



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)  
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/buscar-un-embarazo-y-el-vih>

## **Buscar un embarazo y el VIH**

Submitted on Sep 11, 2023

Image



©Shutterstock.com/Matthias G. Ziegler

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

#### Índice

- [¿Le interesa tener hijos?](#)
- [Opciones para una concepción más segura](#)
- [Encontrar un proveedor y formar una red de apoyo](#)

## ¿Le interesa tener hijos?

¿Está usted viviendo con VIH y le interesa tener hijos? ¿Es usted VIH negativa y está interesada en tener hijos con una pareja que está viviendo con VIH? Entonces sepa que no está sola. La mayoría de las mujeres viviendo con VIH están en la edad reproductiva. Los avances en el tratamiento de VIH han disminuido dramáticamente las probabilidades de que una persona embarazada le pase el VIH a su bebé (conocido como transmisión perinatal, transmisión madre-a-hijo o transmisión vertical). Las probabilidades de pasar el VIH a través de la transmisión perinatal pueden ser tan bajas como menos de uno en 100 cuando ciertas medidas se toman (ver a continuación para más detalles).

Estos mismos avances han hecho posible que las personas viviendo con VIH tengan vidas más largas y saludables. Estos también han hecho posible el reducir la probabilidad de pasarle el VIH a una pareja

[a cero](#), cuando intenten tener un hijo. Las diferentes opciones para lograr un embarazo mientras se reducen las probabilidades de [transmitir el VIH](#) se conocen como opciones para una concepción segura.

Las probabilidades de pasar el VIH a través de la transmisión perinatal pueden ser tan bajas como menos de uno en 100 cuando ciertas medidas se toman.

Dado el número de opciones efectivas para una concepción segura, no es sorpresa que mujeres y hombres viviendo con VIH estén interesados en tener hijos. La encuesta "*Women Living Positive*" (Mujeres viviendo positivas) encontró que muchas mujeres viviendo con VIH en EE.UU. consideraron que la planificación familiar era una parte importante del cuidado del VIH.

Algunas de las principales opciones para una concepción segura incluyen el [tratamiento como prevención \(TasP, por sus siglas en inglés\)](#) y la profilaxis preexposición ([PrEP](#), por sus siglas en inglés). Los estudios han confirmado que, si su pareja viviendo con VIH tiene una [carga viral](#) indetectable, no existe la posibilidad de adquirir el VIH de él o ella durante las relaciones sexuales. En términos simples: [Indetectable es igual a Intransmisible](#). Esto es tratamiento actuando como prevención. La PrEP es para personas VIH negativas e incluye tomar medicamentos contra el VIH **antes** de ser expuestas al VIH para prevenir que la persona adquiera el VIH.

## Opciones para una concepción más segura

Hay varias opciones distintas para reducir la probabilidad de pasar el VIH mientras intenta lograr un embarazo. Las opciones seguras de concepción pueden ser distintas dependiendo de si los miembros de la pareja son seroconcordantes (ambas personas están viviendo con VIH) o serodiferentes (también conocido como serodiscordante, "parejas de estatus mixtos" o "parejas magnéticas"). En [parejas serodiferentes](#), una persona está viviendo con VIH mientras que la otra no. Las opciones para concepción segura en parejas serodiferentes heterosexuales están basadas en cuál miembro de la pareja está viviendo con VIH—la mujer o el hombre.

Por favor, haga clic en los enlaces abajo para ver las opciones de concepción segura que mejor se adaptan a su situación. La información puede ayudarle a evaluar los riesgos y beneficios de cada opción, entender qué puede ser mejor para usted y prepararse para conversaciones con su proveedor de atención de la salud.

