



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/mitos-sobre-el-vih>

Mitos sobre el VIH

Submitted on Feb 22, 2019

Image



To read this fact sheet in English, [click here](#).

Índice

- [Mitos sobre el VIH y su tratamiento](#)
- [Mitos sobre las pruebas de detección del VIH](#)
- [Mitos sobre la transmisión del VIH](#)
- [Mitos sobre los ensayos clínicos](#)
- [Obtenga los datos reales](#)

Hay muchos mitos sobre el VIH. Un mito es una historia o una idea que no son ciertos. En relación con el VIH, es importante ser capaces de distinguir la realidad del mito. Creer los mitos puede resultar en temor, negación e incluso daños a su salud.

[Haga clic arriba para ver o descargar la presentación en PDF](#)

Mitos sobre el VIH y su tratamiento

El mito: "El VIH no causa SIDA"

La realidad: El VIH (virus de inmunodeficiencia humana) sí causa el SIDA. El SIDA no es causado por las drogas festivas, el AZT, las conspiraciones del gobierno ni ninguna otra cosa que no sea el virus. Si usted tiene SIDA, tiene VIH. Si usted no tiene VIH, no puede contraer SIDA. Esto ha sido verificado por más de 25 años de pruebas científicas sólidas.

El mito: "El VIH/SIDA fue inventado"

La realidad: No existe evidencia para sugerir que el VIH/SIDA se inventó en un laboratorio; tampoco hay evidencia que sugiera que el VIH es el resultado de conspiraciones del gobierno. El VIH/SIDA no es causado por drogas festivas, el AZT o las mordeduras de mosquito. El VIH es uno de muchos virus que se transmiten por fluidos corporales como la sangre, el semen, el fluido vaginal y la leche materna.

El mito: "El VIH es una sentencia de muerte"

La realidad: Esto solía ser cierto. En la década de 1980 y principios de los 90, se sabía poco acerca de cómo tratar a las personas que vivían con el VIH o SIDA. Debido a la falta de conocimiento, sin medicamentos eficaces y el miedo, muchas personas diagnosticadas con el VIH y SIDA murieron. Sin embargo, afortunadamente, esto ya no ocurre. Ahora tenemos más y mejores medicamentos contra el VIH. Si sigue su régimen de tratamiento y tiene un cuidado de su cuerpo, usted puede vivir una vida larga y plena con VIH.

El mito: "Hay una cura para el VIH/SIDA"

La realidad: Desafortunadamente, aún no hay cura para el VIH, hay investigaciones a nivel mundial para encontrar una. La investigación se basa en los casos que dan esperanza y claves para una posible cura. El paciente de Berlín es un ejemplo: un hombre que fue diagnosticado con VIH en 1995

recibió células de un donante resistente al VIH para un trasplante de médula ósea en 2007 y ahora se reporta como libre del virus del VIH. El paciente de Berlín es un caso raro y único; actualmente no existe una cura universal para el VIH. Para obtener más información, vea nuestra hoja informativa sobre [Encontrando una cura para el VIH](#).

El mito: "¡No es SIDA el que mata a la gente sino los medicamentos que toman!"

La realidad: Los medicamentos contra el VIH, conocidos como antirretrovirales, no curan el VIH, pero pueden ayudar a mantener a la gente saludable por muchos años. Las personas morían de SIDA con mucha más frecuencia antes de que las combinaciones de antirretrovirales estuvieran disponibles. Sin embargo, desde que empezó la terapia antirretroviral combinada para el VIH en 1996, la esperanza media de vida para personas que viven con VIH ha aumentado. Además, han bajado las tasas de mortalidad para personas que viven con el VIH que reciben tratamiento con una combinación de antirretrovirales. Desafortunadamente, en casos extremadamente raros, los medicamentos contra el VIH pueden tener [efectos secundarios](#) que puede ser mortales para algunas personas. La buena noticia es que muchos de los medicamentos más recientes contra el VIH tienen pocos efectos secundarios y son más fácil de tomar.

