



TRANSMISIÓN / REINFECCIÓN / PREVENCIÓN

TRANSMISIÓN

El VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) es un virus que cuando se introduce en el cuerpo de una persona puede causar el sida (Síndrome de Inmunodeficiencia Humana).

Para que haya una transmisión deben darse dos circunstancias necesariamente:

1. Debe existir un líquido o fluido que tenga suficiente cantidad de VIH para producir una transmisión. Estos LÍQUIDOS TRANSMISORES pueden ser:

- Sangre
- Semen
- Fluidos vaginales
- Leche materna

NOTA I: El líquido preseminal (el líquido lubricante que sale antes de la eyaculación) técnicamente y dependiendo de factores tales como la cantidad y la concentración de VIH, puede ser un líquido transmisor.

NOTA II: Hay líquidos que pueden tener virus pero NUNCA en cantidad suficiente para transmitirlo. Son por tanto LÍQUIDOS NO TRANSMISORES: la saliva, el sudor, las lágrimas, la orina y las deposiciones.

2. Debe existir una vía de entrada por la que se introduzca cualquiera de los LÍQUIDOS TRANSMISORES con el VIH. Estas vías de entrada se pueden encontrar en la piel (heridas abiertas) o en las mucosas: boca, glánde o punta del pene, paredes del interior de la vagina y ano. Las mucosas son partes del cuerpo que, al no tener la piel como elemento protector, pueden tener microfisuras muy fácilmente, es decir, heridas microscópicas que no se ven, no se notan y no sangran (por eso no son puerta de salida pero sí de entrada del virus VIH).

Una vez conocidos los mecanismos de transmisión, las prácticas más habituales que pueden comportar riesgo serían las siguientes:

- Compartir objetos punzantes (maquinillas de afeitar, cepillos de dientes, jeringas o agujas para tatuajes/ pendientes/piercings...).
- Transmisión de madre seropositiva a hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia.
- En relación a las prácticas sexuales, existen diferentes grados de riesgo. Según de qué práctica concreta estemos hablando, las agruparemos en dos grandes grupos:



TRANSMISIÓN / REINFECCIÓN / PREVENCIÓN

PRÁCTICAS SEXUALES DE ALTO RIESGO:

- Relaciones sexuales de penetración vaginal (pene-vagina) y anal (pene-ano) sin preservativo.

PRÁCTICAS SEXUALES DE BAJO RIESGO:

- Sexo oral: felación (boca-pene) sin preservativo o cunnilingus (boca-vagina) sin banda de látex.
- El annilingus (boca-ano) puede ser considerada una práctica de riesgo si en el ano hay heridas con sangre visible.
- La práctica sexual de frotamiento vagina-vagina o "tijeras" sin protección.

En el caso de penetración i de frotamiento vagina-vagina, existe riesgo para las dos personas, pero en el caso del sexo oral solo existe riesgo para la persona activa, es decir, para quien pone la boca.

REINFECCIÓN

El VIH se puede transmitir a una persona que no lo tenga pero también se puede volver a transmitir a personas que ya lo tienen (esto se llama **reinfección**). Por este motivo, las personas seropositivas al VIH también deberían seguir tomando las mismas medidas preventivas, dado que una reinfección supondría la introducción de mayor número de VIH en el organismo y la posibilidad de introducir VIH resistente a los actuales fármacos disponibles.

PREVENCIÓN

Medidas preventivas:

1. Cualquier objeto punzante que se tenga que compartir (maquinillas de afeitar, cepillos de dientes, jeringas, agujas para tatuajes/pendientes/piercings) o cualquier mancha de alguno de los LÍQUIDOS TRANSMISORES fuera del cuerpo, se puede desinfectar eliminando totalmente el VIH con lejía, alcohol de 96 grados o más de 60 grados de temperatura (con agua hirviendo, por ejemplo).

*En caso de que el objeto a compartir sea una jeringuilla, habrá que llenarla con la aguja puesta 3 VECES seguidas con lejía (llenándola hasta arriba y vaciándola totalmente cada vez) y seguidamente 3 VECES con agua.



TRANSMISIÓN / REINFECCIÓN / PREVENCIÓN

2. En las relaciones sexuales, las vías de prevención pasan por cuatro elementos barrera:

- a. Uso del preservativo masculino desde el inicio de cualquiera de las siguientes prácticas sexuales: penetración vaginal (pene-vagina), penetración anal (pene-ano) y felación (boca-pene).
- b. Uso del preservativo femenino desde el inicio en la penetración vaginal (pene-vagina); en esta práctica se puede utilizar indistintamente el preservativo masculino o el femenino pero nunca los dos a la vez ya que el rozamiento de los plásticos podría romperlos.
- c. Uso de Banda de Látex para cunilingus (boca-vagina) y annilungus (boca-ano). Como son difíciles de encontrar, se puede utilizar el plástico alimentario o "fabricar" una banda de látex recortando un preservativo masculino o femenino por arriba, por abajo y por la mitad, consiguiendo un rectángulo de látex.
- d. Uso de Plástico Alimentario para el rozamiento vagina-vagina o "tijeras".