



Traducido y adaptado al español por Francisco González y Luis David Merino.

## El sexo y la transmisión del VIH

### Una preocupación permanente para las mujeres seropositivas

Con mucha frecuencia, los asuntos relacionados con el sexo seguro se dirigen casi que exclusivamente al público seronegativo. Bien sea que su pareja sea seropositiva o seronegativa, mujer, hombre o transgénero, hay muchas razones para tener en cuenta todos los asuntos que se relacionan con la prevención. Este artículo explora algunas de las preocupaciones más comunes de las mujeres con el VIH sobre la transmisión del virus.

### ¿Cuáles son los riesgos de transmitir el VIH a mi pareja seronegativa?

La principal preocupación de muchas mujeres seropositivas con respecto a sus parejas seronegativas gira alrededor del peligro de transmitirles el virus. Aunque hay mucha evidencia que demuestra que los hombres transmiten mucho más fácilmente el virus que las mujeres, también es posible que una mujer transmita el virus a su pareja que no está infectada—bien sea un hombre u otra mujer—por la vía sexual. Esto se debe a que el VIH está presente en la sangre (incluyendo la sangre menstrual), en las secreciones vaginales y en las paredes de la vagina y del ano. De hecho, se pueden encontrar altas concentraciones del virus en estas zonas aunque la carga viral (según las pruebas de laboratorio respectivas) muestre niveles muy bajos en la sangre.

Los niveles del VIH en las secreciones vaginales aumentan significativamente

ante la presencia de problemas ginecológicos (tales como una infección vaginal, herpes, etc.) o de una inflamación vaginal. De hecho, varios estudios llevados a cabo en tubos de ensayo demuestran que varias de las enfermedades de transmisión sexual más comunes, tales como la clamidia, aumentan la reproducción del VIH. Los niveles del VIH también pueden aumentarse temporalmente después de recibir tratamiento para algunos de estos problemas.

Estar expuesto a las secreciones vaginales con altos niveles del VIH, aumenta el riesgo de la transmisión. Este riesgo de transmisión se aumenta aún más cuando la otra persona tiene una infección o una inflamación. Es posible tener un problema ginecológico activo o una infección sin tener ningún síntoma que alerte sobre su presencia. En resumen, en la ausencia de prácticas de sexo seguro, no es posible saber cuándo es más o menos posible transmitir el VIH a su(s) pareja(s). Por último, se tiene conocimiento de una serie de casos documentados de la transmisión de virus resistente a varios medicamentos, de una persona seropositiva a su pareja. Lo que esto quiere decir es que la persona que ha sido infectada recientemente, porta un virus que no es afectado por los medicamentos disponibles en la actualidad, quedándole muy pocas opciones de tratamiento para su infección.

**La transmisión del VIH resistente a una variedad de medicamentos**  
Durante el transcurso del año pasado hubo una creciente preocupación sobre

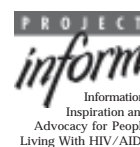


la transmisión de un virus del VIH resistente a una variedad de medicamentos, ya que es probable que las personas que son infectadas con este tipo de virus no se puedan beneficiar de algunos, si no es de todos los medicamentos disponibles en la actualidad. Aunque en el pasado

... continua página 2

## contenido

El sexo y la transmisión del VIH .....	1-3
Cómo prevenir el riesgo de infección .....	4-5
Recomendaciones para practicar sexo más seguro .....	6
El embarazo y la transmisión del VIH .....	7
Glosario de términos y conceptos importantes .....	8



205 13th St., #2001 San Francisco, CA 94103  
415.558.8669 FAX 415.558.0684  
EMAIL WISE@projectinform.org  
WEBSITE www.projectinform.org

NATIONAL HOTLINE 800.822.7422 LOCAL 415.558.9051

## El sexo y la transmisión del VIH, continua

ha habido varios casos bien documentados sobre la transmisión de virus resistentes al AZT, la aparición de virus resistentes a una variedad de medicamentos solo ha sido observada recientemente. Sin embargo, estas observaciones deben servir de recordatorio sobre la importancia del sexo seguro.

### ¿Cuáles son mis necesidades de prevención?

La prevención no sólo consiste en proteger a alguien de la infección con el VIH, sino en protegerse a usted misma. Los riesgos del sexo desprotegido para las mujeres seropositivas son numerosos. Muchas de las enfermedades transmitidas sexualmente pueden causar daños serios a las personas con el VIH. El citomegalovirus (CMV) es uno de estos problemas. Aunque muchos adultos (no todos) están infectados con el CMV, el virus no causa ninguna enfermedad a las personas sanas y seronegativas. Sin embargo, una vez que el CMV se convierte en una infección activa (es decir, cuando provoca síntomas), se convierte en el causante principal de la ceguera entre las personas con SIDA y es una de las principales causas de muerte entre dichas personas. Una de las precauciones contra la infección con el CMV son las prácticas de sexo seguro.