- [Mujer viviendo con VIH y hombre VIH-negativo \(serodiscordante o serodiferente\)](#)
- [Hombre viviendo con VIH y mujer VIH-negativa \(serodiscordante o serodiferente\)](#)
- [Mujer soltera viviendo con VIH o mujer viviendo con VIH en una relación del mismo sexo](#)
- [Hombre soltero viviendo con VIH u hombre viviendo con VIH en una relación del mismo sexo](#)
- [Mujer viviendo con VIH y hombre viviendo con VIH \(seroconcordante\)](#)
- [Ver todas las opciones anteriores en una página](#)

Es importante notar que el riesgo de que el bebé adquiera el VIH se basa solo en el diagnóstico de VIH de la persona embarazada. Si usted está viviendo con VIH y le interesa lograr un embarazo, por favor también vea nuestra hoja informativa sobre el "[Embarazo y VIH](#)", cual provee información importante sobre qué hacer antes de quedar embarazada, el cuidado durante el embarazo, el trabajo de parto y el parto y prevenir la [transmisión de VIH](#) a su bebé.

## Encontrar un proveedor y formar una red de apoyo

¡El primer paso es encontrar el proveedor de atención de la salud adecuado que la apoye en su plan de lograr un embarazo!

A pesar del número de personas viviendo con VIH que quieren lograr un embarazo, a veces hay acceso limitado a información, opciones y terapias. Muchos proveedores de atención de la salud no discuten la planificación familiar con sus pacientes que están viviendo con VIH. Algunos no tienen suficiente información para compartir, mientras que otros abiertamente desalientan a las personas viviendo con VIH de tener hijos. En los Estados Unidos, algunas leyes prohíben el acceso a tratamientos de fertilidad para aquellas personas viviendo con VIH y muchos seguros médicos no cubren el costo de estos procedimientos. A pesar de los retos que pueda enfrentar cuando quiera lograr un embarazo, las personas viviendo con VIH pueden tener hijos.

Cuando decida tener un hijo como persona viviendo con VIH, es importante abogar por usted misma y su futuro hijo/a. ¡El primer paso es encontrar el proveedor de atención de la salud adecuado que la apoye en su plan de lograr un embarazo! Un proveedor de salud amigable puede hablar con usted sobre muchos aspectos sobre embarazos y tener hijos: qué opción de concepción es mejor para usted y tratamientos contra el VIH apropiados para usted y/o su pareja. También posiblemente pueden hablar con usted sobre si debe [divulgar](#) su diagnóstico de VIH a otros (incluyendo otros proveedores médicos, el pediatra de su hijo/a, otras amistades y familia) y cómo manejar [el estigma](#) o miedo que puede experimentar sobre vivir con VIH y estar en estado de embarazo.

Cuando la fundadora de The Well Project, Dawn Averitt, les preguntó a sus proveedores de salud sobre quedar embarazada hace más de 15 años, ella enfrentó reacciones negativas antes de encontrar a un proveedor maravilloso que apoyó su deseo de tener hijos. Su experiencia original para quedar embarazada y tener dos hijas saludables y VIH-negativas es discutida en tres artículos enumeradas abajo. Dawn también publicó un blog que, en parte, dice:

*Mis propias hijas ahora tienen 11 y 13 años y en la mayoría de los ambientes urbanos nadie se escandaliza cuando ellas dicen “mi mamá tiene VIH”. Desearía poder decir que esto es universal pero no lo es. Muchos proveedores médicos no están lo suficientemente familiarizados con el VIH para saber que las mujeres VIH-positivas pueden decidir quedar embarazadas y que, con acceso a buen cuidado prenatal y tratamiento del VIH, el riesgo de transmitir VIH a sus infantes es menos de un dos por ciento. Por esto es muy importante encontrar un proveedor de atención de la salud que sea conocedor/a sobre VIH y el embarazo—¡y definitivamente existen! - Dawn Averitt, [Quedar embarazada mientras se vive con VIH en 2015](#)*

*Para más información sobre la experiencia de Dawn al tratar de quedar embarazada, favor de explorar los enlaces debajo:*

