



VIH y SIDA

HIV/AIDS

 National Alliance
for Hispanic Health

¿Qué es el VIH?

VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Humana. El VIH causa el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA). Este virus se transmite de una persona a otra por medio del contacto de sangre a sangre o por vía sexual. Una mujer embarazada que esté infectada, también puede transmitir el VIH a su bebé durante el embarazo o durante el parto, al igual que cuando lo amamante o le dé el pecho. Las personas infectadas con el VIH se les conoce como VIH positivas. La prueba positiva del VIH no significa que la persona tenga SIDA.

Los científicos estiman que las personas infectadas con el VIH desarrollarán el SIDA a los diez años después de haberse infectado. El SIDA no siempre se desarrolla en este período de tiempo. Hay casos en los que puede tomar hasta 20 años. El tiempo para que alguien infectado con el VIH desarrolle el SIDA varía de persona a persona y va a depender de varios factores que incluyen el estado de salud general, hábitos en relación a la salud, medicamentos que la persona tome y cuando temprano la infección con el VIH haya sido detectada. Con un tratamiento adecuado con antiretrovirales, la persona puede tener una vida saludable y productiva.

¿Qué es el SIDA?

El SIDA es un grupo de enfermedades que resultan al ser expuestos al VIH. Estas enfermedades se desarrollan cuando el sistema inmunológico (el mecanismo del cuerpo que combate las infecciones) es debilitado por el VIH y pierde la capacidad para hacer su trabajo. Como resultado, el cuerpo se vuelve vulnerable a una variedad de enfermedades, llamadas infecciones oportunistas. Estas infecciones pueden amenazar la vida de una persona con SIDA, pero rara vez se ven en personas con un sistema inmunológico normal.

What is HIV?

HIV stands for Human Immunodeficiency Virus. HIV is the virus that causes AIDS, the Acquired Immunodeficiency Syndrome. This virus is passed from one person to another through blood-to-blood and sexual contact. An infected pregnant woman can also pass HIV to her baby during pregnancy or delivery, as well as through breast-feeding. People with HIV have what is called HIV infection, and are referred to as being HIV positive. A positive HIV test does not mean that a person has AIDS.

Scientists estimate that people with HIV infection will develop AIDS within about 10 years after becoming infected. However, not everyone develops AIDS within this amount of time and it may take as long as 20 years. The time it takes for someone who is infected with HIV to develop AIDS varies from person to person and depends on many factors, including a person's overall health and their health related behaviors, what medications they take, and how early the infection is detected. With appropriate treatment with antiretroviral medication, a person can have a healthy productive life.

What is AIDS?

AIDS refers to a group of illnesses that result from having been infected with HIV. These illnesses develop because our immune system (our body's mechanism for fighting off infections) can no longer do its job. As a result, the body becomes vulnerable to a variety of illnesses, called opportunistic infections. Some of these infections that can be life threatening for a person with AIDS are rarely seen in individuals with a normal immune system.

¿Cómo ha afectado el VIH/SIDA a los hispanos?

Desde el comienzo de la epidemia del SIDA, los hispanos representan un número desproporcionadamente elevado dentro de la población de personas infectadas con VIH y/o SIDA. De acuerdo con las estadísticas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), los casos de SIDA en la comunidad hispana han aumentado del 15% en 1985 al 19% en el 2005. Los hispanos entre 20 y 24 años de edad constituyeron el 22% de los nuevos casos del SIDA en adultos jóvenes en el 2005, aunque este grupo representó el 18% de la población el mismo año en los Estados Unidos. La mayoría de los hombres hispanos se han expuesto al VIH por contacto sexual con otros hombres, por usar drogas inyectadas y por contacto sexual con mujeres. La mayoría de las mujeres hispanas han contraído el VIH por tener contacto sexual con hombres y por usar drogas inyectadas.

How has HIV/AIDS affected Hispanics?

