



# ¿Por qué debo hacerme la prueba del VIH?

**Píenselo.**

**Háblelo.**

**Protéjase** y proteja a su pareja.

No es poco razonable preguntar: "¿Por qué debo hacerme la prueba del VIH?" Después de todo, usted puede decir que no tiene ningún síntoma y que no ha tenido relaciones sexuales con nadie que tenga VIH o SIDA. Usted se siente saludable. Entonces, ¿por qué debe hacerse la prueba?

La respuesta simple es que el VIH puede ser engañoso. Usted se puede infectar con el VIH (el virus que causa el SIDA) sin siquiera saberlo. Puede que tenga relaciones sexuales con una pareja que no sepa que tiene el VIH. Esa persona podría pasarle el virus. Desafortunadamente, sólo porque su pareja no sepa que ya está infectada, eso no impide que el virus se disemine. Por lo tanto, es importante estar seguros. Y el primer paso para estar seguros significa que hay que averiguar si uno ya ha sido infectado con el VIH. Una vez que usted conozca los hechos, entonces puede tomar las mejores decisiones para su salud y para la salud de sus parejas.

## ¿Cómo se infecta la gente con el VIH?

Éstas son las maneras más comunes en que la gente se infecta:

- Teniendo relaciones sexuales sin protección (vaginales, anales u orales).
- Compartiendo agujas para drogas intravenosas, tatuajes o para hacerse agujeros corporales, sin limpiar o esterilizar primero la aguja.

- Habiendo recibido una transfusión de sangre o inseminación artificial antes de 1985 en los Estados Unidos o en cualquier otro país en cualquier momento.

Otras dos maneras comunes en que la gente se infecta son cuando:

1. Una mujer embarazada que no ha recibido tratamiento le pasa el virus al recién nacido.
2. Una madre le pasa el virus a su bebé al darle el pecho.

## ¿Qué me dirá la prueba?

La prueba de anticuerpos del VIH le deja saber si usted tiene los anticuerpos del VIH. (Los anticuerpos son sustancias que produce el cuerpo para protegerse contra las enfermedades). Un resultado *negativo* de la prueba significa que su cuerpo no tenía que producir los anticuerpos del VIH *en este momento*. Es importante recordar que usted puede tener un resultado negativo y todavía estar infectado con el VIH. Cuando alguien se infecta primero con el VIH, puede tomar hasta seis meses para que el sistema inmunológico produzca anticuerpos que aparezcan en una prueba del VIH. Durante este tiempo, llamado el "período de ventana", usted puede pasar el virus a otras personas, aunque el resultado de su prueba del VIH sea negativo.

En la mayoría de los casos, los anticuerpos se desarrollan dentro de tres meses. En casos muy poco comunes, puede que los anticuerpos no se desarrollen hasta los seis meses o más. Si quiere estar seguro del resultado negativo de su prueba, hágase la prueba entre tres y seis meses

después de haber sido posiblemente expuesto por última vez al VIH. Debe practicar las relaciones sexuales más seguras durante este tiempo, de modo que pueda evitar que posiblemente pase el virus a otras personas, o que se exponga a sí mismo de nuevo.

Si el resultado de su prueba es positivo, usted ha desarrollado los anticuerpos del VIH y se encuentra infectado. Esto significa que le puede pasar el virus a otras personas.

## ¿Qué pasa si mi resultado es positivo?

Su médico o consejero de la prueba del VIH en Kaiser Permanente se pondrá en contacto con usted. Ellos se asegurarán de que usted consiga una cita para que se pueda reunir con los Especialistas del VIH para repasar sus opciones de tratamiento. Un tratamiento temprano es muy importante para su salud en general.

Actualmente no existe una cura para el VIH. Sin embargo, hay nuevas terapias de drogas para personas con el VIH que retardan el avance de la enfermedad. Kaiser Permanente tiene muchos otros recursos que pueden ayudar a las personas con el VIH a permanecer tan saludables como sea posible.

Es importante proteger a sus parejas sexuales para que no se infecten con el VIH. El practicar las relaciones sexuales más seguras y el no compartir agujas puede reducir el riesgo de transmitir el virus a los demás.



# ¿Por qué debo hacerme la prueba del VIH?

## ¿Qué pasa si soy VIH positiva y estoy embarazada?

Hay tratamientos con drogas que se dan a mujeres embarazadas VIH positivas que pueden reducir altamente la probabilidad de que el mismo se transmita de la madre al bebé. Hable con su doctor inmediatamente si usted es VIH positiva y está embarazada.

