



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)  
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/que-son-el-vih-y-el-sida>

## ¿Qué son el VIH y el SIDA?

Submitted on Sep 13, 2023

Image



Read this fact sheet [in English](#)

?? ????? ?? ?? ????? ?? ????? ?? ??, [???? ????? ??????](#)

## Índice

- [¿Qué es el VIH?](#)
- [¿Qué es el SIDA?](#)
- [¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?](#)
- [¿Cómo sé si tengo VIH?](#)
- [¿Es necesario que me haga una prueba de VIH?](#)
- [¿Por qué debo hacerme una prueba de VIH?](#)
- [¿Cómo se propaga el VIH?](#)
- [¿Hay una vacuna o cura para el VIH?](#)
- [Información adicional](#)

## ¿Qué es el VIH?

VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Humana. El VIH es el virus que causa SIDA.

El [sistema inmunitario](#) es el sistema de defensa de su cuerpo. Mientras que el sistema inmunitario puede controlar muchos virus, el VIH ataca e infecta a las mismas células del sistema inmunitario que se supone deben protegernos contra gérmenes y enfermedades. Estas células son un tipo de glóbulo blanco llamadas células CD4 (que son un tipo de células T).

Sin medicamentos que controlen ese virus, usualmente, el VIH asume el control de las [células CD4](#) y las convierte en fábricas que producen millones de copias del virus. A medida que el virus produce copias, daña o mata las células CD4, debilitando el sistema inmunitario. De ese modo el VIH causa el SIDA.

Hay muchas cepas diferentes del VIH que se agrupan en dos tipos principales:

- VIH-1: el tipo más común en todo el mundo
- VIH-2: se encuentra principalmente en África occidental, Asia y Europa

Es posible que una persona viviendo con VIH sea portadora de varias cepas diferentes del VIH en su cuerpo al mismo tiempo.

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

## ¿Qué es el SIDA?

SIDA significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. El SIDA es la fase más avanzada de la enfermedad del VIH.

El VIH causa SIDA al atacar las células CD4. El sistema inmunitario utiliza estas células para proteger al cuerpo de la enfermedad. Cuando pierde muchas células CD4, el cuerpo tiene menos capacidad para luchar contra las infecciones y se pueden desarrollar otras infecciones graves y, con frecuencia, fatales. Estas infecciones se llaman [infecciones oportunistas](#) (IO).

Cuando alguien muere de SIDA, la muerte generalmente es por causa de las IO u otros efectos del VIH en el largo plazo. El SIDA se refiere al estado debilitado del sistema inmunitario del cuerpo que ya no puede detener las infecciones oportunistas.

## ¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?

No se tiene SIDA tan pronto como adquiere el VIH. Se puede vivir con VIH durante muchos años, sin signos de enfermedad o sólo con síntomas leves a moderados. Las personas viviendo con VIH y toman medicamentos para el VIH bajo receta médica tienen un riesgo muy bajo de que se desarrolle el SIDA. Pero sin ningún tratamiento, el VIH finalmente desgastará el sistema inmunitario en la mayoría de las personas hasta el punto en que tienen baja cantidad de células CD4 y desarrollen infecciones oportunistas.

La definición de SIDA se estableció antes de que existiese un tratamiento eficaz para el VIH. Eso indicaba que una persona tenía un riesgo mayor de contraer enfermedades o de morir. En países donde el tratamiento del VIH está fácilmente disponible, el SIDA ya no es tan relevante como alguna vez lo fue. Con acceso a un tratamiento efectivo, la gente puede seguir siendo sana aún cuando tienen un recuento bajo de células CD4. También, alguien podría haber recibido un diagnóstico de SIDA hace años, pero su sistema inmunitario se ha recuperado desde entonces. Todavía podían tener ese diagnóstico, pero ya no tener un recuento bajo de células CD4.

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos identifican que alguien tiene SIDA si vive con VIH y presenta una o dos de las condiciones siguientes:

- Por lo menos una condición que determine el SIDA (ver nuestra lista de [condiciones que definen el SIDA](#))
- Un [recuento de células CD4](#) de 200 células o menos (un recuento normal de CD4 es de más o menos 500 a 1500)

Las personas con SIDA pueden reconstruir su sistema inmunitario con la ayuda de medicamentos para el VIH y vivir una vida larga y saludable. Aún cuando el recuento de células CD4 vuelva a estar por encima de 200 o una IO se trate con éxito, podría seguir teniendo un diagnóstico de SIDA. Esto no necesariamente quiere decir que usted está enferma o que se enfermará en el futuro. Sólo es la forma en que el sistema de salud público recuenta la cantidad de personas que han tenido el VIH en estado avanzado.

## ¿Cómo sé si tengo VIH?

Las personas no se dan cuenta de que han estado expuestas o que han adquirido el VIH. Los síntomas iniciales o agudos de una infección de VIH pueden aparecer dentro de dos a cuatro semanas de la exposición al VIH y pueden incluir:

- Fiebre
- Glándulas inflamadas
- Dolor de garganta
- Sudoración nocturna
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Cansancio extremo (fatiga)
- Erupciones

Algunas personas no tienen síntomas o no notan los síntomas porque estos son leves o piensan que tienen un resfriado o gripe. Después de que estos síntomas parecidos a los de la gripe desaparecen, la

gente que vive con VIH puede pasar años sin mostrar ningún síntoma. La única forma de saber con seguridad si se está viviendo con VIH es hacerse una [prueba de VIH](#).

