causadas por microorganismos que se transmiten principalmente por contacto sexual (ver tabla). La infección puede ocurrir durante una relación completa o incompleta, a través de relaciones sexuales anales o, más raramente, orales.

Las manifestaciones relacionadas con la infección generalmente se localizan en el tracto genital y urinario, pero existen enfermedades que también pueden dar manifestaciones sistémicas.

Muchas de estas infecciones se presentan de forma asintomática, sin dar ninguna manifestación clínica (osea sin síntomas), lo que provoca **el riesgo de infecciones sin darse cuenta.**

La actividad sexual expone al riesgo de infección: **incluso una sola relación con una persona con una ETS es suficiente para infectar a la pareja**, pero las posibilidades de infección son mayores cuanto mayor es el número de parejas ocasionales.

Estas enfermedades todavía son subestimadas con demasiada frecuencia, consideradas erróneamente un legado del pasado, lejos de la propia experiencia y asociadas solo con algunas categorías de sujetos en riesgo. Sin embargo, representan uno de los problemas de salud pública más críticos del mundo, .



registrando un preocupante aumento **continuo de nuevos casos, incluso en Italia. Las mujeres, especialmente las más jóvenes, están en mayor riesgo**, ya que por razones anatómicas y fisiológicas son mucho más susceptibles a la infección que los hombres y con frecuencia presentan cuadros clínicos sin síntomas y no específicos que pueden conducir a complicaciones graves comprometiendo la salud general, sexual y reproductiva.

---

### **Bacterias**

Clamidia  
Vaginosis bacterica  
Gonorrea  
Sifilis

### **Hongos**

Candida

### **Protozoos**

Tricomoniasis

### **Virus**

Infección de VPH (virus del papiloma, que es el principal factor de riesgo para el cáncer cervical)  
Herpes genital  
Infección por VIH / SIDA  
Hepatitis A, B y C

### **Parásitos**

Pediculosis del pubis.

## 4. Diagnóstico: la prueba del VIH

**S**i sospecha que ha contraído el virus, la única forma de verificarlo es realizar la prueba apropiada.

Con un simple análisis de sangre es posible detectar, en caso de seropositividad, la presencia de **anticuerpos “anti-VIH”**, producidos por el cuerpo para combatir el virus.

Si cree que ha estado expuesto a la infección, debe esperar, antes de hacer la prueba de búsqueda de anticuerpos, al menos un mes, que es el tiempo correspondiente al llamado **“periodo ventana”**, que es el período que transcurre entre la presunta infección y la producción de anticuerpos anti-VIH en cantidad suficiente para que el método empleado detecte su presencia. Para las pruebas de última generación este tiempo corresponde a unos treinta días. Sin embargo, es importante asegurarse que el laboratorio use una prueba de última generación, en este caso lo más seguro es hacercelo en los servicios de salud públicos italianos.

La prueba se puede realizar en hospitales, centros dedicados a IST (Infecciones de Transmisión Sexual) / ETS y al VIH / SIDA en centros de salud locales y centros de salud públicos y privados acreditados. En la mayoría de los centros

de salud públicos, la prueba es gratuita, mientras que algunas requieren el pago de un ticket.

Algunos centros realizan la prueba de forma anónima (no se requiere ningún documento personal, en su lugar se utiliza un código de identificación), otros en forma confidencial (es necesario mostrar un documento de identificación cuando se realiza la prueba o se retira el resultado, con la seguridad que la información personal adquirida no puede ser divulgada).

No es necesaria la prescripción médica para hacer la prueba del VIH.





No es necesaria la prescripción médica para hacer la prueba del VIH.

**En las farmacias italianas es posible, últimamente, adquirir una prueba para el autodiagnóstico del VIH.** La prueba se lleva a cabo en quince minutos a través de una muestra de sangre capilar (pinchazo en el dedo). El período de ventana es de 90 días. No se requiere prescripción médica, sino la mayoría de edad. **Si la prueba es positiva, es necesario realizar una prueba de confirmación en un centro de salud.**

La “autoprueba” representa una oportunidad adicional, caracterizada por las ventajas de la confidencialidad absoluta y la velocidad de respuesta. Sin embargo, teniendo en cuenta la delicadeza de la situación, es importante evaluar la importancia de seguir un diagnóstico “acompañado”. De hecho, muchas estructuras ofrecen la posibilidad de una consultoría dedicada antes y después de la ejecución de la prueba.

Hacerse la prueba del VIH durante el embarazo no es obligatorio, pero las recomendaciones de salud nacionales recomiendan que el examen se prescriba junto con los exámenes de rutina para evitar el riesgo de transmisión vertical del virus.

La prueba es una medida valiosa e indispensable para el diagnóstico precoz. Es un deber hacia uno mismo y también hacia los demás: saber que usted es VIH positivo le permite tomar las medidas terapéuticas adecuadas de manera rápida y eficaz y proteger su salud y la salud de los demás .

## 5. Cuidados y terapias

**L**as terapias disponibles en la actualidad (los llamados antirretrovirales) pueden reducir drásticamente la cantidad de virus en la sangre, evitando así el desarrollo de la forma manifiesta de la enfermedad (SIDA). Esto se traduce en una perspectiva de vida más larga y una mejor calidad de vida. La infección por VIH tratada adecuadamente ahora se considera una infección crónica que deja espacio para proyectos personales, laborales y familiares.

Las terapias disponibles en la actualidad (los llamados antirretrovirales) pueden reducir drásticamente la cantidad de virus en la sangre, evitando así el desarrollo de la forma manifiesta de la enfermedad (SIDA). Esto se traduce en una perspectiva de vida más larga y una mejor calidad de vida.