## Si mi prueba sale negativa, ¿puedo tener relaciones sexuales sin protección?

Puede que usted tenga el VIH así su prueba haya salido negativa para los anticuerpos del VIH, de modo que es importante continuar usando condones. Debido al "período de ventana", debe de esperar por lo menos seis meses después de la última vez en que podría haber estado expuesto y luego hacerse de nuevo la prueba para asegurarse de que los resultados sean negativos. Después de eso, continúe protegiéndose y protegiendo a sus parejas del VIH y de otras enfermedades de transmisión sexual, practicando las relaciones sexuales de una manera más segura.

## ¿Cómo me puedo proteger?

- **Aprenda cómo practicar las relaciones sexuales de una manera más segura.** Los condones de látex y las barreras bucales pueden ayudar a protegerlos a usted y a su pareja contra el VIH y contra muchas otras enfermedades de transmisión sexual.
- **No comparta agujas.** Si usted usa drogas intravenosas, use agujas limpias siempre que sea posible. Si comparte agujas, límpielas primero

con blanqueador y agua. Si le hacen un tatuaje o un agujero corporal, asegúrese de que la persona que provea el servicio esté usando agujas nuevas.

### • **Hable con su pareja.**

Hable abierta y honestamente con su pareja acerca de las relaciones sexuales más seguras. Sea claro acerca de lo que hará y lo que no hará sexualmente. Además, respete lo que su pareja hará y no hará. Decidan juntos lo que está bien para ambos.

## ¿Dónde puedo hacerme la prueba?

Kaiser Permanente ofrece pruebas *confidenciales*. Esto significa que el resultado de su prueba no será compartido con nadie sin su firma de autorización, a menos que sea requerido por la ley. La mayoría de los estados requieren que los resultados positivos del VIH sean reportados al Departamento de Salud. Para mayor información acerca de dónde hacerse una prueba confidencial, llame al Departamento de Educación para la Salud de Kaiser Permanente más cercano o al teléfono de consejería y citas de su centro de Kaiser Permanente.

La mayoría de las comunidades ofrecen pruebas gratis y *anónimas*. Esto quiere decir que usted no tiene que dar su nombre, y nadie a excepción de usted conocerá los resultados de su prueba. Puede llamar al teléfono nacional del VIH/SIDA del Centro para el Control de Enfermedades al 1-800-342-2437, o al Departamento de Salud Pública de su condado para averiguar la localización del sitio de pruebas anónimas más cercano a usted.

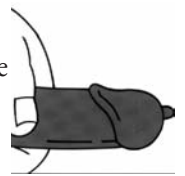
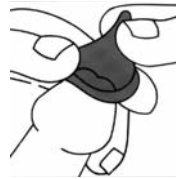
La información aquí presentada no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de la información o del cuidado médico que usted recibe de su doctor o de otro profesional del cuidado de salud. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene preguntas o necesita más información acerca de su medicamento, por favor hable con su farmacéuta. Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica: cualquier producto similar puede ser usado.

## ¿Qué pasa si siento temor de hacerme la prueba?

Ya sea que ésta sea su primera prueba del VIH, o que haya recibido muchas pruebas con anterioridad, es normal sentirse nerviosos por tomar la prueba. Es importante recordar que es mejor saber cuál es su condición respecto al VIH de modo que se pueda cuidar y cuidar a los demás. Si su resultado es positivo, puede obtener atención médica de inmediato y usted puede proteger a sus parejas. Si su resultado es negativo, puede tomar pasos para permanecer negativo.

## Cómo usar los condones

1. Cuando el pene esté erecto, apriete la punta del condón enrollado y colóquelo en la punta del pene.
2. Con la punta del condón apretada, saque el aire del mismo a medida que lo desenrolla. (Las burbujas de aire pueden romper los condones).
3. Use una lubricación adecuada en base a agua (tal como *Aqua Lube*, *Probe*, *K-Y Jelly*).
4. Después de la eyacuación, sostenga la base del condón y retire el pene mientras todavía esté duro. Nunca use otra vez un condón que ya haya usado.



## Cómo limpiar agujas

Primero, llene su aguja con agua y después expúlsela. Después, llénela con blanqueador y expúlselo. Alterne el agua y el blanqueador tres veces por 30 segundos cada vez. Asegúrese de terminar con agua.

