



APRENDE SOBRE LA PRUEBA DEL VIH (SIDA) CUANDO RESULTA POSITIVA

¿Qué significa cuando la prueba del VIH (SIDA) resulta positiva?



Cuando la prueba del VIH (SIDA) resulta positiva, quiere decir que el virus que causa el SIDA está presente en tu sangre. Un resultado positivo de la prueba del VIH no significa que tienes el SIDA. En muchos casos, hay personas que no presentan síntomas del SIDA hasta después de 8 o más años de haber sido infectados(as).

Si tu prueba del VIH (SIDA) sale positiva, debes de:

- Evitar transmitirle el virus a otras personas
- Cuidar bien de tu salud

Esta publicación te explica cómo hacerlo.

¿Cómo se transmite el virus del SIDA (VIH) a otras personas?

El virus del SIDA (VIH) se encuentra en la sangre, en el semen del hombre, en el fluido vaginal de la mujer, y en la leche materna. El virus se puede transmitir de varias formas.

- **Durante Las Relaciones Sexuales Vaginales o Anales (Ano-Pene)** - Cuando tengas relaciones sexuales vaginales o anales, siempre debes de usar un condón de hule (látex) para prevenir la transmisión del virus a otra persona. El uso del condón es especialmente importante durante las relaciones sexuales anales porque durante esta práctica sexual es más fácil transmitir el virus del SIDA (VIH).
- **Cuando Compartes Las Agujas y Jeringas que Usas para Inyectarte Drogas**
- **Durante El Embarazo** - Si estás embarazada y estás infectada con el virus del SIDA (VIH), puedes transmitirle el virus a tu bebé durante el embarazo, durante el parto (al dar a luz), o al alimentarlo con tu leche materna.

Si tus resultados son positivos, debes de informarle a todas las personas con quienes has tenido contacto sexual. Aconséjales que se hagan la prueba del VIH (SIDA) lo más pronto posible.



¿Cómo puedo evitar transmitirle el virus del SIDA (VIH) a otras personas?

Los siguientes consejos te ayudarán a evitar que le transmitas el virus del SIDA (VIH) a otras personas:

- Busca maneras de compartir momentos íntimos con tu pareja sin peligro de transmitirle el virus. Las caricias, los abrazos, y las miradas tiernas también son formas de demostrar cariño a tu pareja. Si necesitas más información sobre cómo tener relaciones sexuales con tu pareja sin peligro de contagio, habla con el doctor, enfermera, asesor, o algún miembro de un grupo de apoyo para personas con el virus del SIDA (VIH). El Servicio de Información Sobre el SIDA también puede ayudarte a contestar tus preguntas en español (1-800-344-7432).
- Usa condones de hule (látex) cuando tengas relaciones sexuales vaginales, orales, o anales.
- Abraza, besa, y toca a tus seres queridos. El virus **no se transmite** por medio de contacto casual.
- No compartas agujas, jeringas, o instrumentos para inyectarte drogas. Tampoco compartas navajas u objetos que puedan haber estado en contacto con tu sangre, semen, o fluido vaginal.
- No alimentes a tu bebé con tu leche materna porque puedes transmitirle el virus a través de la leche.
- No dones sangre.

Cuida tu salud...

Tu condición física puede empeorar si expones tu cuerpo a otros gérmenes al tener relaciones sexuales sin usar un condón de hule (látex) o al compartir jeringas infectadas. ¡Protégete!

¿Cómo puedo tomar control de mi vida y mi salud?



Si estás infectado(a) con el virus del SIDA (VIH), cuida tu salud y sigue estos consejos:

1. **Visita al doctor o clínica inmediatamente para hacerte un chequeo médico.** Después de esta primera consulta, debes de visitar la clínica regularmente para que el doctor o la enfermera puedan determinar si el tratamiento está funcionando en tu cuerpo.
2. **Pídele información al doctor sobre nuevos tratamientos que te puedan ayudar a permanecer sano por más tiempo.** Estos tratamientos incluyen medicamentos para prevenir la pulmonía y otras enfermedades. También existen otras medicinas que ayudan a controlar el avance del virus.
3. **Entre visitas al doctor, presta atención a tu estado de salud.**
4. **Cuídate mucho.** Las páginas siguientes explican lo que puedes hacer para cuidarte mejor. Habla con el doctor o la enfermera si deseas más información sobre este tema.

¿Cómo puedo cuidarme mejor?

1. Visita al doctor o la clínica regularmente.

En la clínica te harán un chequeo médico completo incluyendo una prueba de sangre para detectar el número de células blancas T (células ayudantes) presentes en tu sangre. Estas células son importantes porque ayudan a combatir otras enfermedades que pueden atacar al cuerpo.

El chequeo médico debe incluir la prueba de la tuberculosis. Esta prueba es importante porque algunas personas que tienen el virus del SIDA (VIH) también tienen tuberculosis. Esta enfermedad debe ser tratada inmediatamente con medicamentos recetados por el doctor.

Antes de irte de la clínica, averigua la fecha, día, y hora de tu próxima cita. **No faltes a tu cita médica** si quieres recibir un buen tratamiento y evitar complicaciones relacionadas con tu enfermedad.



