

DÍA  
MUNDIAL  
DEL SIDA

1 DE DICIEMBRE DE 2018

CONMEMORANDO  
30 AÑOS

# LO QUE NECESITAS SABER SOBRE LAS PRUEBAS DEL VIH

VIVE LA VIDA  
POSITIVAMENTE

Conoce tu estado *serológico*



---

# LLEVAMOS 30 AÑOS ACTUANDO DESDE QUE SE CELEBRÓ EL PRIMER DÍA MUNDIAL DEL SIDA EL 1 DE DICIEMBRE DE 1988.

El fuerte compromiso mundial para acabar con el sida ha hecho muchísimo progreso. En 2017, cerca de un 75% de personas que viven con el VIH de todo el mundo eran conscientes de sus estado serológico y el 59% de todas las personas que viven con el VIH tenían acceso al tratamiento.

Sin embargo, las nuevas infecciones por el VIH no están disminuyendo lo suficientemente rápido y siguen muriendo demasiadas personas por enfermedades relacionadas con el sida a pesar de la disponibilidad de tratamiento de alta calidad y eficaz. Y con 36,9 millones de hombres, mujeres y niños viviendo con el VIH en todo el mundo, tenemos el número más alto de afectados hasta la fecha. Un cuarto de ellos ni siquiera son conscientes de que tienen el virus.

Las personas que viven con el VIH no deberían morir de sida y la gente que es VIH-negativa debería tener el respaldo de la prevención del VIH y las herramientas necesarias para seguir así.

## **Día Mundial del sida del 2018**

En el Día Mundial del sida del 2018, ONUSIDA se centra en las pruebas del VIH. Hacerse las pruebas del VIH te permite actuar, buscar el tratamiento necesario si resultas ser VIH-positivo o protegerte en caso de ser VIH-negativo. Conocer tu estado serológico te da el poder de tomar el control de tu salud y bienestar.

**En el año 2017:**

**36,9 MILLONES DE PERSONAS A ESCALA MUNDIAL VIVÍAN CON EL VIH.**

---

**UN CUARTO DE TODAS LAS PERSONAS QUE VIVÍAN CON EL VIH (9,4 MILLONES) NO SABÍAN QUE TENÍAN EL VIRUS.**

---

**21,7 MILLONES DE PERSONAS TENÍAN ACCESO AL TRATAMIENTO (59% DE TODAS LAS PERSONAS QUE VIVÍAN CON EL VIH).**

---

**1,8 MILLONES DE PERSONAS SE INFECTARON POR EL VIH.**

---

**940 000 PERSONAS MURIERON POR ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL SIDA.**

## ¿Por qué hacerse las pruebas?

Hacerse las pruebas es la única manera de estar seguro de que tienes VIH. Si crees que puedes haber estado en riesgo de contraer VIH, es importante conocer tu estado serológico y comenzar con el tratamiento lo antes posible en caso de que el resultado sea positivo. Cuanto antes comiences con el tratamiento, estarás más sano y tendrás menos posibilidades de transmitir el virus.

Si estás embarazada o pensando tener un hijo, es muy importante hacerte la prueba del VIH para saber si tienes que tomar medicamentos antirretrovíricos para prevenir la transmisión del virus a tu hijo, y para seguir sana a largo plazo al comenzar con la terapia antirretrovírica.

A las personas con un resultado negativo de la prueba se les debería poner en contacto con los servicios de prevención del VIH y así seguir protegiéndose contra el VIH.



**“Mi madre estaba allí, y también mis amigos más cercanos. Ha sido un viaje largo en lo que respecta al VIH. Hemos aprendido mucho juntos”.  
Yesuá, Ghana.**

---

“UNA PRUEBA DEL VIH  
SIRVE PARA CONOCER  
EL ESTADO DE TU  
SALUD Y DE TU VIDA”.

Léonie | Camerún

---





## ¿Cómo se si corro el riesgo?

El riesgo de infección por el VIH puede variar de país a país y de comunidad a comunidad. En algunos países del África subsahariana, por ejemplo, el porcentaje de adultos de entre 15 y 49 años que viven con el VIH es de más del 20%.

En zonas de alta prevalencia del VIH, es importante que las personas conozcan su estado, en particular los recién nacidos, los niños y los jóvenes, en especial las mujeres jóvenes y las niñas, las mujeres embarazadas y los hombres de todas las edades.