Since the beginning of the AIDS epidemic, Hispanics have been disproportionately represented among persons with HIV and/or AIDS. According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), AIDS cases diagnosed among Hispanics have increased from 15% in 1985 to 19% in 2005. Hispanics aged 20–24 accounted for 22% of new AIDS cases among young adults, but represented 18% of U.S. young adults, in 2005. Most Hispanic men have been exposed to HIV through sexual contact with other men, followed by injection drug use, and heterosexual contact. Most Hispanic women have been exposed to HIV through heterosexual sex, followed by injection drug use.



¿Cuáles son los factores de riesgo para adquirir la infección del VIH?

Participar en comportamientos de alto riesgo nos expone a contraer la infección con el VIH. Una persona está en riesgo de infectarse con el VIH si participa en los siguientes comportamientos:

- Tener relaciones sexuales sin protección (relaciones de vagina-pene, relaciones sexuales por el ano o sexo oral).
- Compartir agujas para inyectarse drogas, o para perforar partes del cuerpo o hacerse tatuajes.

Una mujer que es VIH positiva y está embarazada, también puede transmitir el VIH a su bebé durante el embarazo o durante el parto, al igual que cuando lo amamante o le dé el pecho. Sin embargo, con la introducción de nuevos medicamentos como los antiretrovirales, las mujeres embarazadas pueden ser tratadas con estas medicinas durante el embarazo lo cual disminuye el riesgo de infección de madre a bebé de un 25% a un 2% o menos. Si los medicamentos antiretrovirales se inician durante el parto, todavía se pueden reducir las tasas de transmisión perinatal o transmisión de madre a bebé a menos de un 10%.

¿Cómo puedo prevenir la infección del VIH?

- No tenga relaciones sexuales sin protegerse.
- Utilice un condón de látex cada vez que tenga un encuentro sexual y úselo correctamente. (Si le resulta incómodo hablar con su compañero/a sobre el uso de un condón de látex, seguramente no debería tener relaciones sexuales.)
- No comparta agujas para inyectarse drogas; no comparta agujas si se va a perforar el cuerpo o hacer tatuajes.

What are the risk factors for acquiring HIV infection?

Engaging in high-risk behaviors puts us at risk for HIV infection. A person is at risk for becoming infected with HIV if they engage in the following behaviors:

- Unprotected sex (vaginal-penile intercourse, anal sex, or oral sex).
- Share needles to inject drugs, to pierce parts of the body, or to get tattoos.

A woman who is HIV positive and pregnant can also pass the virus to her child during pregnancy, labor and delivery, and through breastfeeding. Because of new medications, pregnant women can be treated with antiretroviral medication during pregnancy, lowering the risk of mother-to-child infection from 25% to 2% or less. If antiretroviral drugs are started during labor, decreased rates (less than 10%) of perinatal transmission can still be achieved.

How do I prevent HIV infection?

- Do not have unprotected sex.
- Use a latex condom at every sexual encounter, and use it correctly. (If you feel uncomfortable talking to your partner about using a latex condom, you probably shouldn't have sex.)
- Do not share needles to inject drugs; do not share needles if getting a piercing or tattoos.

¿Cómo puedo saber si estoy infectado (a) con el VIH?

La única manera de determinar si está infectado(a) es haciéndose la prueba VIH. Las personas con alto riesgo a contraer la infección con el VIH, deben hacerse la prueba VIH por lo menos una vez al año. No se puede basar sólo en los síntomas para saber si está o no infectado con el VIH. Muchas personas infectadas con el VIH no tienen síntomas durante años.

La infección con el VIH debilita el sistema inmunológico tanto que le es difícil combatir ciertas infecciones. A este tipo de infecciones se les conoce como “oportunistas” ya que se aprovechan de la oportunidad que les da un sistema inmunológico debilitado para causar enfermedades. Las siguientes pueden ser manifestaciones de infección con el VIH:

- Pérdida rápida de peso.
- Tos seca.
- Fiebre recurrente o copiosa sudoración nocturna.
- Fatiga profunda o inexplicable.
- Inflamación de los ganglios linfáticos en las axilas, ingles o cuello.
- Diarrea que dura más de una semana.
- Manchas blancas o inusuales en la lengua, la boca o la garganta.
- Neumonía.
- Manchas rojas, cafés, rosas o moradas en o debajo de la piel o dentro de la boca, la nariz o los párpados.
- Pérdida de memoria, depresión u otros desórdenes neurológicos.

