

Prueba positiva de anticuerpos del VIH

Hoja Informativa

¿Qué significa tener un resultado positivo en la prueba del VIH?

Un resultado positivo en la prueba de anticuerpos del VIH significa que usted está infectado con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH). El VIH es el virus que causa el SIDA, o síndrome de inmunodeficiencia adquirida. Los anticuerpos del VIH son los “soldados químicos” que produce el cuerpo de la persona infectada para combatir la infección del VIH. Tener un resultado positivo en la prueba del VIH puede provocar miedo, pero hay varias cosas que puede hacer para mantenerse sano. Hay muchos tratamientos nuevos que ayudan a mantener el VIH bajo control. Para lograr los mejores resultados posibles, infórmese y tome el control de su salud.

¿Qué puedo hacer para mantenerme sano?

Vaya al doctor, aunque se sienta bien, para hablar sobre las opciones de tratamiento. Lo mejor es encontrar a un doctor que sepa sobre el VIH y pueda ayudarle a entender todo sobre su padecimiento. Los proveedores de servicios de VIH o SIDA de su región pueden ayudarle a encontrar un doctor con experiencia sobre el VIH. Si no tiene seguro médico y no tiene dinero suficiente para pagar la atención médica, pregunte en el Departamento de Servicios Humanos de Texas o al proveedor local de servicios del VIH o SIDA sobre Medicaid y otros programas estatales que pueden estar disponibles para ayudarle a pagar la atención médica.

Vigile el VIH y su sistema inmunológico. El VIH puede multiplicarse rápidamente en el cuerpo. Sin tratamiento, el VIH puede debilitar mucho el sistema inmunológico y puede impedir que le ayude a luchar contra otras infecciones, lo que puede ocasionar enfermedades graves, posiblemente mortales. Además de los exámenes médicos periódicos, hay dos pruebas de sangre especiales para vigilar la infección del VIH. Son las pruebas de **carga viral** y de **células T**. La prueba de carga viral mide la cantidad de VIH en la sangre. La prueba de células T (también conocida como prueba de células CD4) mide cuántos glóbulos blancos hay en la sangre para combatir la infección. Ambas pruebas se utilizan para ayudar a decidir si se debe iniciar un tratamiento con medicamentos y cuándo.

Pregunte sobre las pruebas y vacunas que puede necesitar para otras infecciones. Debido a que el VIH daña el sistema inmunológico, cualquier otra infección puede volverse más grave y necesitar un tratamiento más agresivo. Tiene que hacerse la prueba de la tuberculosis (TB), la cual puede ser mortal en combinación con el VIH. Pregunte por la prueba Mantoux (se pronuncia mantú) de la tuberculosis que se hace en la piel, y pregunte si necesita hacerse una radiografía del pecho. Debe considerar hacerse las pruebas de otras enfermedades de transmisión sexual. También puede necesitar vacunas para prevenir otras infecciones como la influenza y la hepatitis A y B.

Las mujeres necesitan hacerse pruebas de Papanicolaou y exámenes ginecológicos regularmente. La prueba de Papanicolaou puede prevenir el cáncer del cuello del útero si se detecta a tiempo. Las mujeres que son VIH positivas también pueden tener problemas recurrentes como infecciones por levaduras y la enfermedad inflamatoria de la pelvis (PID por su sigla en inglés).

Entérese de los servicios para personas con la infección del VIH que se prestan en su región. Muchas agencias ofrecen servicios médicos y sociales a bajo costo o gratis a personas que son VIH positivas. Averigüe qué organizaciones prestan servicios en su región llamando a la **Línea de Información sobre el VIH y las ETS de Texas** al 1-800-299-2437. Una lista gratis de todos los organismos y recursos del estado, llamada **Directorio de Recursos en la Comunidad para el VIH y el SIDA de Texas**, está disponible llamando a la Línea de Información, o puede obtener acceso al directorio en línea en www.tdh.state.tx.us/hivstd/commsvcs/default.htm.

¿Qué hay de mis compañeros sexuales?

Es muy importante que les avise a sus compañeros sexuales que es posible que hayan estado expuestos al VIH. También tienen que saberlo todas las personas con las que haya compartido agujas. Puede hacerlo usted, o pedir que lo haga el Departamento de Salud. **Si prefiere que lo haga el departamento, no usarán su nombre, edad, sexo, dirección, ni lo identificarán de ninguna otra manera.**

Prueba positiva de anticuerpos del VIH

Hoja Informativa

¿Qué hay del embarazo y el VIH?

Si está embarazada o cree que puede estarlo, **ahora hay medicamentos que puede usar para prevenir que el bebé se infecte con el VIH durante el embarazo.** Hable con su doctor tan pronto sea posible sobre las opciones de tratamiento para usted y para su bebé. Puesto que el VIH también puede transmitirse de la madre al niño mediante la leche materna, **las madres con VIH no deben alimentar con pecho a sus bebés.** En Estados Unidos y en otros países donde hay agua limpia disponible, se debe usar fórmula para bebés en su lugar.

¿De qué otras formas puedo cuidarme?

Mantenga una dieta sana. Pídale a su doctor un plan de alimentación adecuado para usted. También tiene que tener precauciones de sanidad al preparar los alimentos. Lave siempre las frutas y verduras para eliminar las bacterias. Tome solamente leche y otros productos lácteos pasteurizados. Cuando coma carnes o aves, asegúrese de que estén “bien cocidas”. No coma carnes que tengan color rosa en el centro. Evite comer huevos crudos, pescado crudo (sushi) y moluscos crudos como ostiones y almejas.

Deje o reduzca el uso del alcohol, el tabaco y otras drogas. Hay programas de tratamiento disponibles para aquellas personas que quieren dejar de usarlos. Pero si no los deja, no comparta las agujas ni demás parafernalia para inyectarse drogas.

Tenga una buena red de apoyo. Los amigos o familiares pueden ayudar muchísimo a mantenerlo en buen estado mental y con buena salud física. También puede serle útil trabajar con un consejero, grupo de apoyo o miembro del clero.

¿Cómo puedo ayudar a detener la propagación del VIH?

Las maneras más seguras de evitar la propagación del VIH son no tener relaciones sexuales y no compartir agujas. Si decide tener relaciones, usar condones con regularidad y de manera correcta ofrece buena protección contra el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual. Si tiene que compartir las agujas y demás parafernalia para el uso de drogas intravenosas, aprenda a limpiarlas bien y desinfectarlas con agua y cloro. Hable con su consejero sobre qué es lo mejor para usted. **Las personas con el VIH no pueden donar sangre, plasma, órganos vitales, leche materna ni esperma.**

RECUERDE: no está solo.

El VIH ha afectado a muchas personas, y hay varias agencias dispuestas a ayudarle. Tómese su tiempo y aprenda más sobre todas las opciones. Para encontrar una organización del VIH o SIDA en su región, llame a la Línea de Información sobre el VIH y las ETS de Texas al 1-800-299-2437. Esta llamada es gratis, y no tiene que dar su nombre.

Para más información, llame gratis a estos números:

Línea de Información sobre el VIH y las ETS de Texas

1-800-299-2437 (English/español)

1-800-252-8012 (TDD/TTY)

www.tdh.state.tx.us/hivstd

Líneas Directas Nacionales de las ETS y el SIDA

1-800-342-2437

1-800-344-7432 (en español)

Línea Directa Nacional contra el Abuso de Drogas

1-800-662-4357

Línea Directa Nacional de Tratamiento del VIH o SIDA o Project Inform

1-800-822-7422

Servicio de Información sobre el Tratamiento del VIH o SIDA (ATIS)

1-800-448-0440