Si tiene algunos de los síntomas iniciales o agudos del VIH, es importante que se haga una prueba de antígenos del VIH (no sólo de anticuerpos del VIH). Los antígenos son partes del virus del VIH o partículas virales. Si hay un antígeno del VIH en su sangre, los análisis pueden identificar la adquisición del VIH tan pronto como dos semanas después de haber sido expuesta al virus.

Los anticuerpos son proteínas que el cuerpo produce para marcar el VIH al sistema inmunitario y así destruir el virus. El cuerpo tarda de uno a tres meses y, en ocasiones hasta seis meses, en desarrollar estos anticuerpos. Este período entre contraer el VIH y producir los anticuerpos se llama el "período silente". Por lo tanto, los resultados de los análisis que detectan anticuerpos son sólo fiables después de uno a tres meses después de haber sido expuesta al VIH.

## ¿Es necesario que me haga una prueba de VIH?

Los CDC estiman que 13 por ciento de las personas viviendo con VIH en los EE.UU. no saben que viven con el virus. Muchas de esas personas se ven y se sienten sanas y no creen correr ningún riesgo. Pero la realidad es que cualquier persona de **cualquier edad, género, raza, etnia, orientación sexual, grupo social o clase económica** puede contraer el VIH. Los seres humanos pueden [discriminar](#) a base de estos factores, pero el virus no lo hace. Para informarse más acerca de cómo se propaga el VIH, consulte nuestra hoja informativa sobre la [transmisión del VIH](#).

Para saber si necesita hacerse una prueba de VIH, conteste las preguntas siguientes:

- ¿Alguna vez ha tenido penetración vaginal o anal (en el "trasero") o [sexo oral](#) sin el uso de un [condón](#) o de otra barrera de látex (ej., cuadrados de látex para la boca)? *Aviso: el sexo oral es una actividad de bajo riesgo. El sexo vaginal y anal tienen un riesgo mucho mayor.*
- ¿No conoce el estado de VIH de su pareja o su pareja vive con VIH?
- ¿Está [embarazada](#) o está considerando [quedar embarazada](#)?
- ¿Alguna vez ha tenido una [infección o enfermedad de transmisión sexual \(ITS o ETS\)](#)?
- ¿Tiene [hepatitis C \(VHC\)](#) (*en inglés*)?
- ¿Alguna vez ha compartido agujas, jeringas u otros elementos para inyectarse drogas (incluidos esteroides u hormonas)?

Si contestó que sí a alguna de estas preguntas, definitivamente debe hacerse una prueba de VIH. En los EE.UU. se recomienda que toda persona entre los 13 y 64 años debe hacerse una prueba de VIH por lo menos una vez.

## ¿Por qué debo hacerme una prueba?

No puede obtener la atención médica y el tratamiento que necesita si no conoce su estado de VIH.

Si está preocupada porque cree que puede haber estado expuesta al VIH, hágase la prueba. Después, si le informan que es VIH negativa, puede dejar de preocuparse. También puede considerar tomar [profilaxis preexposición \(PrEP\)](#) o profilaxis postexposición (PEP). PrEP significa tomar un medicamento contra el VIH todos los días, antes de ser expuesta al VIH, para evitar adquirir el virus; similar a tomar una pastilla anticonceptiva para prevenir el embarazo. PEP significa tomar medicamentos contra el VIH durante aproximadamente un mes inmediatamente después de una posible exposición al VIH, para prevenir la adquisición del VIH.

Si resulta ser VIH+, hay medicamentos efectivos para ayudarla a mantenerse sana. Estos medicamentos también son parte de la prevención del VIH. Cuando una persona viviendo con VIH toma medicamentos contra el VIH y su [carga viral](#) (cantidad de VIH en la sangre) ha alcanzado niveles

indetectables (no hay suficiente VIH en el torrente sanguíneo como para medirlo con una prueba estándar) por más de seis meses, esa persona [no puede transmitir el VIH sexualmente a una pareja](#) que es VIH negativa.

Pero no puede obtener la atención médica y el tratamiento que necesita si no conoce su estado de VIH (ya sea que viva con VIH o sea VIH negativa). Si no conoce su estado también podría transmitir el VIH a otras personas sin saberlo.

Para las personas que tienen planeado buscar un embarazo, hacerse la prueba es especialmente importante. Si una persona con útero está viviendo con VIH, la atención médica y ciertos medicamentos para el VIH que se toman durante el embarazo pueden reducir la posibilidad de pasar el VIH al bebé. Para obtener más información consulte nuestra hoja informativa sobre [el embarazo y el VIH](#).