Sin embargo, nadie debe suponer que está infectado si tiene alguno de estos síntomas. Cada uno de los síntomas puede estar relacionado con otras enfermedades. De nuevo, la única manera de saber si está o no infectado es haciéndose la prueba del VIH.

How can I tell if I am infected with HIV?

The only way to determine if you are infected is to be tested for HIV infection. Persons at high risk for HIV infection should be screened for HIV at least once a year. You cannot rely on symptoms to know whether or not you are infected with HIV. Many people who are infected with HIV do not have any symptoms at all for many years.

Infection with HIV can weaken the immune system to the point that it has difficulty fighting off certain infections. These types of infections are known as “opportunistic” infections because they take the opportunity of a weakened immune system gives to cause illness. The following may be warning signs of infection with HIV:

- Rapid weight loss.
- Dry cough.
- Recurring fever or profuse night sweats.
- Profound and unexplained fatigue.
- Swollen lymph glands in the armpits, groin, or neck.
- Diarrhea that lasts for more than a week.
- White spots or unusual blemishes on the tongue, in the mouth, or in the throat.
- Pneumonia.
- Red, brown, pink, or purplish blotches on or under the skin or inside the mouth, nose, or eyelids.
- Memory loss, depression, and other neurological disorders.

However, no one should assume they are infected if they have any of these symptoms. Each of these symptoms can be related to other illnesses. Again, the only way to determine whether you are infected is to be tested for HIV infection.

¿Cómo se diagnostica el SIDA?

La progresión más severa de la infección con el VIH es el SIDA. El CDC estableció criterios para diagnosticar el SIDA, por lo cual un médico es el único que puede evaluar la etapa clínica del virus. El diagnóstico del SIDA en adultos y adolescentes mayores de 13 años se determina por la presencia de una de las 25 condiciones indicadoras del SIDA (Toxoplasmosis, Pneumocystis carinii pneumonia (PCP), Tuberculosis, Kaposi's Sarcoma, y otros), y por tener un nivel de células CD4 (células que combaten las infecciones) menor de 200 células por milímetro cúbico.

¿Cuál es el tratamiento para el VIH/SIDA?

Hasta ahora no hay cura para el SIDA. Hoy existen tratamientos médicos que pueden detener la velocidad del VIH para debilitar el sistema inmunológico. Existen medicamentos antivirales que reducen al mínimo la carga viral (la cantidad de VIH en la sangre), y otras medicinas para tratar o prevenir las infecciones oportunistas que le ocurren a personas VIH positivas. Hay otros tratamientos que pueden prevenir o curar algunas de las enfermedades asociadas con el SIDA, aunque estos tratamientos no curan el SIDA. Como con otras enfermedades, la detección temprana ofrece más opciones de tratamiento y cuidado de salud preventivo.

Si usted es VIH positivo, puede tomar una combinación de medicamentos que no solamente prolongarán su vida, si no que también le ayudarán a mantener la mejor calidad de vida posible.

How is AIDS diagnosed?

AIDS is the most severe manifestation of infection with HIV. Only a doctor can make a medical diagnosis of AIDS based on specific criteria established by the Centers for Disease Control and Prevention (CDC). An AIDS diagnosis in an adult or adolescent 13 years or older is defined by the presence of one of the 25 AIDS indicator conditions (Toxoplasmosis, Pneumocystis carinii pneumonia (RCP), Tuberculosis, Kaposi's Sarcoma, and others), and having a CD4 cell count less than 200 cells per cubic millimeter.

How is AIDS treated?

Currently there is no cure for AIDS. Today there are medical treatments that can slow down the rate at which HIV weakens the immune system. There are antiviral medicines to reduce the viral load (amount of HIV in blood) and other medicines to treat or prevent opportunistic infections that can occur when someone is HIV positive. There are other treatments that can prevent or cure some of the illnesses associated with AIDS, though the treatments do not cure AIDS. As with other diseases, early detection offers more options for treatment and preventive health care.