Una vez más, cuando el CMV causa una enfermedad, con mucha frecuencia es el resultado de una infección adquirida con anterioridad (es decir, una infección latente que se vuelve activa). La preocupación sobre una infección con el CMV es probablemente más importante para las mujeres que para los hombres, particularmente los hombres gay. La ocurrencia de la infección del CMV entre las mujeres es por lo general menor

(40% entre las mujeres seropositivas) que entre los hombres gay adultos, los cuales entre el 80% y el 90% de por sí ya están infectados con el CMV, sin importar si son seropositivos o no. La conclusión es que si usted aún no ha sido infectada con el CMV, las prácticas de sexo seguro continúan siendo la herramienta más potente con la que cuenta para prevenir el desarrollo de una enfermedad posterior del CMV.

Al igual que el CMV, el Virus del Papiloma Humano (HPV, por sus siglas en inglés) es otra enfermedad de transmisión sexual que constituye una preocupación para las mujeres seropositivas. Siendo una de las principales causas del cáncer cervical, el HPV es común y muy difícil de tratar entre las mujeres con el VIH. A algunos tipos del HPV se les atribuye más el desarrollo del cáncer que a otros. Aunque parece que los tipos del HPV que causan el cáncer cervical se presentan con mayor frecuencia en las mujeres que tienen relaciones sexuales con hombres, un estudio reciente con mujeres que tienen relaciones sexuales con otras mujeres demuestra que algunas de ellas, quienes nunca han tenido una relación sexual con un hombre, pueden transmitir y adquirir el HPV. Esto demuestra una vez más los riesgos que existen y destaca la importancia de tener prácticas de sexo seguro entre las mujeres que tienen relaciones sexuales con otras mujeres.

### ¿Qué tan seguro es el sexo de mujer a mujer?

Las prácticas sexuales de mujer a mujer por lo general se han considerado con un menor riesgo de transmisión del VIH, sin embargo, existen varios casos que documentan dicha transmisión. El riesgo de transmisión, tanto del VIH como de

otras enfermedades venéreas, dentro de este grupo no ha sido estudiado con el rigor suficiente. En los pocos estudios que existen hasta la fecha, se ha notado que muchas mujeres que tienen relaciones sexuales con otras mujeres también se involucran en una serie de comportamientos de alto riesgo que pueden promover no sólo la transmisión del VIH sino de muchas de las enfermedades venéreas. Estos otros factores de riesgo (tales como el uso de drogas intravenosas y las relaciones sexuales desprotegidas con hombres) pueden estar distorsionando los verdaderos riesgos de la transmisión del VIH en las relaciones sexuales entre mujeres. Aún no se ha recolectado una buena cantidad de información sobre los riesgos de transmisión del VIH de mujer a mujer. Así pues, por el momento es mejor ir sobreesegura y evitar cualquier suposición sobre la transmisión del VIH y de las otras enfermedades venéreas dentro de este grupo.

La hepatitis, la criptosporidiosis, los parásitos y otros tipos de gérmenes causantes de enfermedades, también pueden ser transmitidos durante la actividad sexual. Cada una de las infecciones descritas arriba pueden causar la muerte a una mujer seropositiva, particularmente cuando el sistema inmunológico se encuentra deteriorado. Por consiguiente, es de vital importancia que las mujeres seropositivas se protejan a sí mismas de estos indeseados y potencialmente fatales gérmenes durante la actividad sexual.

### Ambos(as) somos positivos(as). ¿Cuál debe ser nuestra principal preocupación?

Para las mujeres cuyas parejas también son seropositivas, los mensajes sobre prevención y las razones para practicar el sexo seguro algunas veces no se ven con mucha claridad. Una pregunta común entre las parejas seropositivas es: ¿Si yo ya soy positivo y mi pareja

también lo es, por qué debemos practicar el sexo seguro? Dicho de manera simple, el sexo seguro sigue siendo de gran importancia entre las parejas seropositivas debido a que además de prevenir las infecciones descritas arriba, hay otros factores que las ponen en riesgo.