En los EE.UU., se puede recurrir a su proveedor de cuidado médico principal y pedir un análisis o a la [página web](#) de Recursos nacionales para la detección de VIH, ETS y Hepatitis o la [página web](#) HIV.gov para encontrar un local para realizarse los análisis cercano a usted. Puede también llamar a la línea de información de los CDC al 800-CDC-INFO (800-232-4636, o TTY al 888-232-6348) o comunicarse con la línea de ayuda gratuita de VIH/SIDA en su estado (los números se ofrecen [aquí](#)). Para más información sobre cómo hacerse el análisis de VIH, los tipos de análisis, cómo funcionan y dónde hacerlos, consulte nuestra hoja informativa sobre [pruebas de VIH](#).

## ¿Cómo se propaga el VIH?

El VIH se propaga principalmente a través del contacto con los siguientes fluidos del cuerpo:

- Sangre (incluida la sangre menstrual)
- Semen (“leche”) y otros fluidos sexuales del varón (líquido preseminal)
- Fluidos vaginales
- Leche materna

Para las personas viviendo con VIH, tomar medicamentos contra el VIH y reducir su carga viral hace que estos fluidos sean menos propensos a transmitir el VIH a otros. Esto se llama [tratamiento del VIH como prevención](#). Si una persona que vive con VIH toma medicamentos para el VIH y mantiene una carga viral indetectable por más de seis meses, su semen o fluidos vaginales no transmitirán el VIH a su pareja. Las formas más comunes de que se propaga el VIH de una persona a otra es a través de [sexo sin protección](#) (falta de uso de condones, otras barreras o métodos de tratamiento como prevención), [compartir agujas](#) (*en inglés*) que se emplean para inyectarse drogas, hormonas o esteroides, y de una [persona embarazada a su bebé](#) (durante el embarazo, el parto o durante la lactancia).

El VIH **no** se propaga a través del contacto con los siguientes fluidos del cuerpo:

- Sudor
- Lágrimas
- Saliva (escupitajo)
- Heces (popó)
- Orina (pis)

En otras palabras, **NO SE PUEDE** adquirir el VIH por tocar o abrazar a alguien que está viviendo con VIH, por besar a alguien que está viviendo con VIH o por usar un inodoro que también fue utilizado por alguien que vive con VIH.

## ¿Hay una vacuna o cura para el VIH?

No hay vacuna ni cura para el VIH. La mejor forma para prevenir el VIH es utilizar métodos de prevención, incluyendo [sexo más seguro](#) (escoger actividades sin riesgo o de bajo riesgo, usando condones, tomar medicamentos para el VIH si esta viviendo con el VIH, o [PrEP](#) si es VIH negativa) y usar agujas esterilizadas (para drogas, hormonas o tatuajes). Para obtener más información consulte nuestras hojas informativas sobre [las vacunas y el VIH](#) (*en inglés*) y [encontrar una cura para el VIH](#).

## Información adicional

Conforme aprenda más sobre el VIH, quizá encontrará esto artículos útiles:

- [Pruebas del VIH](#)
- [¿Acaba de recibir resultado positivo de la prueba del VIH?](#)
- [Consideraciones antes de comenzar un tratamiento de VIH](#)
- [La transmisión del VIH](#)
- [Sexo más seguro](#)
- [Indetectable es igual a intransmisible: infundir esperanza y eliminar el estigma](#)
- [Embarazo, parto y VIH](#)
- [Las mujeres y el VIH](#) (*en inglés*)

Image



Esta traducción se hizo posible gracias a la colaboración de [Translators Without Borders](#).

## Additional Resources

Haga clic en los siguientes enlaces para obtener material adicional relacionado con la comprensión del VIH y las pruebas del VIH.

- [¿Qué son el VIH y el SIDA? \(Be in the Know\) \(en inglés\)](#)
- [¿Qué son el VIH y el SIDA? \(HIV.gov\)](#)
- [Cómo funciona el VIH \(aidsmap\) \(en inglés\)](#)
- [VIH/SIDA \(Organización Mundial de la Salud\)](#)
- [Datos sobre el VIH y el SIDA \(Oficina de Salud de la Mujer de EE.UU.\) \(en inglés...\)](#)
- [Información básica sobre el VIH \(Centros para el Control y la Prevención de Enf...\)](#)
- [Los síntomas del VIH \(HIV.gov\)](#)
- [Acerca del VIH \(Terrence Higgins Trust, Reino Unido\) \(en inglés\)](#)
- [VIH y el SIDA: Conceptos básicos \(HIVinfo\)](#)
- [¿Cuál es la diferencia entre VIH y SIDA? \(Planned Parenthood\)](#)
- [VIH \(MedlinePlus\)](#)
- [EL VIH: Información básica \(Departamento de Salud del Estado de Nueva York, PDF...\)](#)
- [Preguntas frecuentes con relación al VIH y el sida \(ONUSIDA\)](#)
- [Información básica sobre el VIH \(Departamento de Asuntos de Veteranos de EE.UU...\)](#)
- [¿Qué son las infecciones por el VIH y el SIDA? \(Nemours Kids Health; para niños\)](#)



@ 2023 thewellproject. All rights reserved.