If you are HIV positive, you can take an assortment of medicines and treatments that will not only lengthen your life but also help you to maintain the best quality of life possible.

Fuentes de información

Alianza Nacional para la Salud de los Hispanos

Línea Telefónica Nacional para la Salud de Familia Hispana

1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

<http://hispanichealth.org>

National Institute of Allergy and Infectious Diseases

<http://www.niaid.nih.gov/topics/hiv aids/Pages/Default.aspx>

(Información sólo en inglés)

InfoSIDA

Departamento de Salud y Servicios Humanos
de los Estados Unidos

<http://www.aidsinfo.nih.gov/infoSIDA/>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

National Prevention Information Network

<http://www.cdcnpin.org/scripts/espanol/vih/index.asp>

1-800-458-5231

National Minority AIDS Council

<http://www.nmac.org>

(Información sólo en inglés)

Resources

National Alliance for Hispanic Health

National Hispanic Family Health Helpline

1-866-SU-FAMILIA (1-866-783-2645)

<http://hispanichealth.org>

National Institute of Allergy and Infectious Diseases

<http://www.niaid.nih.gov/topics/hivaids/Pages/Default.aspx>

AIDSinfo

U.S. Department of Health and Human Services

<http://www.aidsinfo.nih.gov/>

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

National Prevention Information Network

1-800-458-5231

<http://www.cdcnpin.org/scripts/hiv/index.asp>

National Minority AIDS Council

<http://www.nmac.org>



National Alliance
for Hispanic Health

The National Alliance for Hispanic Health es la fuente de información de salud más reconocida y confiable de la nación, que aboga por la salud de los hispanos en los Estados Unidos. Las agencias comunitarias hispanas que son miembros de la Alianza, prestan servicios a más de 15 millones de personas cada año, marcando una diferencia en la vida diaria de las familias y comunidades hispanas. Para más información visite la página Web de la Alianza www.hispanichealth.org, o llame a la Línea Telefónica Nacional para la Salud de la Familia Hispana *Su Familia* al **1-866-783-2645**.



Proyecto Ciencia[®] es una iniciativa nacional que:

1) promueve la investigación innovadora sobre la salud de los hispanos; 2) comunica a los consumidores hispanos los avances en la ciencia para que sean usados en la toma de decisiones sobre la salud; y, 3) fomenta las carreras en las ciencias a través de información sobre becas, mentores, y dando a conocer aquellos hispanos que se han destacado en el campo de la ciencia. *Proyecto Ciencia*[®] está auspiciado con fondos del National Institute of Allergy and Infectious Diseases (NIAID) y del National Center on Minority Health and Health Disparities (NCMHD) de los Institutos Nacionales de Salud (NIH por sus siglas en inglés). Para más información visite el sitio Web www.proyecto-ciencia.org.



The National Alliance for Hispanic Health is the nation's foremost source of information and a trusted advocate for the health of Hispanics in the United States. Alliance Hispanic community-based organization members provide services to more than 15 million people each year, making a daily difference in the lives of Hispanic communities and families. For more information, visit www.hispanichealth.org or call the Alliance's *Su Familia* National Hispanic Family Health Helpline at **1-866-783-2645**.



Projecto Ciencia[®] is a national effort that aims to: 1) promote innovative research about Hispanic health; 2) communicate the best in science for use by Hispanic consumers in health-decision making; and, 3) support interest in the sciences as a career through scholarship information, mentorship connections, and profiling renowned Hispanic pioneers in science. The *Projecto Ciencia*[®] initiative is funded jointly by the National Institute of Allergy and Infectious Diseases (NIAID) and the National Center on Minority Health and Health Disparities (NCMHD) of the U.S. National Institutes of Health (NIH). For more information, please visit www.proyecto-ciencia.org.



National Alliance
for Hispanic Health

1501 16th Street, NW
Washington, DC 20036-1401
1-866-SU FAMILIA (1-866-783-2645)
www.hispanichealth.org