- [El VIH y el embarazo: decisiones difíciles y el derecho de elegir](#) (*Journal of the Association of Nurses in AIDS Care, Vol. 13, No. 3, mayo/junio 2002, p. 11-12*)
- [Romper con los tabús: planear un embarazo y problemas de fertilidad para personas viviendo con VIH y SIDA en EE.UU.](#) (transcripción de la presentación en SIDA 2010 en Viena, Austria, cortesía de [TheBody.com](#))
- [Amor para bebé](#) (*Revista POZ, diciembre 2002*)

The Well Project comenzó una [lista de proveedores de planificación familiar amigables](#) (*en inglés*) en los Estados Unidos que están informados sobre la planificación de embarazos para personas viviendo con VIH. Aunque puede que los proveedores médicos enumerados no estén en su área, posiblemente querrá contactarlos para posibles referidos o preguntas. Las mujeres embarazadas viviendo con VIH y personas buscando opciones de concepción más segura también pueden contactar a Cynthia Gutiérrez en [HIVE](#), un reconocido recurso en los EE.UU. para la creación de familias para personas afectadas por el VIH, a su correo electrónico –[Cynthia.Gutierrez@ucsf.edu](mailto:Cynthia.Gutierrez@ucsf.edu) – para referidos a proveedores de atención de la salud locales.

Al final, usted decide si quiere tener hijos y cuándo.

Dado [el estigma](#) en contra de que personas viviendo con VIH tengan hijos, usted puede recibir respuestas negativas de otros. Por lo tanto, es importante que forme una [red de apoyo](#) de familiares, amigos y proveedores. Su red de apoyo puede ayudarla a tomar buenas decisiones y sobrepasar los momentos negativos y a veces desalentadores. Si usted no tiene un buen número de amigos y familiares que la apoyen, puede considerar unirse a un grupo de apoyo o comenzar su propio grupo de apoyo; para más información, vea nuestra hoja de información sobre [Comenzar un Grupo de apoyo](#).

Al final, usted decide si quiere tener hijos y cuándo. Usted merece ser tratada con respeto y tener acceso a la información necesaria para tomar una decisión informada y planificar su futuro.

**Traducido y adaptado por: Minorka Figueroa Dávila, MSII & Carmen D. Zorrilla, MD. Centro de Estudios Materno Infantiles del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico.**

## Additional Resources

Seleccione los enlaces siguientes para obtener material adicional relacionado con el embarazo y el VIH.

- [Apoyo a todas las personas con VIH en torno a la fertilidad, la concepción y la...](#)
- [Vídeo: ¿Hay alguna forma de que el bebé contraiga el virus? \(HIVE\) \(en inglés\)](#)
- [Nacer libre: Disipando ideas erróneas sobre la concepción y el VIH \(POZ\) \(en in...](#)
- [Como prevenir la transmisión de VIH vía perinatal \(HIV.gov\)](#)
- [Vídeo: Toda mujer embarazada debería conocer su estado del VIH \(HIVE\) \(en inglés\)](#)
- [Gestación subrogada \(Programa especial de reproducción asistida\) \(en inglés\)](#)
- [¿Puede una pareja en la que una persona es VIH positiva concebir un bebé sin qu...](#)
- [Embarazo y VIH \(Oficina para la Salud de la Mujer de EE.UU.\)](#)
- [Lograr el embarazo cuando se tiene VIH \(aidsmap\) \(en inglés\)](#)
- [Tecnología de reproducción asistida \(TRA\) \(Centros para el Control y la Prevenc...](#)
- [Métodos de observación de la fertilidad \(Planned Parenthood\)](#)
- [Detectar la ovulación con un gráfico de temperatura corporal basal \(verywellHea...](#)
- [Tabla en blanco de temperatura corporal basal y mucosidad cervical \(PDF\) \(BabyC...](#)
- [Pensando en tener un bebé \(Terrence Higgins Trust, Reino Unido\) \(en inglés\)](#)
- [PARA PROVEEDORES - Centro Nacional de Consulta Clínica: VIH/SIDA perinatal \(Uni...](#)
- [PARA PROVEEDORES - Centro Nacional de Consulta Clínica: Línea PrEP \(Universidad...](#)



@ 2023 thewellproject. All rights reserved.