Aunque el problema de la reinfección con el VIH continúa siendo un asunto que aún no está resuelto completamente, cada vez hay mayor evidencia que de hecho este problema existe. En teoría el principal problema puede ocurrir cuando una de las dos personas de la pareja está tomando un medicamento hacia el cual desarrolla resistencia y por consiguiente potencialmente puede transmitir a su compañero(a) sexual esta cepa del virus que se ha vuelto resistente al tipo de medicamento.

Por último, es importante recordar que la carga viral de su pareja no refleja necesariamente el nivel del virus presente en su semen o en sus secreciones vaginales. Por consiguiente, aunque las cargas virales en la sangre puedan estar por debajo del nivel de detección, podrían estar presentes en mayores o menores niveles en otras partes. (NOTA: las pruebas de carga viral estándar no miden la cantidad de VIH en el semen o en las secreciones vaginales. Más aún, en algunos estudios se mostró que aunque el nivel del VIH en el semen estaba por debajo del nivel de detección, en algunas células infectadas con el VIH, llamadas leucocitos seminales, aún se encontraban presentes. Se cree que estas células juegan un papel importante en la transmisión del VIH de hombre a mujer).

En entornos en el que ambos miembros de la pareja son seropositivos, hay varios puntos a considerar cuando se establecen las reglas para practicar el sexo seguro. Entre ellos están:

Las infecciones como el CMV, el HPV, el herpes y la hepatitis B y C entre otras, siguen siendo una preocupación de primer orden. Todas estas infecciones

### ¡Pruebe sus conocimientos!

Marque "falso" o "verdadero" a las siguientes cinco afirmaciones. Compare sus respuestas con las respuestas que se dan al final ¡pero sin copiar!

	T	F
1. Es posible reinfectarse con el VIH.	___	___
2. Cuando la carga viral está por debajo del nivel de detección no hay peligro de transmitir el virus.	___	___
3. Las mujeres pueden transmitir el VIH y otras enfermedades venéreas por la vía sexual a otras mujeres.	___	___
4. El sexo anal receptivo con un compañero seronegativo es una práctica sexual segura.	___	___
5. El sexo oral receptivo con un(a) compañero(a) seropositivo(a) o seronegativo(a) no tiene ningún riesgo.	___	___

1 V, 2 F, 3 V, 4 F, 5 F

son potencialmente mortales para las personas que viven con el VIH. Por otro lado, todas pueden prevenirse por medio de las prácticas de sexo seguro.

La reinfección con cepas del virus que sean resistentes a ciertos tipos de medicamentos o en general más agresivas en cuanto a producir enfermedades, continúa siendo teóricamente una posibilidad y por lo tanto debe sopesarse al negociar las reglas del sexo seguro entre los compañeros(as) seropositivos(as).

### La verdad sobre el sexo seguro

Negociar medidas sobre sexo seguro e implementar los procedimientos que reduzcan los riesgos de transmitir el VIH u otras enfermedades venéreas, no es nada fácil. Cuando no existen unos métodos que sean practicables principalmente por iniciativa de la mujer, el sexo seguro dependerá exclusivamente de la voluntad entre los compañeros sexuales. Para las mujeres que viven en entornos donde existe la violencia doméstica, esto se puede convertir en algo casi imposible. En

este caso, cualquier esfuerzo que se haga por buscar servicios de prevención de la violencia familiar es probablemente la estrategia más segura y más inteligente.

Usted se pone a usted misma en riesgo con el sexo oral desprotegido o con cualquier otro juego sexual o actividad que la exponga a la sangre, los excrementos, el semen o las secreciones vaginales de su pareja. Estos riesgos incluyen posibles infecciones que nunca harán daño a su pareja, pero que pueden poner su vida en peligro debido al debilitamiento de su sistema inmunológico a consecuencia de la infección con el VIH.

Si su pareja también es seropositiva, ninguno de los dos es inmune a nuevas infecciones. Esté consciente de los riesgos tanto reales como teóricos en el momento de negociar el sexo seguro. Cada comportamiento sexual o actividad conlleva un riesgo diferente. Por lo general se cree que algunas actividades son menos riesgosas que otras, pero un riesgo bajo no es lo mismo que ningún riesgo.

# Cómo prevenir el riesgo de infección

Las personas seropositivas deben considerar tomar ciertas precauciones para evitar exponerse a las infecciones comunes, las cuales pueden llegar a ser fatales cuando existe un sistema inmunológico debilitado. Aunque muchas veces se piensa que el sexo seguro solamente es para evitar la infección con el VIH, el riesgo de estar expuestos a otras muchas infecciones que son transmitidas por vía sexual, puede ser disminuido considerablemente si se practica constantemente el sexo seguro. Evitar el contacto oral-anal puede también reducir grandemente el riesgo de adquirir

parásitos que podrían causar diarrea y otros síntomas (los parásitos viven y se alimentan de plantas y animales, incluyendo a los humanos. Algunos ejemplos de estos parásitos son las tenias o solitarias y la sarna, mientras que los más comunes en las personas con el VIH son el toxoplasma y el criptosporidio).