El mito: "Los nuevos medicamentos contra el VIH son tan poderosos que no hay problema si los deja de tomar por un tiempo (tomar unas 'VACACIONES de MEDICAMENTOS')"

La realidad: Algunas personas se sienten tentadas a dejar de tomar sus medicamentos contra el VIH por un corto tiempo porque se sienten bien, tienen [efectos secundarios](#), o quieren tomar un descanso de recordar cada día que viven con el VIH. Sin embargo, estudios han demostrado que interrumpir su tratamiento o tomar unas 'vacaciones de medicamentos' puede causar problemas. Interrumpir los medicamentos contra el VIH puede: (1) dar oportunidad al virus para que se multiplique y hacer que su [carga viral](#) aumente, (2) darle la oportunidad al virus para que desarrolle [resistencia](#) (*en inglés*) (a los medicamentos contra el VIH para que ya no funcionen y, (3) causar que su cuenta de [células CD4](#) caiga y su [sistema inmunitario](#) se debilite. Varios estudios han demostrado que seguir la toma de sus medicamentos contra el VIH como se indica es la manera de mantenerse saludable por más tiempo.

Mitos sobre las pruebas de detección del VIH

El mito: "La prueba de SIDA no es confiable"

La realidad: La "prueba de SIDA" es realmente una prueba de VIH que mide los antígenos del VIH (partículas de proteína viral) y anticuerpos de VIH, que son proteínas especiales que el organismo produce en respuesta a la infección. Si usted tiene VIH su sistema inmunológico producirá anticuerpos contra el VIH. Las pruebas del VIH de combinación antígeno-anticuerpo (también llamadas pruebas de 4.^a generación) pueden detectar el VIH con 99 al 100 por ciento de precisión. Sin embargo, si el resultado de este examen es positivo, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades de los EE.UU. (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que el resultado sea confirmado por un inmunoensayo de diferenciación de anticuerpos VIH-1/VIH-2. El inmunoensayo puede, además de confirmar la primera prueba, indicar que tipo de VIH porta una persona — VIH-1 o VIH-2.

Las pruebas rápidas de detección del VIH son convenientes, porque dan los resultados en 20 minutos. Sin embargo, a pesar de que los falsos positivos son muy raros, un resultado positivo de una prueba rápida se considera preliminar y debe ser confirmado por otro examen de VIH. Para obtener más información, vea nuestra hoja informativa sobre [Pruebas del VIH](#).

El mito: "Las pruebas de carga viral no dicen nada sobre la salud de una persona"

La realidad: La [carga viral](#) mide la cantidad de VIH en la sangre de una persona. Muchos estudios han demostrado que personas con cargas virales altas tienen más probabilidades de enfermarse o morir que aquellos con cargas virales bajas. Cargas virales también nos dan información importante sobre qué tan bien están trabajando los medicamentos contra el VIH.

Mitos sobre la transmisión del VIH

El mito: "Las personas con VIH o SIDA se ven enfermas"

La realidad: A menudo, las personas que viven con VIH no se ven ni se sienten enfermas. Muchas veces, ni siquiera saben que tienen el virus. Hacerse una prueba de VIH es la única manera de saber si usted está viviendo con VIH. Es imposible saber si otra persona vive con el VIH – al menos de que elijan [divulgarle](#) a usted que él/ella vive con VIH.

El mito: "Los heterosexuales no contraen VIH"

La realidad: La mayoría de las personas que viven con VIH en todo el mundo son heterosexuales. Los hombres transmiten el VIH a las mujeres, y las mujeres lo transmiten a los hombres. El riesgo no se basa en etiquetas o categorías de personas. Cualquier persona que tenga relaciones sexuales sin protección (relaciones sexuales sin usar métodos de [tratamiento como prevención](#) o métodos de barrera como los condones) o comparta [agujas o equipo de inyección](#) (*en inglés*) (diabetes, drogas inyectadas, tatuajes, hormonas, etc.) con alguien se pone en riesgo para contraer VIH.

