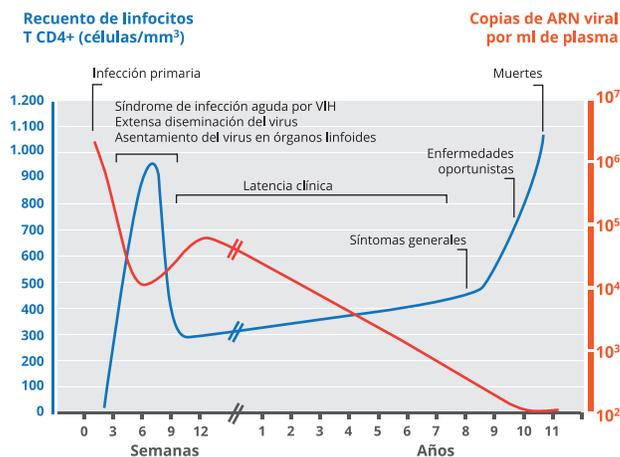


La peligrosidad de este virus se debe a que pueden pasar varios años sin manifestarse, no hay ningún síntoma que nos diga que nos hemos infectado y por lo tanto, podemos tener el VIH sin saberlo, progresando la infección e infectando a otras personas si tenemos prácticas de riesgo.

Tras recibir el diagnóstico de VIH, es recomendable empezar lo antes posible con la atención médica para que decidan el tratamiento que debes seguir. Los medicamentos para tratar el VIH, llamada Terapia Antirretroviral de Gran Actividad, TARGA, se recomiendan para todas las personas que tienen el VIH. Estos medicamentos ayudan a detener la evolución del VIH y a proteger el sistema inmunitario. Tomados todos los días de forma correcta te ayudarán a mantener una vida saludable por muchos años y reducir sustancialmente las probabilidades de transmitir el VIH a tu/s pareja/s sexuales.

Actualmente no existe un tratamiento que elimine el VIH del organismo. Sin embargo los tratamientos disponibles reducen la replicación del virus y evitan un deterioro del sistema inmunológico. El TARGA no cura la infección por el VIH, pero puede ayudar a las personas que viven con ella a tener una vida más larga y sana.



ENVEJECER CON EL VIH

El tratamiento antirretroviral ha permitido a las personas con el VIH tener vidas más largas y saludables. Sin embargo, ciertas complicaciones asociadas al propio VIH, a la toma durante años del tratamiento y también a cuestiones genéticas, pueden producir lo que se llama "envejecimiento prematuro" y algunas patologías podrían anticiparse en personas con VIH, como por ejemplo el aumento de colesterol, de las grasas, del azúcar, de la presión arterial junto con problemas renales, óseos y alteraciones en el sistema neurológico.

Por ello es conveniente consultar a los y las profesionales médicos y llevar controles periódicos para prevenir, detectar y tratar estas posibles complicaciones. Seguir las recomendaciones de los/as profesionales de la salud para mantener un estado de vida saludable te ayudará a mejorar tu calidad de vida.

Mantener hábitos saludables como una buena alimentación, practicar ejercicio físico, no fumar, no tomar sustancias tóxicas o reducir su consumo, te ayudará a prevenir, reducir o contrarrestar dichas complicaciones y a tener un futuro mejor.

Vivir y envejecer con el VIH implica para las personas importantes retos, por lo que es conveniente que estén preparadas, informadas y prevenidas.



ASPECTOS BÁSICOS SOBRE EL VIH Y EL SIDA

?



01

ASPECTOS BÁSICOS SOBRE EL VIH Y EL SIDA

EL DIAGNÓSTICO DE VIH

Al recibir el diagnóstico de VIH es probable que sientas distintas emociones como miedo, soledad, tristeza, enojo, ansiedad, pánico... Estas emociones son habituales y forman parte del proceso de adaptación de cada persona. Una buena información especializada, buscar apoyos y el paso del tiempo te ayudará a entender qué supone vivir con el VIH y a aceptar la enfermedad.

Conocer lo antes posible que tienes el VIH tiene ventajas, cuanto antes acudas a la consulta del médico/a especialista antes podrás controlar el proceso de la infección y siguiendo las indicaciones del equipo de profesionales podrás continuar con tu vida. El VIH no es una enfermedad que deba limitar tus actividades cotidianas.

Hablar y compartir experiencias con otras personas que conviven con el VIH y están pasando por la misma situación, te ayudará a ver que no eres la única persona con esos sentimientos y a entender y regular tus emociones.

No es obligatorio comunicar a nadie que tienes el VIH. Te puedes tomar el tiempo que necesites para decirlo a las personas que creas conveniente o simplemente no decírselo a nadie. Si deseas comunicárselo a alguien, es conveniente planificar de qué manera decirlo, pensar a quién, cuándo, dónde y estar preparado/a para la respuesta de las personas a quienes se lo comunicas.

Aprender sobre la infección por el VIH y el sida te ayudará a asumir el control de tu salud. Es importante que preguntes y te dejes asesorar por los/as distintos/as especialistas, médicos/as, enfermeros/as, farmacéuticos/as, así como por profesiona-

02

les de asociaciones de VIH, que te indicarán los pasos a seguir para llevar un control del VIH y te ayudarán a tomar decisiones en cada momento que lo necesites. Es importante confiar en ellos/as y preguntarles aquellas cuestiones sobre las que tengas dudas. Tener una buena relación con el/la médico/a y otros/as profesionales y seguir sus recomendaciones te ayudará en el proceso de la infección.

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH Y EL SIDA

Conocer el proceso de la infección, aprender los conceptos básicos sobre VIH e identificar organizaciones, y personas dispuestas a informarte, te ayudará a tener un mayor control sobre tu vida y a sentirte mejor.

Tener la infección por el VIH, significa que el VIH ha entrado en tu organismo y por lo tanto puedes transmitir la infección a otras personas si tienes relaciones sexuales sin protección y/o prácticas de riesgo con instrumentos que contengan sangre.

El VIH o Virus de la Inmunodeficiencia Humana, es un retrovirus que ataca al sistema inmunológico de las personas, debilitándolo y con el tiempo haciéndolas vulnerables ante una serie de infecciones, algunas de las cuáles pueden poner en peligro la vida.

El Síndrome de la Inmunodeficiencia Adquirida o sida, es el estado avanzado de la infección por el VIH caracterizado por una gran cantidad de virus en el organismo, bajos niveles de defensas y la aparición de infecciones oportunistas.

El sistema inmunológico es la defensa natural del organismo frente a las infecciones. Cuando está funcionando adecuadamente se encarga de combatir a los virus, bacterias o cualquier otro organismo infeccioso que amenace la salud.



Coordinadora estatal de VIH y sida

C. Juan Montalvo, 6
28040 Madrid
Tel.91 522 38 07

www.cesida.org

CON LA COLABORACIÓN DE:



Janssen no ha intervenido en la elaboración de los contenidos de este material.

CON EL AVAL CIENTÍFICO DE:



Plan Nacional sobre el Sida