La infección por VIH tratada adecuadamente hoy, se considera una infección crónica que deja espacio para proyectos personales, laborales y familiares.

La terapia antirretroviral no solo es una herramienta terapéutica efectiva, sino también un arma valiosa de **prevención**, ya que reducir la carga viral ayuda a reducir el riesgo de transmisión de la infección a la pareja.

Las estrategias terapéuticas, basadas en la asociación de varios fármacos que actúan con diferentes mecanismos, deben personalizarse de acuerdo con las características clínicas y de comportamiento del paciente para que sean realmente efectivas y, por lo tanto, restauren la funcionalidad del sistema inmunológico.

Las terapias combinadas **reducen la cantidad de virus circulantes pero no pueden curar la infección**: una persona VIH positiva nunca puede volver a ser seronegativa, ya que el virus permanece en el cuerpo incluso si la carga viral es negativa.

El uso correcto y constante de los medicamentos es una condición esencial para la efectividad del tratamiento.

Para controlar el progreso de la infección por VIH a lo largo del tiempo, se utilizan dos parámetros:

- Carga viral en la sangre.
- Recuento de linfocitos T CD4 +

Actualmente, la terapia antirretroviral puede bloquear y controlar el progreso del VIH.



## 6. Comportarse de manera responsable

**M**uchos todavía creen que el VIH solo afecta a algunas personas (homosexuales, prostitutas, drogadictos), por sus elecciones y sus estilos de vida, **pero el VIH tiene que ver con todas las personas que tiene una vida sexual activa.** El hecho de que las relaciones sexuales tengan lugar entre personas del mismo sexo o de un sexo diferente, o que sea más o menos ocasional, no cambia nada: el VIH es un virus de transmisión sexual y **es a través de las relaciones sexuales que se trasmite mayormente la infección.**

**Por eso es importante seguir las reglas del “sexo seguro”**

- 1.** En las relaciones con penetración **siempre exija y use el condón.**
- 2.** en la práctica de sexo oral al hombre (estimulación del pene con la boca) use un condón o evite recibir semen en la boca;
- 3.** En la práctica de sexo oral a la mujer (estimulación de los genitales femeninos con la boca) evite el contacto con la sangre menstrual.

También se recomienda, en el caso de que se utilicen medicamentos, usar jeringas estériles y desechables y no compartir herramientas de inyección.



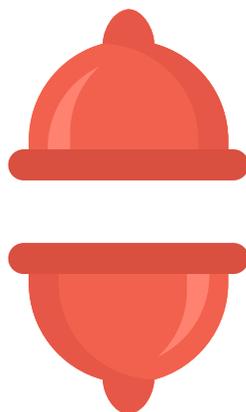
## 7. Si crees que has corrido riesgos: ¿qué hacer?

**E**n algunos casos, la infección no genera ningún síntoma (**seroconversión asintomática**), en otros casos hay una sintomatología aguda (**síndrome retroviral aguda**) que ocurre entre 4 días y 4 semanas después de la infección y generalmente dura de 1 a 3 semanas. Los síntomas más comunes incluyen fiebre, agotamiento, sudores nocturnos, ganglios linfáticos inflamados, dolor de garganta, erupciones cutáneas: ya que estos son síntomas muy comunes y en parte similares a los de una gripe simple, no hay razón para alarmarse, pero si se verifican tras una conducta sexual de riesgo, es importante realizar inmediatamente los controles necesarios. Las primeras semanas de la infección son aquellas en las que la persona con VIH es más contagiosa: se estima que la mayoría de las infecciones son transmitidas por personas que no saben que han contraído el virus justo en este periodo.

Si está en riesgo, la única forma de diagnosticar o excluir la infección es hacerse la prueba del VIH.

Tenga en cuenta que:

- ▶ **si se planea un embarazo**, sería recomendable someterse a la prueba también por la seguridad del futuro bebé;
- ▶ **Si vives en una relación estable**, puedes hacer la prueba con tu pareja: en le



¡Atención! el coito interrumpido (terminar afuera) no protege contra el VIH, otras infecciones de transmisión sexual o el riesgo de embarazos no deseados.

La única herramienta de prevención efectiva es el condón.



caso de resultado negativo puedes renunciar al condón y a las reglas del sexo seguro, pero siempre y cuando seas fiel o nunca abandones la protección de las relaciones sexuales que tengas fuera de la pareja fija.

Antes de realizar la prueba, es aconsejable consultar el tipo de prueba utilizada y el “período de ventana” relativo para saber si el resultado negativo de la prueba es válido y definitivo o si será necesario repetir la prueba más adelante.

Si el resultado de la prueba es positivo, contacte a su médico..

## CONTACTOS ÚTILES

### **ANLAIDS**

Associazione Nazionale per la lotta  
contro l'AIDS  
[www.anlaids.org](http://www.anlaids.org)

### **LILA**

Lega Italiana per la Lotta contro l'AIDS  
[www.lila.it](http://www.lila.it)

Telefono Verde AIDS e Infezioni Sessual-  
mente Trasmesse dell'Istituto  
Superiore di Sanità  
800 861 061

De lunes a viernes por  
las horas 13.00 a 18.00



**Textos editados por Onda -  
Observatorio Nacional de Salud de la Mujer y de Género  
Gracias por el valioso trabajo de mediación cultural  
y por la traducción de la Cooperativa Crinali Onlus.**

**Graphic Design**  
scarduellidesign.it

**Stampa**  
Yooprint srl

Luglio 2019





El proyecto fue financiado en su totalidad por el  
"Community Award Program 2018 de Gilead"

**Community Award**  
PROGRAM  
UN'INIZIATIVA GILEAD