El mito: "Estoy segura porque estoy en una relación monógama (o casada)"

La realidad: Debido a que las personas que viven con el VIH a menudo no "se ven enfermas", es importante saber el estado serológico de su pareja antes de tener relaciones sexuales sin protección. En un mundo ideal, si usted y su pareja siguen siendo monógamas y sus pruebas dieron resultados negativos para el VIH después de la ventana de tres meses desde su última exposición posible, tener relaciones sexuales sin protección sería seguro. Sin embargo, si su pareja vive con el VIH y no está tomando medicamentos contra el VIH, si él o ella está teniendo relaciones sexuales fuera de la relación, o si su pareja es sexualmente fiel, pero se inyecta drogas y comparte agujas o equipo de drogas, usted está en riesgo de contraer VIH. Por favor, no confunda amor o compromiso con estar segura en contra del VIH.

Si no sabe el estado de su pareja y no puede [usar condones](#), considere usar [PrEP](#), o profilaxis preexposición. Esto significa tomar medicamentos contra el VIH mientras que usted es VIH-negativo para reducir las posibilidades de que usted contrae VIH si usted está expuesta a él. También es importante saber que, cuando una persona viviendo con VIH está tomando medicamentos contra el VIH y su carga viral ha alcanzado niveles indetectables (no tener suficiente VIH en el torrente sanguíneo para ser medido con un análisis), la persona no puede transmitir el VIH a una pareja que es VIH negativo. Vea nuestra hoja informativa sobre [Indetectable es igual a intransmisible](#) para más información sobre este emocionante desarrollo.

El mito: "Si tengo más de 50 años de edad, soy demasiado anciana para contraer el VIH; el VIH no es una enfermedad que afecta a mi generación"

La realidad: La edad no la protege de adquirir el VIH. De hecho, las personas mayores de 50 años están contrayendo VIH a una tasa creciente. En 2014, ONUSIDA estimó que 4.2 millones de adultos con edades de 50 y más vivían con el VIH en todo el mundo. Desafortunadamente, los adultos mayores con frecuencia se omiten en los debates sobre la prevención y atención del VIH, por lo que no son conscientes de que están en riesgo. Para obtener más información, consulte nuestra hoja informativa [Mujeres mayores: en riesgo por el VIH](#).

El mito: "Si estoy usando anticonceptivos, no puedo contraer el VIH"

La realidad: El VIH se puede transmitir durante cualquier contacto sexual sin protección. La mayoría de las formas de [control de la natalidad](#) SOLAMENTE protegen contra el embarazo no deseado, NO contra [infecciones o enfermedades de transmisión sexual](#) (ITS o ETS) como el VIH. El único método anticonceptivo que previene el embarazo y reduce significativamente el riesgo de contraer VIH es el condón. Para consejos sobre cómo hacer el sexo más seguro, lea nuestra hoja informativa sobre [El sexo más seguro](#).

El mito: "Estoy segura porque soy virgen"

La realidad: Si no ha tenido ningún contacto sexual en absoluto, no tiene riesgo de contraer VIH por vía sexual. Sin embargo, si usted ha compartido [agujas o equipo de drogas](#) (*en inglés*), usted está en riesgo. Si usted ha tenido sexo oral o anal, pero se considera una "virgen" porque no han tenido sexo vaginal, sí está en riesgo. Mientras que el sexo oral generalmente se considera una actividad de bajo riesgo, puede ser más arriesgado en ciertas circunstancias (por ejemplo, si usted o su pareja tiene sangrado de encías). El sexo anal se considera una actividad de alto riesgo. Para aprender más acerca de los riesgos de las diferentes actividades sexuales, lea nuestras hojas informativas sobre el [Sexo Oral: ¿Cuál es el riesgo real?](#) y [El sexo más seguro](#).

El mito: "Las lesbianas no contraen VIH"

La realidad: Aunque es mucho menos común que las mujeres transmitan el VIH a otras mujeres durante el sexo, las lesbianas sí pueden contraer VIH. Existen múltiples reportes de lesbianas que han adquirido VIH a través de prácticas sexuales violentas o compartiendo juguetes sexuales con una mujer que vive con VIH. Además, muchas mujeres que se consideran lesbianas han tenido relaciones sexuales con hombres y han adquirido VIH de esa manera. Las lesbianas que usan drogas y comparten equipo de inyección de drogas pueden contraer el VIH a partir de una aguja o jeringa que ha sido utilizada por alguien que vive con VIH.