También hay poblaciones clave, en las que se incluyen los hombres homosexuales y otros hombres que mantienen relaciones sexuales con hombres, las personas transgénero, los trabajadores sexuales, los usuarios de drogas inyectables, las personas que se encuentran en centros penitenciarios y otros entornos cerrados y los migrantes corren un mayor riesgo de infección por el VIH y deberían hacerse la prueba del VIH.

## El test sobre la prueba

Si no estás seguro de si deberías hacerte la prueba del VIH, haz nuestro test.

Por favor, responde a las siguientes preguntas:

- ¿Vives en una zona con una tasa alta de VIH?
- ¿Tú o tu familia han vivido en una zona con una tasa alta de VIH?
- ¿Alguna vez has pagado o te han pagado u ofrecido algo a cambio de actos sexuales?
- ¿Alguna vez te han diagnosticado o has buscado tratamiento para otro tipo de enfermedad de transmisión sexual?
- ¿Alguna vez has tenido tuberculosis?
- ¿Eres hombre y has mantenido relaciones sexuales con otro hombre sin preservativo?
- ¿Eres una persona transgénero y has mantenido relaciones sexuales sin preservativo?
- ¿Has consumido drogas inyectables y has compartido el material de inyección con otros?
- ¿Has mantenido relaciones sexuales sin preservativo con alguien que puede haber respondido sí a alguna de las preguntas anteriores?
- ¿Has mantenido relaciones sexuales sin preservativo con alguien que viva con el VIH y cuya carga vírica no sepas si es indetectable?
- ¿Estás embarazada o estás pensando en tener un hijo?

**Si respondes sí a alguna de las preguntas anteriores**, sería recomendable que te hicieses la prueba del VIH. Conocer tu estado serológico te permitirá continuar informándote sobre tu salud y acceder a tratamiento si fuese necesario.

**Si respondes sí a más de una de las preguntas anteriores**, es muy recomendable que te hagas la prueba del VIH. Si crees que puedes estar en continuo riesgo de infección por el VIH, se te recomienda buscar servicios de prevención del VIH y hacerte la prueba del VIH cada seis meses.

**Si contestas no a todas las preguntas anteriores**, tu riesgo de infectarte por el VIH debería ser bajo; sin embargo, si estás preocupado, hacerte la prueba del VIH es rápido y sencillo y te confirmará tu estado serológico y te aportará la información necesaria para mantenerte sano.

# LOS BENEFICIOS DE CONOCER TU ESTADO SEROLÓGICO

## Las pruebas salvan vidas

Las personas sólo pueden empezar con el tratamiento contra el VIH si saben que viven con el virus: alrededor de 9,4 millones de personas no saben que viven con el VIH.

### Personas que viven con el VIH en tratamiento



## Si lo sabes antes, empiezas antes

Cuanto antes se diagnostique a alguien que vive con el VIH, antes podrá comenzar con el tratamiento. Y cuanto antes se empiece con el tratamiento contra el VIH después de la infección, mejor será el desenlace. Las personas pueden llevar vidas largas y plenas si el VIH se detecta a tiempo y reciben el tratamiento y la atención necesarias.



## Mantenerse libre de VIH

Un resultado de la prueba del VIH permite el acceso a la gama de opciones de prevención del VIH disponibles en función del estado serológico de una persona para que esa persona y sus seres queridos sigan siendo seronegativos.



## Cuidar de los seres queridos

Las pruebas son la puerta de entrada al tratamiento, y un tratamiento eficaz es una gran herramienta de prevención del VIH: salva vidas y previene la transmisión del VIH. El tratamiento contra el VIH reduce la cantidad de VIH en el cuerpo de una persona a niveles indetectables. Con un nivel indetectable de VIH, una persona no puede transmitir el virus.



## Impedir la transmisión a los bebés

Una mujer embarazada o lactante que vive con el VIH puede acceder a una gran variedad de opciones para asegurarse de que se mantiene sana y de que su bebé nace libre de VIH y no lo desarrolla, pero solo si conoce su estado serológico.

**YO ME  
HICE LA  
PRUEBA**

## Reclamar el derecho a la salud

Al decidir que quieren conocer su estado serológico, las personas tienen la capacidad de tomar decisiones sobre su derecho a la sanidad.



## Permanecer vivo y sano

Hacerse la prueba del VIH también puede ser una oportunidad para detectar y analizar otras enfermedades, como la tuberculosis, la hepatitis, la hipertensión y la diabetes. Ahorrar dinero y salvar vidas.



---

“CREO QUE LA ACTITUD DE LA GENTE HA CAMBIADO MUCHO. EL ESTIGMA RELACIONADO CON EL ESTADO SEROLÓGICO HA DISMINUIDO. ES MEJOR CONOCER TU ESTADO”.

