

**HABLEMOS SOBRE ESTO**



***Separar  
la realidad de la  
ficción***

**PROTÉJASE. PROTEJA A LOS DEMÁS.**

Muchas personas tienen preguntas sobre el VIH/SIDA. Este folleto fue creado para ayudar a responder a esas preguntas y proporcionar información. Puede encontrar más información sobre el VIH en:

[cdc.gov/hivtreatmentworks](http://cdc.gov/hivtreatmentworks)

## **Mitos comunes sobre el VIH.**

***El mito: Si tuviera el VIH, me sentiría enfermo.***

***La realidad:*** No necesariamente. Las personas pueden tener el VIH por muchos años sin tener síntomas. Aunque una persona que tiene el HIV se sienta bien, el virus se está reproduciendo continuamente en su cuerpo. Quizás le sorprenda saber que hay un estimado de 1.2 millones de personas en los Estados Unidos que viven con el VIH. De estas, aproximadamente 1 de cada 8 no sabe que está infectada.

***El mito: El VIH solo afecta a ciertos grupos de personas.***

***La realidad:*** Cualquier persona puede contraer el VIH, y usted puede infectarse la primera vez que usted sea expuesto al virus. El VIH se propaga a través de los líquidos corporales tales como la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna. El VIH se transmite más frecuentemente de una persona a otra a través del sexo anal o vaginal y al compartir agujas o materiales para drogarse. Las madres también pueden pasarle el VIH al bebé durante el embarazo, el parto y a través de la lactancia materna.

## Mitos sobre la transmisión del VIH.

**El mito: Recibir un diagnóstico de VIH es lo mismo que recibir una sentencia de muerte.**

**La realidad:** A pesar de que el VIH es grave y no tiene cura, las personas con el VIH ahora pueden vivir vidas más largas y saludables gracias a la detección temprana y a los nuevos tratamientos más eficaces.

**El mito: Mi carga viral es indetectable, así que no puedo transmitir el VIH.**

**La realidad:** Sí, es posible que todavía pueda transmitir el VIH. Sin embargo, tener una carga viral indetectable disminuye significativamente las probabilidades de que les transmita el virus a sus parejas sexuales VIH negativas. Las personas VIH positivas todavía pueden potencialmente infectar a sus parejas, aun cuando su carga viral sea indetectable. Las razones son las siguientes:

- Todavía puede haber VIH en los líquidos genitales (por ejemplo, el semen y las secreciones vaginales). La prueba para determinar la carga viral solo mide la cantidad de virus que hay en la sangre. Aunque la terapia antirretroviral puede reducir la carga viral en las secreciones genitales, estas a veces todavía tienen VIH aun cuando no se pueda detectar en la sangre.
- Su carga viral puede aumentar de una prueba a otra. Cuando esto sucede, pueden aumentar las probabilidades de transmisión del VIH a sus parejas sexuales. Su carga viral puede aumentar y usted no darse cuenta porque no siente nada diferente.
- Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) aumentan la carga viral en las secreciones genitales. Esto significa que las personas que tienen el VIH, y además otra ETS, pueden transmitir el VIH a sus parejas sexuales aunque su carga viral no se pueda detectar en la sangre.

***El mito: Si mi pareja y yo ya tenemos el VIH podemos tener relaciones sexuales sin protección.***

***La realidad:*** Podrían contraer otra ETS, como gonorrea o sífilis, u otra infección viral como la hepatitis C (una infección grave del hígado) si no usan condones. Lo que quizás no sepa es que si contrae otra ETS, esto puede aumentar su carga viral de VIH, lo que a su vez puede acelerar el progreso de la infección por el VIH. Su carga viral puede aumentar aunque esté tomando medicamentos para el VIH (medicamentos antirretrovirales).

***El mito: Mi carga viral está baja, por eso puedo dejar de tomar los medicamentos para el VIH.***

***La realidad:*** Es muy importante que tome los medicamentos para el VIH exactamente de la manera que se lo indique el médico. Si no lo hace, puede disminuir su recuento de células CD4 y aumentar su carga viral. Cuando la carga viral de una persona está alta, su riesgo de transmitir el VIH está en su máximo nivel. Incluso cuando la carga viral sérica sea indetectable, puede haber VIH en el semen, las secreciones vaginales y rectales y en la leche materna. Tomar los medicamentos para el VIH es importante porque lo ayudan a vivir una vida más larga y saludable. Si no los toma exactamente según las indicaciones, el virus puede hacerse resistente, lo que significa que los medicamentos ya no podrán ayudarlo.

***El mito: Debido a que tengo el VIH debo tener cuidado con las actividades de todos los días como compartir el teléfono y darle la mano a las personas.***

***La realidad:*** El VIH no se puede contraer por las actividades de la vida diaria, el contacto casual (como darle la mano a alguien), ni los objetos, como la manija de la puerta, el teléfono o el asiento del inodoro. El virus no vive mucho tiempo fuera del cuerpo.