El mito: "El VIH puede transmitirse a través de lágrimas, sudor, mosquitos, piscinas o el contacto casual"

La realidad: El VIH solo se [transmite](#) a través de sangre infectada, semen (líquido seminal y semen), fluidos vaginales y leche materna. Las formas más comunes de transmisión de VIH son a través de contacto sexual sin protección o compartiendo equipo de drogas con una persona que vive con VIH. El VIH puede también transmitirse de madre a bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

El mito: "No puedo tener un bebé porque tengo VIH"

La realidad: Con los cuidados médicos adecuados y los medicamentos con el VIH, las mujeres con VIH pueden tener embarazos saludables. Hay muchas cosas que puede hacer para prevenir transmitir el VIH a su pareja y bebé. Los avances en el tratamiento del VIH han disminuido grandemente las posibilidades de transmisión del VIH de madre a hijo. Si la madre toma medicamentos contra el VIH tal como indica el médico y se suprime su carga viral (muy poco VIH en la sangre), las posibilidades de transmitir el VIH al bebé pueden ser de menos del 1 por ciento, de acuerdo con Centros de Control y Prevención de Enfermedades de EE.UU. Para obtener más información, lea nuestras hojas informativas, [Embarazo, parto y VIH](#) y [Quedar embarazada y el VIH](#).

El mito: "Está bien tener sexo sin protección si ambos miembros de la pareja tienen VIH"

La realidad: Las relaciones sexuales entre dos personas que viven con el VIH pueden ocasionar que

uno de ellos, o a ambos, contraigan una cepa o un tipo de VIH diferente. A menudo, esto se llama reinfección o sobreinfección. Esto puede suceder aun cuando su pareja actual sea la persona que originalmente le haya transmitido el virus. El VIH cambia de manera diferente en el cuerpo de cada persona con el tiempo. Así la cepa que su pareja tenía originalmente puede no ser la cepa que tiene ahora. Las diferentes cepas de VIH pueden ser resistentes a los medicamentos, lo que hace que sea difícil para su tratamiento funcione y para que usted pueda mantenerse saludable. Practicar el [sexo más seguro](#) la protege de la reinfección y la infección con otras ITS.

Mitos sobre los ensayos clínicos

El mito: "Los ensayos clínicos son inseguros. Si participo en un estudio, no se me permitirá dejarlo si no me gusta"

La realidad: Usted siempre tiene el control. En cualquier momento y por cualquier razón, usted puede dejar cualquier estudio en el que participe. Algunas personas han escuchado acerca del estudio de sífilis de Tuskegee, que se llevó a cabo antes de que el gobierno estableciera directrices éticas fuertes acerca de cómo se deben llevar a cabo los ensayos clínicos. El gobierno estadounidense ahora tiene estrictas reglas y normas que todos los investigadores deben seguir para proteger a los participantes en los ensayos clínicos. Los ensayos clínicos en otros países tienen que seguir a las normas y reglamentos establecidos por los gobiernos de sus países. Además, todos los países tienen que seguir las reglas indicadas en las Directrices Éticas Internacionales para la Investigación Biomédica en Seres Humanos, desarrolladas por el Consejo de Organizaciones Internacionales de Ciencias Médicas (CIOMS, por sus siglas en inglés) en colaboración con la Organización Mundial de la Salud (OMS). Para obtener más información, consulte nuestra hoja informativa sobre [Ensayos clínicos](#) (en inglés).

Obtenga los datos reales

Los mitos sobre el VIH son muy perjudiciales. Pueden hacerle temer algo que no es peligroso. Y hacerle sentir que algo no es peligroso cuando realmente sí lo es.

Es importante conocer la verdad y conocer bien los hechos. A veces la gente que aparenta estar bien informada, o ser bien intencionada, da información falsa. Si usted tiene una pregunta sobre el VIH, hable con su proveedor de atención médica, su organización local del SIDA o llame a la línea Nacional de Información del SIDA de los CDC al 1-800-CDC-INFO (232-4636) o 1-888-232-6348 (TTY). Si usted se encuentra fuera de los EE. UU., busque fuentes de información en su área que puedan responder sus preguntas usando el [atlas electrónico del SIDA](#).

Esta traducción se hizo posible gracias a la colaboración de [Traductores sin Fronteras](#) (en inglés).

