

Índice

Presentación	8
1. Conceptos que hay que saber	10
1.1 ¿Qué es el VIH?	10
1.2 ¿Qué significa tener VIH?	10
1.3 ¿Qué significa tener sida?	11
1.4 ¿Cómo se transmite el VIH?	12
1.5 ¿Cómo afecta el VIH al cuerpo?	13
1.6 ¿Qué son los CD4?	14
1.7 ¿Cómo actúa el virus en los CD4?	15
1.8 Estudios de seguimiento	15
1.8.1 ¿Qué es el recuento de CD4?	15
1.8.2 ¿Qué es la carga viral?	16
1.8.3 ¿Qué significa carga viral indetectable?	17
2. El tratamiento del VIH	18
2.1 ¿Qué es el tratamiento antirretroviral?	18
2.2 ¿Cómo es hoy el tratamiento antirretroviral?	19
2.3 ¿Cuáles son los tipos de antirretrovirales y cómo funcionan?	20
2.4 ¿Qué pruebas médicas son necesarias para iniciar el tratamiento?	22
2.5 ¿En qué momento se debe iniciar el tratamiento?	22
2.6 Una vez iniciado el tratamiento, ¿cuánto tiempo deberías continuarlo?	23
2.7 ¿A qué llamamos adherencia al tratamiento?	23
2.8 ¿Qué significa tomar correctamente los antirretrovirales?	24
2.9 ¿Qué podría ayudarte a sostener la adherencia al tratamiento?	25
2.10 ¿Cómo tomar la medicación?	27
2.11 ¿Qué hacer cuando...?	28
2.12 ¿Qué hacer si estás tomando otro tipo de medicación?	29
2.13 ¿Qué efectos secundarios podría producir la medicación?	32
2.14 ¿Qué es la resistencia?	37
2.15 ¿Cómo reconocer un fallo terapéutico?	37
2.16 ¿Cómo sabemos si el VIH es resistente a ciertos antirretrovirales?	38
2.17 ¿Cómo se realiza el test de resistencia?	39
2.18 ¿Se puede cambiar el tratamiento?	39
2.19 ¿Qué son los protocolos de investigación?	40
3. La transmisión del VIH y cómo prevenirla	45
3.1 ¿Qué hay que hacer para evitar la transmisión del virus?	45
3.2 ¿Se puede transmitir el virus en las relaciones sexuales?	45
3.3 ¿Cómo se usa adecuadamente un preservativo?	46
3.4 ¿Cómo se transmite el virus a través de la sangre?	46
3.5 ¿Cómo limpiar una jeringa?	47
3.6 ¿Donar sangre puede transmitir la infección?	48

3.7	¿Recibir una transfusión puede transmitir la infección?	49	5.6	Transmisión del VIH durante las relaciones sexuales. . .70
3.8	¿A qué denominamos transmisión perinatal?	49	5.7	¿Qué entendemos por sexo más seguro?
3.9	¿Deben tomarse precauciones con la ropa o la vajilla?	49	5.8	¿Alguna vez te preguntaste...?
3.10	¿La saliva, el sudor y las lágrimas pueden transmitir el virus?	50	6.	Salud reproductiva y VIH
3.11	¿Los mosquitos pueden transmitir el virus?	51	6.1	Si tengo VIH, ¿puedo quedar embarazada?
3.12	¿Los animales domésticos pueden transmitirlo?	51	6.2	¿Cuándo puedo quedar embarazada si tengo VIH?
4.	Otras infecciones de transmisión sexual	52	6.3	¿Cuáles son las opciones de reproducción en parejas serodiscordantes?
4.1	¿Qué es la hepatitis?	52	6.4	¿Puedo amamantar a mi hijo?
4.2	¿Qué diferencias hay entre la hepatitis A, B y C?	53	6.5	¿Y si no quiero tener hijos?
4.3	Sífilis.	56	7.	Derechos y VIH
4.4	Gonorrea.	58	7.1	¿Cuáles son los derechos de las personas con VIH?
4.5	Clamidia	59	7.2	¿Dónde hacer el reclamo o denuncia?
4.6	Herpes	59	8.	Datos útiles
4.7	Virus del papiloma humano (VPH).	60		
4.8	ITS que generan cuadros gastrointestinales.	61		
5.	Algunas preguntas frecuentes	62		
5.1	¿Cómo influye en el sistema inmunológico de las personas con VIH el tener hábitos de vida saludables?	62		
5.2	¿Cómo puede afectar el consumo de drogas?	62		
5.3	Si tengo VIH, ¿es necesario realizar controles médicos periódicos?	65		
5.4	¿Las personas con VIH pueden vacunarse?	65		
5.5	¿Cuándo decirle a tu pareja que vivís con el VIH?	69		