## **Mitos sobre la terapia para el VIH.**

**El mito: Los medicamentos antirretrovirales me curarán el VIH.**

**La realidad:** Los medicamentos antirretrovirales ayudan a controlar la reproducción del virus y a desacelerar la progresión de la enfermedad. Pero no curan el VIH.

Recuerde: Es importante que tome sus medicamentos para el VIH exactamente como se lo diga el médico. Si no lo hace, su carga viral podría aumentar. Además, el virus podría hacerse resistente y sus medicamentos podrían dejar de funcionar.

**El mito: El tratamiento del VIH es demasiado caro.**

**La realidad:** Hay programas de tratamiento y servicios de apoyo, incluso para las personas que no tienen seguro. Medicaid es la mayor fuente de financiación pública del cuidado del VIH en la nación, y el Programa Ryan White brinda cuidado y apoyo a aquellas personas con seguro médico limitado o sin seguro. Para obtener más información, llame a su departamento de salud local, o llame a

**CDC-INFO al 800-232-4636.**

**El mito: Existe una cura para el VIH.**

**La realidad:** Sea rico o pobre, no hay cura para el VIH. Siempre hay formas de prolongar la vida de las personas, pero una vez que contraiga el VIH lo tendrá por el resto de su vida.

## **Mitos sobre el uso de drogas recreativas y el VIH.**

**El mito: Si ya tengo el VIH, puedo compartir agujas con otras personas que también lo tienen.**

**La realidad:** No debería compartir las agujas, los materiales para inyectarse drogas, el algodón ni el agua porque puede contraer hepatitis C, que es una infección grave del hígado. La hepatitis C es una de las principales causas de enfermedad hepática crónica en los Estados Unidos, y esta infección progresa más rápidamente hacia el daño hepático en las personas con el VIH. Se han producido brotes de hepatitis C entre los hombres homosexuales VIH positivos.

La hepatitis C puede causar otros problemas de salud, como cáncer de hígado o enfermedad hepática, que se han convertido en una causa principal de admisiones hospitalarias, trasplantes de hígado y muerte entre las personas que tienen el VIH. La infección por hepatitis C puede incluso tener un impacto en el curso y el manejo de la infección por el VIH. Por lo tanto: no comparta las agujas, los materiales de inyección, los algodones ni el agua.

**El mito:** *Yo solo consumo drogas inhaladas así que puedo compartir los materiales para las drogas sin preocuparme del VIH.*

**La realidad:** La sangre infectada de adentro de la nariz de una persona se puede pasar a otra persona si comparten el sorbete (popote) u otros materiales que usaron para drogarse. Por lo tanto, no lo haga.

## **Mitos y realidades sobre otras ETS.**

**El mito:** *Todas las ETS producen síntomas.*

**La realidad:** Eso no es verdad. Algunas de las ETS que usted o su pareja pueden tener sin darse cuenta son clamidia, gonorrea y herpes. Es por eso que es tan importante usar siempre condones durante cualquier tipo de actividad sexual.

**El mito:** *Contraer otra ETS cuando ya tengo el VIH no es razón para preocuparme.*

**La realidad:** En realidad, sí es razón de preocuparse. Si tiene el VIH, contraer otra infección, como la sífilis o hepatitis C, puede elevar su carga viral, lo que puede acelerar la progresión de la infección por el VIH. Su carga viral puede aumentar aunque esté tomando medicamentos para el VIH (medicamentos antirretrovirales).

## Recursos



### [cdc.gov/hivtreatmentworks](http://cdc.gov/hivtreatmentworks)

Un sitio web diseñado para las personas que viven con el VIH, que incluye información sobre el VIH y presenta a personas de la vida real de diferentes partes de los Estados Unidos que hablan sobre cómo el mantenerse en tratamiento las ayuda a estar saludables, vivir vidas más largas y más saludables y a prevenir la transmisión del virus.

### [cdc.gov/Spanish/especialesCDC/DetengamosVIH/](http://cdc.gov/Spanish/especialesCDC/DetengamosVIH/)

Está diseñada para todas las personas que sean VIH positivas, sus amigos y familiares, y presenta a celebridades y otras personas que viven con el VIH.

### [cdc.gov/actagainstaids/spanish/index.html](http://cdc.gov/actagainstaids/spanish/index.html)

Tiene información orientada hacia los hombres homosexuales (gay) y sobre cómo hablar con la(s) pareja(s) sobre el sexo.

### [infosida.nih.gov/](http://infosida.nih.gov/)

Tiene información actualizada sobre el tratamiento del VIH/SIDA (también puede llamar al 1-800-448-0440).

### [findhivcare.hrsa.gov/search\\_HAB.aspx](http://findhivcare.hrsa.gov/search_HAB.aspx)

Lo ayuda a encontrar un programa Ryan White cercano (también puede llamar al 877-646-4772).

### **1-800-CDC-INFO (232-4636)**

Para obtener información general sobre el VIH y su tratamiento.