En general, las personas seropositivas deberían evitar las carnes de res, pollo o pescado crudas o poco cocinadas, los productos lácteos sin pasteurizar, los cuales pueden contener parásitos, bacterias o virus que pueden causarle a las personas enfermedades graves. Por

ejemplo, comer mariscos crudos puede resultar en una infección de hepatitis A. Los riesgos pueden reducirse aún más siguiendo las recomendaciones para la preparación segura de los alimentos (para más información en inglés sobre estas recomendaciones, favor llamar a la línea gratuita de ayuda de *Project Inform* y solicitar el propuesta de discusión llamado *Nutrición y peso*. La siguiente información muestra algunos otros métodos para ayudar a reducir el riesgo de estar expuesto a los gérmenes que causan las infecciones.

COMIENZO DE PREVENCIÓN EN SU CASA

## Formas en que usted puede prevenir las infecciones comunes

### Bartonella

*Enfermedad bacteriana que puede producir fiebres, dolores de cabeza y una marcada reducción en el recuento de glóbulos rojos; también se le llama "la enfermedad del rasguño del gato" debido a que a menudo es transmitida mediante el rasguño de un gato.*

#### ¡Póngale el collar contra pulgas al gato!

- Evite adoptar gatos o cachorros de gato que tengan menos de 1 año.
- Evite los rasguños de gato o permitirle a sus gatos que laman sus cortadas o heridas abiertas y lavarse rápidamente cualquier rasguño de gato o herida.
- Usar métodos para controlar las pulgas en los gatos.



### Campilobacterial

*Infección bacteriana que puede causar diarrea, dolor abdominal y vómito.*

#### ¡Cuando el perro tenga soltura, corra!

- Evite el contacto con los animales que tengan diarrea.
- En general, trate de evitar las tareas de limpieza de excrementos animales.

### Coccidioidomicosis

*O "fiebre del valle" infección por hongos que puede causar fiebre, dificultad para respirar y sudores nocturnos.*

#### ¡En su próxima excavación arqueológica, no se le olvide llevar Endust!

- Aunque existen áreas del país tales como los desiertos del Sudoeste donde es prácticamente imposible evitar la exposición a este hongo, la gente aún puede reducir el riesgo de la exposición evitando los sitios donde hay excavaciones y las tormentas de polvo.



### Criptococosis

*Infección por hongos que afecta principalmente el cerebro, provocando dolores de cabeza, fiebre y comportamientos mentales alterados.*

#### ¡No alimente los pájaros!

- Evite las áreas donde puede haber una mayor contaminación con el hongo (llamado criptococo), tales como los sitios con abundancia de excrementos de paloma.



### Criptosporidiosis

*Parásito que puede causar diarrea*

#### ¡Lávese las manos!

- Lávese las manos después de haber tenido contacto con cualquier materia fecal (como al cambiar el pañal del bebé) y después de jardinear u otro contacto con tierra.
- Evite el contacto con animales en fincas o animales que tengan diarrea (incluyendo áreas en tiendas donde se vendan mascotas y albergues para animales).
  - Lávese las manos después de tocar a una mascota y evite el contacto con sus excrementos.
- Hierva el agua por lo menos durante un minuto. Si es posible instale filtros de agua con capacidad de filtrar los criptosporidios.
- Evite nadar en aguas que puedan estar contaminadas con criptosporidios. Algunos lagos, ríos, piscinas y playas de agua salada pueden estar contaminadas con excrementos humanos o animales, los cuales podrían tener criptosporidios.



## Formas en que usted puede prevenir las infecciones comunes

### Citomegalovirus

*Se le conoce comúnmente como CMV, y es un virus que puede infectar la totalidad del organismo; si se deja sin tratar, el CMV puede causar diarrea, ceguera, inflamación del cerebro, etc.*

#### El sexo seguro es excitante (y no es sólo por la transmisión del VIH)

- Lávese las manos después del contacto con materias fecales.
- Siga las normas del sexo seguro.
- Si se requieren transfusiones de sangre, deben usarse productos sanguíneos con anticuerpos negativos al CMV o con leucocitos reducidos.