Charles y Francine | Camerún

---

## ¿Cómo me hago la prueba del VIH?

Hacerse la prueba del VIH es fácil y gratuito en la mayoría de centros de salud. Hay muchos sitios en los que puedes hacerte las pruebas: en tu centro local, en clínicas de salud, de planificación familiar y de asistencia prenatal, en hospitales y furgonetas móviles o, si está disponible en tu área, puedes hacértelas en tu casa con un kit de autodiagnóstico.

La prueba del VIH se realiza extrayendo sangre de un dedo o de un brazo, o utilizando un hisopo oral. Dependiendo del tipo de prueba que realice, los resultados pueden llegar en 20 minutos, pero si es necesario enviar una muestra a un laboratorio, puede tardar unas semanas.

Independientemente de dónde te hagas la prueba del VIH, es conveniente que te informes sobre el VIH antes y después de la prueba para poder hacer las preguntas necesarias. La prueba del VIH también sirve para detectar otras enfermedades, como la hepatitis viral, la tuberculosis y las infecciones de transmisión sexual.

## ¿La prueba del VIH es confidencial?

La prueba del VIH siempre debe ser voluntaria y confidencial. Todas las formas de pruebas del VIH deben cumplir con las cinco C: consentimiento, confidencialidad, consultoría, resultados correctos de las pruebas y conexión (vinculación con los servicios de prevención, tratamiento y atención).

## ¿Qué debería hacer si soy seropositivo?

Dar positivo en las pruebas del VIH puede ser una experiencia abrumadora; sin embargo, es importante recordar que se han logrado grandes avances y que ahora se dispone de un tratamiento eficaz para mantener a raya las enfermedades relacionadas con el VIH.

Si has dado positivo con un kit de autodiagnóstico, tendrás que ir a una clínica u hospital para confirmar el resultado con otro análisis de sangre. Puedes ponerte en contacto con tu centro de salud más cercano, donde podrán aconsejarte.

Es importante que, si eres seropositivo, empieces con el tratamiento lo antes posible, incluso aunque te encuentres bien. Cuanto antes empieces con el tratamiento contra el VIH, mejor será el desenlace. Las personas pueden llevar vidas largas y plenas si el VIH se detecta a tiempo y reciben el tratamiento y la atención necesarias.

Una vez que estés en tratamiento antirretrovírico para el VIH, no debes volver a hacerte la prueba del VIH, sino monitorear regularmente tu carga vírica. Una carga vírica baja o indetectable significa que el tratamiento está surtiendo efecto y que el virus se ha suprimido.

Si eres VIH negativo, es importante que continúes protegiéndote contra el VIH y, si crees que puedes sufrir un mayor riesgo, es recomendable que te hagas la prueba del VIH cada seis meses.

## Eliminar el estigma, mejorar el acceso

Eliminar el estigma del VIH, las actitudes, los comportamientos y los juicios negativos irracionales o impulsados por el miedo hacia las personas que viven con el VIH es de vital importancia. El estigma relacionado con el VIH impide que las personas busquen servicios para el VIH, entre los que se incluyen la prevención, las pruebas y el tratamiento del VIH. Eliminar el estigma y la discriminación relacionados con el VIH en los entornos de atención de la salud, hacia los grupos de población clave y hacia las personas que viven con el VIH y se ven afectadas por el virus eliminará las barreras y aumentará el acceso a los servicios para el VIH.

Muchos hombres evitan hacerse la prueba del VIH, ya que los servicios de salud a menudo no se adaptan a sus necesidades, por lo que se sienten incómodos al visitar una clínica o un hospital. Hacer que los servicios de salud se adecuen mejor a los hombres, por ejemplo, con más profesionales de salud masculinos, los animará a buscar información y asesoramiento sobre su salud, incluyendo la prueba del VIH.

## ¿Cómo puedo involucrarme?

**La prueba del VIH es un paso importante**, y en este Día Mundial del sida te animamos a lo siguiente:

- Infórmate sobre el VIH.
- Reduce el estigma hablando sobre el VIH.
- Sé consciente de tu propio riesgo de infectarte por el VIH y hazte la prueba.
- Hazte la prueba del VIH si crees que puedes haber estado en riesgo.
- Comparte los materiales del día Mundial del sida en tus redes sociales.
- Acude a tu evento local del día Mundial del sida.

Para más información visita [knowyourstatus.unaids.org](https://www.knowyourstatus.unaids.org)



---

“NO TE PREOCUPES... VE A HACERTE  
LAS PRUEBAS”.

