

Prevención de la transmisión del VIH

¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH se transmite (se propaga) por medio de la sangre, el semen y las secreciones genitales o la leche materna de una persona con ese virus. La propagación se llama **transmisión del VIH**.

Teniendo **relaciones sexuales sin protección** o el uso compartido de equipo de inyección de drogas (como agujas o jeringas) con una persona con el VIH son las formas más comunes de transmisión del VIH.

El hecho de tener una **enfermedad de transmisión sexual (ETS)** puede aumentar el riesgo de infección por el VIH de una persona durante las relaciones sexuales. El riesgo de propagación del VIH durante las relaciones sexuales también es mayor si la pareja con el VIH tiene otra ETS.

Las mujeres seropositivas pueden transmitir el virus a sus bebés durante el embarazo, el parto o la lactancia materna. Si usted es mujer seropositiva, hable con su proveedor de atención de salud sobre las formas de evitar el embarazo. Si está embarazada o tiene pensado quedar en ese estado, pregúntele a su proveedor de atención de salud cómo puede proteger a su bebé contra la infección por el VIH. (Véase la hoja informativa sobre [La infección por el VIH y el embarazo](#).)

Tomo medicamentos contra el VIH y mi carga viral es indetectable. Aun así, ¿puedo transmitir la infección por el VIH a otra persona?

Sus medicamentos contra el VIH han surtido efecto para controlar la infección. La concentración de ese virus en la sangre es tan baja que una prueba de la **carga viral** no permite detectarlo. Sin embargo, el hecho de tener una **carga viral indetectable** no significa que esté curado. Todavía tiene el VIH. Aunque una carga viral indetectable reduce mucho el riesgo de transmisión del VIH, aun así puede infectar a otra persona con el virus.

¿Cómo puedo evitar la transmisión del VIH?

Para evitar la transmisión de la infección por el VIH a otra persona:

- Use un condón cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Si se inyecta drogas, no comparta agujas ni jeringas.

Términos empleados en esta hoja informativa:

Carga viral: Concentración del VIH en la sangre. Una de las metas del tratamiento antirretroviral es reducir la carga viral.

Carga viral indetectable: Concentración del VIH en la sangre de una persona que es demasiado baja para detectarla con una prueba de la carga viral.

Enfermedades de transmisión sexual (ETS): Infecciones que suelen propagarse durante el contacto sexual. La infección por el VIH es un ejemplo de una ETS.

Relaciones sexuales sin protección: Relaciones sexuales sin uso de condón.

Transmisión del VIH: La propagación del VIH de una persona con ese virus a otra persona por medio de la sangre, el semen, las secreciones genitales o la leche materna de la persona seropositiva.

Tuberculosis: Enfermedad causada por gérmenes que se propagan por el aire cuando una persona con la forma activa de la enfermedad tose, estornuda o habla. Suele afectar los pulmones.

- No comparta su cuchilla de afeitarse, cepillo de dientes ni otros artículos en los que pueda haber dejado sangre.
- Tome sus medicamentos contra el VIH según las indicaciones de su proveedor de atención de salud.
- Si es madre seropositiva, no amamante a su bebé.

Hable con su proveedor de atención de salud sobre cómo se transmite el VIH y cuáles son las formas de evitar su propagación. En cada consulta, discuta cualquier patrón de comportamiento de alto riesgo (como tener relaciones sexuales sin protección o compartir equipo de inyección de drogas). Pregúntele a su proveedor de atención de salud sobre las pruebas de detección de otras ETS para usted y su pareja.

Puede ser difícil hablar de los patrones de comportamiento de alto riesgo. Sin embargo, es importante ser sincero con su proveedor de atención de salud con respecto a cualquier actividad de alto riesgo. Su proveedor de atención de salud puede ayudarle a tomar medidas para reducir las posibilidades de transmitir el VIH a otra persona.

¿Puedo exponer a riesgo a mi pareja que también tiene el VIH?

Aunque su pareja también tenga el VIH es importante usar

condones y no compartir equipo de inyección de drogas. Usted y su pareja pueden tener diferentes cepas del virus. El VIH de su pareja podría obrar de manera diferente en su cuerpo o restar eficacia a los antirretrovirales que usted toma. La cepa del VIH que usted tiene podría causarle los mismos efectos a su pareja.

¿Dónde puedo encontrar más información sobre la prevención del VIH?

La Red Nacional de Información sobre Prevención (National Prevention Information Network, NPIN) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers

for Disease Control and Prevention, CDC) ofrece información sobre la forma de prevenir la infección por el VIH, otras ETS y la **tuberculosis**.

Si tiene alguna pregunta sobre la transmisión del VIH, llame a CDC-INFO al teléfono 1-800-232-4636 o visite el sitio: <http://www.cdc.gov/VIH/>.

Para más información:

Comuníquese con un especialista en información de salud de *infoSIDA* llamando al teléfono 1-800-448-0440 o visite el sitio: <http://infosida.nih.gov>. Solicite asesoramiento médico a su proveedor de atención de salud.