### Herpes

*Infección viral que puede causar lesiones ulcerativas alrededor de la boca, los genitales y el recto.*

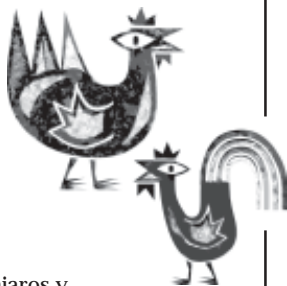
- Siga las normas del sexo seguro.

### Histoplasmosis

*Infección por hongos que causa fiebre, reducción en el recuento de glóbulos rojos y dificultad para respira.*

#### ¡Suelte el trapeador y sálgase del galpón de gallinas!

- Aunque hay áreas del país donde es prácticamente imposible evitar la exposición a este hongo, tales como los valles de los ríos del Medio Oeste, la gente aún puede reducir el riesgo a la exposición evitando limpiar los galpones para criar gallinas, revolver el piso donde hayan excrementos de pájaros y explorar cavernas.



### Papilomavirus Humano

*Infección viral que puede causar verrugas, que pueden volverse cancerosas.*

- Siga las normas del sexo seguro.

### Listeriosis

*Infección bacteriana que puede causar meningitis, la cual es una inflamación del cerebro.*

- Evite comer quesos suaves.
- Caliente los alimentos listos para comer, como los hot dogs y asegúrese de que estén hirviendo de calientes antes de consumirlos.



### Microsporidiosis

*Parásito que puede causar diarrea.*

- Lávese las manos frecuentemente y siga todas las medidas para una buena higiene personal.



### Salmonela

*Infección bacteriana que puede producir intoxicación y diarrea.*

- Evita la ensalada César que contenga huevo crudo.
- Evite comer pollo o huevos poco cocinados.
- Evite el contacto con los animales que tengan diarrea.
- Evite el contacto con reptiles como culebras, lagartos, iguanas y tortugas.



### Toxoplasmosis

*Parásito que principalmente afecta el cerebro produciendo confusión y comportamiento evasivo de la realidad.*

#### Estas recomendaciones se aplican sólo a las personas que no tienen anticuerpos positivos al toxoplasma

- Evite comer carnes crudas o poco cocidas (deben haber sido cocinadas a una temperatura interna de 150°F o 65.5°C).
- Lávese las manos después de haber tenido contacto con carne cruda, jardinear u otro contacto con tierra.
- Lave las frutas y verduras con agua filtrada o con una solución de .05% de cloro antes de comerlas crudas (créanos, las cosas lavadas de esta forma de hecho saben mejor).
- Lávese las manos después de cambiar la caja de excrementos del gato o si es posible trate de que una persona seronegativa sea la que la cambie.
- Los gatos deben mantenerse en el interior de la casa y ser alimentados con comida para gatos enlatada o preparada comercialmente y no con carnes crudas o poco cocidas.



### Tuberculosis

*Principalmente afecta los pulmones y puede provocar tos, pérdida de peso y fatiga.*

- Si es posible evite trabajar o hacer tareas voluntarias que son consideradas de alto riesgo para la tuberculosis, tales como las instituciones de atención médica y correccionales, y albergues para personas desamparadas.

### Varicela-Zoster

*Infección viral comúnmente conocida también como culebrilla.*

- Las personas que no han tenido varicela o culebrilla, deben evitar el contacto directo con las personas que tienen estas enfermedades.

Estas recomendaciones no garantizan que alguien no vaya a desarrollar estas enfermedades, aunque sí disminuyen los riesgos de una posible infección. Más aún, las personas que viajan frecuentemente, especialmente a países en desarrollo, deben ser conscientes de que existe un mayor riesgo de adquirir una de las enfermedades mencionadas arriba. Los viajeros frecuentes deben contactar a sus proveedores de atención médica para obtener información sobre estrategias de prevención al viajar a los países en desarrollo.

## Recomendaciones para practicar sexo más seguro

Bien sea que su pareja sea un hombre o una mujer, seropositivo(a) o no, practicar el sexo seguro es importante tanto para su salud como para la de su pareja. Esto sobre todo se debe al VIH, incluyendo el VIH resistente a varios medicamentos, el cual se puede encontrar en el semen y en las secreciones vaginales, aun si su carga viral (o la carga viral de su pareja) está por debajo del límite de detección.

Practicar el sexo seguro también reduce el riesgo de transmitir o contraer otras enfermedades, tales como la clamidia, la gonorrea, el herpes y la hepatitis B. Estas enfermedades pueden ser especialmente problemáticas para las personas con sistemas inmunológicos debilitados. A continuación ofrecemos algunos consejos útiles sobre cómo protegerse a usted misma y a su pareja durante el sexo.