**Artyom** | Bielorrusia

---

# LAS PRUEBAS DEL VIH: LO QUE NECESITAS SABER

## El déficit de las pruebas

En 2017, un cuarto de todas las personas que viven con el VIH en el mundo no conocía su estado serológico. Si las personas no conocen su estado, no pueden empezar el tratamiento o decidir qué opciones de prevención son mejores para ellas.

## Solo tú puedes decidir hacerte la prueba

Cualquier decisión de hacerse la prueba del VIH es solo tuya. Nadie, ni médicos, ni parejas, ni familiares, ni jefes ni nadie más, puede obligarte a hacerte la prueba.

## Nadie más necesita conocer tu prueba o tu resultado

Los trabajadores sanitarios tienen el deber de mantener toda tu información médica en la más absoluta confidencialidad. Hacerse la prueba del VIH, el resultado de la prueba y cualquier discusión sobre el resultado son confidenciales. Solo la persona que se hace la prueba puede decidir si comparte el resultado con otra persona.

## Hablemos sobre la prueba y el resultado

Antes de hacerse la prueba en una clínica, la persona tendrá la oportunidad de hablar con un consejero para entender la prueba, el resultado y las implicaciones, y para hablar de cualquier posible preocupación. Después de la prueba, recibirán asesoramiento personalizado en función del resultado y se les ayudará a comprender las opciones que tienen a su disposición.

## Hacerse la prueba es fácil

Una prueba del VIH es rápida e indolora. Solo se necesita realizar un pequeño pinchazo en el dedo o en el brazo, o una muestra de saliva. Por lo general, una persona que se somete a una prueba sabrá su resultado en 20 minutos, aunque tendrá que esperar más si hay que mandar la muestra a un laboratorio.

## Vuelve a hacerte la prueba

Toda persona en riesgo de contraer el VIH debe mantenerse al día sobre su estado serológico y hacerse la prueba del VIH regularmente, al menos cada seis meses para las personas en mayor riesgo.

## Puedes hacerte la prueba en casa

Los kits de autodiagnóstico del VIH están disponibles en muchos países, y cada vez los hay en más, de modo que las personas pueden conocer su estado en cualquier momento, en la intimidad de su hogar. Es esencial repetir la prueba en una clínica para confirmar un resultado positivo y vincularlo con la prevención, el tratamiento y la atención adecuados.

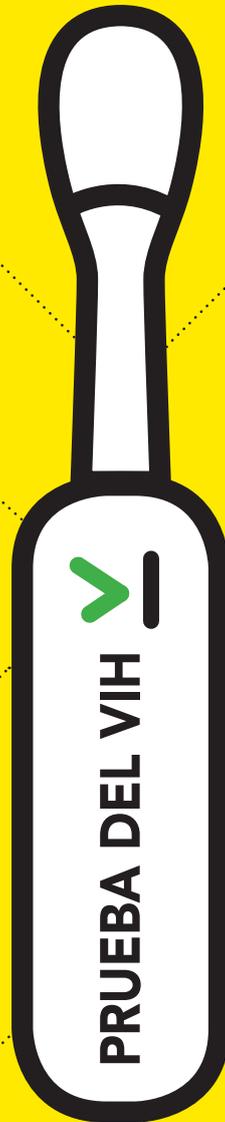
## Saber tu estado siempre ayuda

Una prueba del VIH siempre ayuda, ya sea positiva o negativa. Las personas que averiguan su estado serán vinculadas a tratamientos que pueden salvar sus vidas o a opciones de prevención para mantenerlos a ellos o a sus seres queridos libres del VIH.

## Asegurarse

Un resultado negativo quiere decir que la persona no es VIH-positiva y que no vive con el VIH. Pueden estar tranquilos, pero deben tener en cuenta el período silente, un período de tiempo después de que una persona se infecta con el VIH pero durante el cual no da positivo, y si continúan expuestos al VIH, deben considerar la posibilidad de repetir la prueba cada 6-12 meses.

Un resultado positivo en una prueba de VIH siempre debe ir acompañado de una segunda prueba para confirmar el resultado. En ocasiones, es posible que la segunda prueba no coincida con la primera, en cuyo caso se recomienda repetirla después de seis semanas. Sin embargo, si las dos pruebas, en las que se han usado dos muestras distintas, dan positivo, entonces se confirma un diagnóstico VIH-positivo y el tratamiento tendría que empezar lo antes posible.







20 Avenue Appia  
1211 Ginebra 27  
Suiza

+41 22 791 3666

[unaids.org](http://unaids.org)