2. Pregúntale al doctor sobre nuevos tratamientos.

Hoy en día existen diferentes tratamientos que ayudan a combatir el virus del SIDA (VIH). Algunos medicamentos pueden ayudar a prevenir o retrasar el avance del virus y otras enfermedades causadas por el VIH.

- Pregúntale al doctor o enfermera si hay algún medicamento que puedas tomar ahora.
- Toma responsabilidad por tu propia salud. Infórmate sobre los tratamientos que hay para combatir el VIH.
- Si tienes problemas para pagar los gastos médicos, habla con el doctor, la enfermera, o el trabajador social de la clínica. Es posible que puedas recibir ayuda económica.
- Toma los medicamentos como lo indique el doctor. Es muy importante saber cómo y cuándo debes de tomarlos.

La información en esta página te puede ayudar a recordar mejor las instrucciones del doctor.

Calendario de Mi Tratamiento

Nombre del medicamento

Cantidad de medicamento indicado por el doctor

Hora de tomar el medicamento	
_____	de la mañana
_____	de la tarde
_____	de la noche

Elimina las siguientes comidas o bebidas

Efectos secundarios (posibles complicaciones) del medicamento que le debo reportar al doctor

3. Presta atención al estado de tu salud

En personas infectadas con el virus del SIDA (VIH), algunos de los síntomas del SIDA pueden presentarse muy temprano. Llama al doctor o la clínica inmediatamente si tienes algunos de estos síntomas. Estos síntomas no significan que tienes el SIDA, pero es importante que recibas atención médica y tratamiento adecuado.

- o Inflamación en los ganglios del cuello, de las axilas, o de la ingle (entrepierna)
- o Manchas blancas en la boca
- o Moretones o llagas en la piel que no sanan
- o Fiebre o diarrea
- o Pérdida de peso sin haber hecho dieta
- o Tos fuerte o falta de aire
- o Sudores nocturnos
- o Dolores de cabeza severos
- o Infecciones vaginales que no sanan, aún después de tratamiento
- o Sangrado menstrual (la regla) irregular y dolor constante en el abdomen

4. Cuida tu condición física y mental

- o Consume alimentos saludables. Pregúntale al doctor o la enfermera sobre alimentos que pueden ayudarte a sentirte mejor.
- o Descansa lo suficiente para mantener tu cuerpo sano.
- o Evita el uso de drogas, incluyendo bebidas alcohólicas y cigarrillos. Estas actividades pueden debilitar las defensas de tu cuerpo contra otras enfermedades.
- o Practica ejercicio físico. El ejercicio te ayuda a permanecer fuerte y a calmar las tensiones emocionales.
- o Comparte tus inquietudes con tus amigos y seres queridos. La familia o un buen amigo pueden ser de mucha ayuda.
- o Pregúntale al doctor o la enfermera de la clínica acerca de grupos de apoyo para personas infectadas con el virus del SIDA (VIH), o llama al Departamento de Salud cerca de tu localidad. Busca un grupo de apoyo en el cual te sientas cómodo(a), donde te escuchen, y donde puedan responder a tus preguntas y tus necesidades. No te sientas defraudado(a). Mantén una actitud positiva.



Los estudios clínicos: La esperanza del futuro

A través de los estudios clínicos, los científicos están probando mejores métodos para prevenir, detectar, y dar tratamiento contra las enfermedades causadas por el VIH a las personas que tienen el virus del SIDA. Los científicos quieren combatir esta enfermedad y mantenerse sano(a) por más tiempo.

Si estás interesado(a) en participar en un estudio clínico, habla con el doctor para recibir más información. En la última página, también encontrarás un número de teléfono en donde podrás conseguir más información sobre estos estudios clínicos. Con tu participación en un estudio clínico te ayudas a tí mismo(a) y a otros que también tienen el VIH.



Cuida tu salud...

Si eres VIH positivo(a), debes cuidar tu salud y tomar tus medicamentos.

He Aquí Algunos Consejos

- Protege a tu pareja contra el virus durante los momentos íntimos. Usa un condón de hule (látex).
- Visita al doctor o clínica regularmente.
- Toma los medicamentos como lo indique el doctor.
- Consume alimentos saludables.
- Aprende a mantener la calma. Evita las tensiones.
- Practica ejercicios físicos con frecuencia.
- Busca un grupo de apoyo para personas infectadas con el virus del SIDA (VIH), o habla con tus seres queridos.

¿Cómo puedo obtener más información?

Para recibir más información en español sobre el virus del SIDA (VIH), llama gratis a los siguientes números:

- [1-800-344-7432](tel:1-800-344-7432)
Línea de Información del SIDA.

En este número puedes pedir más información sobre el virus del SIDA (VIH). También puedes preguntar sobre los sitios cerca de tu vecindario en donde puedas recibir tratamiento y otros servicios disponibles para personas con el virus VIH.

- [1-800-874-2572](tel:1-800-874-2572)
(1-800-TRIALS-A)
Servicio de Información de las Pruebas Clínicas Sobre el SIDA.

En este número te pueden informar acerca de los estudios clínicos sobre el SIDA y VIH, y en los lugares donde se están llevando a cabo.



[Home](#) | [Publicaciones](#) | [La serie de "¡AYÚDATE!"](#)