### La transmisión del VIH resistente a una variedad de medicamentos

Durante el transcurso del año pasado hubo una creciente preocupación sobre la transmisión de un virus del VIH resistente a una variedad de medicamentos, ya que es probable que las personas que son infectadas con este tipo de virus no se puedan beneficiar de algunos, si no es de todos los medicamentos disponibles en la actualidad. Aunque en el pasado ha habido varios casos bien documentados sobre la transmisión de virus resistentes al AZT, la aparición de virus resistentes a una variedad de medicamentos solo ha sido observada recientemente. Sin embargo, estas observaciones deben servir de recordatorio sobre la importancia del sexo seguro.

#### En una palabra: ¡Plásticos!

Use condones de látex y abundante lubricante con base de agua (*K-Y Jelly*, *Astroglide*, *Probe*) para practicar el sexo tanto vaginal como anal. Si usted es alérgica al látex, podría ensayar los condones de poliuretano (*Avanti*). Los condones femeninos (*Reality*) también son hechos de poliuretano.

#### ¡Proteja el medio ambiente y a sus condones!

No use lubricantes que contengan petróleo (*Crisco*, *Vaseline*, aceite para bebés, loción, crema batida) ya que pueden destruir el latex. (Nota: los lubricantes a base de petróleo pueden ser seguros si se utilizan con condones de poliuretano). Los buenos lubricantes con base de agua duran más tiempo y de todas formas, por lo general se sienten mejor.

#### ¡Lea las etiquetas!

Muchas mujeres evitan los productos que contienen

*Nonoxynol-9* (un espermicida) ya que algunos estudios muestran que pueden causar irritación y pueden promover las infecciones de transmisión sexual, incluyendo la infección del VIH.

#### ¡Envuélvalo para llevarse!

Para el sexo oral con los hombres es mejor usar condón. Para el sexo oral con las mujeres o el sexo oral-anal, es mejor usar un dique odontológico (cuadrado de látex), un condón o un guante de látex cortado para formar una superficie plana, o finalmente un trozo de papel transparente del que se usa para envolver alimentos.

#### ¡Ensaya más bien una pastilla de menta sin azúcar!

Evite cepillarse los dientes o usar seda dental desde 2 horas antes o después de hacer sexo oral, para minimizar cualquier lesión. Esté alerta sobre las encías que sangren, cortaduras o heridas en o dentro de la boca.

#### ¡Deje que sus dedos caminen por usted!

Use guantes de látex para los manuales (cualquier tipo de sexo con las manos). Ensaye los guantes de látex sin talco o los de poliuretano para quienes sean alérgicos al látex.

#### ¡Diversiones limpias y seguras!

Si comparte los juguetes sexuales (como consoladores y vibradores), póngale un condón nuevo cada vez que lo use y cuando se pase del ano a la vagina. Limpie los juguetes con cloro, alcohol y agua y jabón después de usarlos.

#### ¡Cuidado con ciertas fantasías!

Evite el contacto con la sangre, el semen y las secreciones vaginales. Los juguetes de ciertas fantasías sexuales como los látigos y los cuchillos, pueden abrir la piel y no deben ser utilizados con otra persona hasta no haber sido desinfectados con cloro o con otro desinfectante.



## El embarazo y la transmisión del VIH



Durante los últimos años, ha habido adelantos en cuanto a la disminución de la tasa de transmisión del VIH de la madre al bebé (llamada también transmisión vertical). La nueva información que hay sobre los tratamientos contra el VIH ha aumentado la probabilidad de que las mujeres seropositivas den a luz bebés sanos y seronegativos. Con un buen cuidado prenatal y con el uso de terapias contra el VIH, para las mujeres embarazadas y para sus recién nacidos, la tasa de transmisión vertical ha disminuido al 8% y algunas veces inclusive a menos.

Hasta hace poco, el tratamiento contra el VIH que mostraba ser efectivo en prevenir la transmisión del VIH de la madre al bebé, era un régimen con AZT (zidovudine, Retrovir) administrado en tres pasos. En el primero se daba el medicamento en la semana 14 del embarazo y a partir de ese momento, durante todo el embarazo. Luego, la madre recibía el AZT en forma intravenosa (por inyección en una vena) durante el parto. Por último, el bebé recién nacido recibía una formulación líquida de AZT durante las seis semanas posteriores al nacimiento.

Aunque este sigue siendo el régimen estándar para prevenir la transmisión vertical en los Estados Unidos y en Europa Occidental, sólo es estándar debido a que representa el método utilizado en el primer y único estudio a gran escala que se ha llevado a cabo sobre este asunto, y no porque haya demostrado ser superior a otras estrategias. Otros regímenes contra el VIH están por fin siendo explorados, inclusive los tratamientos con AZT de menor duración, o los tratamientos con AZT y 3TC (lamivudine, Epivir) también de menor duración, o el Nevirapine (Viramune) solo, o las combinaciones

más potentes que incluyen inhibidores de proteasa. Es probable que algunos de estos nuevos regímenes prueben ser tan efectivos, si no más efectivos, en prevenir la transmisión vertical del VIH que el AZT solo. Sin embargo, aún falta por conocerse el efecto que tengan estos regímenes en la manera como se desarrolle el feto.

Además del uso de medicamentos contra el VIH, muchos otros factores afectan el riesgo de la transmisión vertical. Cuatro factores han demostrado ser de particular importancia. Estos son: la carga viral de la madre; la adherencia al tratamiento, es decir el cumplimiento que la madre tenga al tomar su terapia antiviral según lo indicado por el médico; la edad del bebé al nacer (los bebés prematuros parecen estar más predispuestos a la infección con el VIH); y la cantidad y el tiempo de exposición a la sangre y a otros líquidos que se encuentren presentes en el momento del nacimiento. Entre otros factores también están el nivel general de salud de la madre, el acceso a la atención médica durante el embarazo (*atención prenatal*) y *la lactancia*. (NOTA: el VIH puede ser transmitido a través de la leche materna, y es por esto que a las mujeres sero-

positivas se les disuade de amamantar a sus bebés).

La operación cesárea por elección también puede reducir el riesgo de la transmisión vertical. Algunos investigadores opinan que una operación cesárea planeada antes de que las membranas de la mujer se rompan y comience el parto reduciría la cantidad de líquidos a los que estaría expuesto el bebé, reduciendo por consiguiente el riesgo de una transmisión. Ha habido respuestas encontradas a un reporte científico reciente sobre la operación cesárea, principalmente debido a que aún no se tiene claro si los beneficios de esta operación superan los riesgos que puede sufrir la madre.

Además de ofrecer a la mujer embarazada la mejor atención posible contra el VIH (Las *Recomendaciones Federales* sugieren que sean tratadas como cualquier otro adulto, sin importar su estado de gravidez), se les debe además ofrecer los cuidados prenatales, preferiblemente administrados por profesionales de la salud con conocimiento del VIH y el embarazo. Igualmente, se les debe dar la mejor y más actualizada información sobre todo lo relacionado con el VIH y el embarazo y mucho apoyo en su decisión de seguir adelante con el embarazo.

Podría no ser posible aún darles una absoluta garantía de que tendrán un bebé sano y seronegativo. Sin embargo, mediante el acceso a unos buenos cuidados prenatales, el uso de los tratamientos contra el VIH disponibles y evitando amamantar a sus bebés, es muy probable que así sea.




---

**Para más información en inglés sobre cómo prevenir la transmisión del VIH de la madre al bebé, llama a la línea de información gratuita de *Project Inform* y solicite el *Embarazo y VIH*.**

---



## Glosario de términos y conceptos importantes

**Infección activa:** Es la infección que está actualmente produciendo síntomas o en la cual el organismo causante de la enfermedad se está reproduciendo rápidamente. Por ejemplo, una persona puede estar infectada con el virus del herpes, pero solamente cuando las lesiones del herpes están presentes (es decir las lesiones alrededor de la boca o en los genitales), se considera que la infección está activa. Las infecciones pueden ser transmitidas aun cuando no estén activas.

**Infección primaria:** Es la etapa más temprana de la infección del VIH, la cual por lo general comprende desde la infección inicial con el virus hasta unos pocos meses siguientes. Después de este tiempo. La enfermedad del VIH se considera como una infección crónica.

**Infección latente:** Comprende el tiempo en el que el organismo infeccioso está presente, aunque no se esté reproduciendo activamente y por la tanto no esté causando síntomas o daños al cuerpo y/o al sistema inmunológico. Cuando una infección persiste sin causar daño, de manera obvia o sutil, se le llama infección latente. Las personas pueden transmitir las infecciones aun cuando estén latentes. Durante

períodos largos en el curso de la infección del VIH, a menudo no se presentan síntomas obvios o señales físicas de la enfermedad, no obstante que el virus se encuentra presente, reproduciéndose activamente y causando daños al sistema inmunológico. En este contexto, el VIH no es una infección latente.

**Resistencia a los medicamentos:** Es la capacidad que tiene un organismo causante de enfermedades de continuar creciendo y reproduciéndose a pesar de la presencia de un medicamento activo, cuya función es la de reducir el crecimiento de dicho organismo. En el VIH, esto sucede cuando el virus hace mutaciones o cambios en su proceso de reproducción, de tal forma que produce nuevas copias del virus que son insensibles o menos sensibles a un medicamento contra el VIH en particular. Una vez que se reproducen las mutaciones resistentes, éstas pueden crecer rápidamente a pesar de la presencia continua del medicamento. Las personas con niveles más altos del virus tienen un mayor riesgo de desarrollar cepas del VIH resistentes a los medicamentos, lo mismo que las personas que han desarrollado resistencia a los medicamentos que son similares a los que están tomando.

### Tipos de virus de papiloma

**humano:** Existen más de 70 tipos identificados de virus de papiloma humano, y aproximadamente 20 de estos infectan al cuello uterino (cérvix). La verrugas genitales y anales relacionadas con este virus son causadas por ciertos tipos del VPH (principalmente por los tipos 6 y 11) mientras que a otros tipos (tales como el 16, el 18 y el 31) se les atribuye ser la causa de las displasias (una condición precancerosa) y del cáncer cervical. La mayoría de las personas con VPH están infectadas con un tipo dominante del virus, aunque algunos estudios han mostrado que algunas de las mujeres seropositivas tienen múltiples tipos del VPH. Algunos investigadores sugieren ahora que la prueba del VPH DNA (la cual distingue los varios tipos del VPH) es una forma más efectiva de identificar los tipos del VPH de alto riesgo, antes de que causen una enfermedad, en vez de confiarse solamente en las pruebas de Papanicolaou, las cuales solo indican la presencia de los problemas una vez que los síntomas relacionados con el VPH ya han hecho su aparición.

**Carga viral:** Es la cantidad mensurable (que se puede medir) del virus en la sangre, o en otro líquido corporal o tejido. La cantidad de carga viral ha mostrado ser un buen indicador sobre el riesgo de que el

VIH progrese, particularmente entre las personas con recuentos de CD4+ superiores a 50.

**Carga viral “indetectable” o “por debajo del límite de detección”:** Es la medida de carga viral por debajo del límite inferior en que una de las formas particulares de prueba de carga viral puede hacer un recuento confiable (para la mayoría de las pruebas estándar el límite inferior de detección es alrededor de 400 a 500 copias por milímetro cúbico de sangre). Esto no quiere decir que el virus no esté presente, sino que está en cantidades tan pequeñas, que se hace imposible su medición con las pruebas estándar. Hay también disponibles versiones “super-sensibles” o “ultrasensibles” de la prueba de carga viral, las cuales pueden medir con exactitud hasta 20 a 50 copias del virus. Sin embargo, una carga viral por debajo de este límite no significa que el VIH ha desaparecido, sino que es más difícil encontrarlo. El principal beneficio identificado hasta ahora de una carga viral que se ha reducido por debajo del nivel de detección, según las pruebas de mayor sensibilidad, es que por lo general esto se traduce como la mayor protección posible en contra del desarrollo de virus que sean resistentes a los medicamentos.

### El mensaje básico

- **Hágase la prueba, en forma anónima.**
- Conozca sus opciones y construyase una red de apoyo.
- De resultar positivo: **Mejore su salud máximo, hágase un examen físico completo y una buena evaluación inmunológica, y sobre todo infórmese!** (Ver el documento informativo de Project Inform denominado “El Primer Día”).
- **Hágase pruebas iniciales de recuentos de CD4 y carga viral, y luego repítalos trimestralmente.** Elabore una tabla que vaya mostrando las tendencias. Las mujeres deben además hacerse exámenes ginecológicos y citologías cada seis meses, o con mayor frecuencia si se presenta alguna anormalidad.
- Si la tendencia de las células CD4 es decreciente o si ya están por debajo de 500, y la carga viral por encima de 5000, sin importar otros factores, **optimice su nutrición y considere empezar una terapia antiretroviral combinada.**
- Si la medida de la carga viral no desciende por debajo del nivel de detección o por lo menos por debajo de 5000, **considere un régimen antiviral mas agresivo.**
- Si la tendencia de los CD4 permanece por debajo de 300, **considere un tratamiento preventivo contra la PCP** (de ser posible con medicamentos orales). Si el recuento continúa descendiendo por debajo de 200, **reconsidere la posibilidad de tomar un régimen antiretroviral, si ya no se está en uno, y entérese de los tratamientos preventivos contra otras enfermedades oportunistas. Conozca la posible interacción entre los medicamentos.**