



¿CUÁL ES EL RIESGO?

¿QUÉ RIESGO CORRO DE INFECTARME CON EL VIH?

La mayoría de las personas saben cómo se transmite el VIH (ver hoja informativa 150). También conocen las pautas para mantener relaciones sexuales con protección (ver hoja 151). Sin embargo, aún así pueden exponerse al VIH. Esto puede ser accidental o porque participan de conductas de riesgo. Cuando esto pasa, siempre quieren saber cuáles fueron las posibilidades de haberse infectado con el VIH.

¡NO HAY GARANTÍAS!

La única manera de estar seguro de que no se infectó con el VIH es tener la certeza de que no participó en ninguna conducta de riesgo y de que no estuvo expuesto a fluidos infectados con el VIH.

La única forma segura de saber si se ha infectado es hacerse un análisis de diagnóstico. Debería esperar 3 meses después de una posible exposición y luego hacerse un análisis de detección del VIH (ver hoja informativa 102).

Quizás piensa que ha estado expuesto al VIH, al compartir agujas, en un accidente o a través de relaciones sexuales sin protección. En estos casos, consulte con su proveedor de atención médica **inmediatamente**. Pregunte si puede usar tratamientos anti VIH para prevenir la infección. La hoja informativa 156 informa sobre la profilaxis post exposición.

¿QUÉ SIGNIFICAN ESTOS NÚMEROS?

A finales de la década de los 80 y principios de los 90, se hicieron varios estudios para estimar los riesgos de infección por VIH debido a tipos específicos de exposición. Estos cálculos solo ofrecen una idea general del riesgo. Solo pueden decirle qué actividades son más o menos riesgosas, pero no determinan si usted se ha infectado o no. Por ejemplo, si el riesgo es de 1 en 100, no significa que usted puede involucrarse en dicha actividad 99 veces sin correr riesgo alguno. **Usted puede infectarse con el VIH después de una sola exposición. Esto puede suceder la primera vez que participe en actividades de riesgo.**

Además estos estudios se basaban en un grupo específico de la población. No hay razón para creer que los resultados se aplican a otros grupos o a la población en general.

¿CUÁLES SON LAS ACTIVIDADES DE MAYOR RIESGO?

El mayor riesgo de infectarse con el VIH es al **compartir agujas con personas que son VIH positivas**. Cuando se comparten agujas, existe una alta posibilidad de que la sangre de otra persona sea inyectada en su torrente sanguíneo. Al compartir agujas también se puede transmitir el virus de la hepatitis.

La actividad que sigue en riesgo para infectarse con el VIH es mantener relaciones sexuales sin protección (es decir, sin condón.) El **sexo anal receptivo** acarrea el mayor riesgo. Las paredes del recto son muy delgadas y se dañan fácilmente durante la actividad sexual. Esto facilita el ingreso del VIH al cuerpo. La persona "activa" (el que penetra) durante el coito anal parece correr un riesgo mucho más bajo.

El **sexo vaginal** receptivo le sigue en riesgo. Las paredes de la vagina son más fuertes que las del recto, pero son vulnerables a la infección, también pueden dañarse durante las relaciones sexuales. Un pequeño rasguño que no se alcanza a ver es suficiente para que el VIH ingrese al cuerpo. El riesgo de infección aumenta si existe algún proceso inflamatorio o infección en la vagina.

El riesgo es más alto para el integrante receptivo de la pareja. Sin embargo, existe cierto grado de riesgo para el activo tanto en el sexo anal como vaginal. El VIH puede entrar a través de heridas que haya en el pene, a través de la pared húmeda de la abertura del pene, o a través de las células en la membrana mucosa en el prepucio o en la punta del pene.

¿QUÉ PASA CON LAS RELACIONES SEXUALES ORALES?

Ha habido muchos estudios sobre la transmisión del VIH mediante el sexo oral que no han llegado a conclusiones claras.

Sin embargo, los siguientes puntos están claros:

- Es posible infectarse con el VIH a través del sexo oral. El riesgo **no** es cero.
- El riesgo de infección con el VIH a través del sexo oral es muy bajo. Es mucho más bajo que con otros tipos de actividades sexuales sin protección. Sin embargo, otras enfermedades como el sífilis pueden transmitirse a través del sexo oral.

¿QUÉ AUMENTA EL RIESGO DE INFECCIÓN CON EL VIH?

La sífilis puede aumentar el riesgo de transmisión del VIH. Las personas con sífilis tienen mayores posibilidades de infectarse con el VIH.

Además, la sífilis causa heridas grandes e indoloras. Es fácil infectarse con el VIH a través de las heridas de la sífilis. El virus herpes simples (ver la hoja 508) también causa heridas que facilitan la infección por VIH.

Un caso activo de sífilis o herpes aumenta la cantidad de VIH en el cuerpo y puede facilitar la transmisión a otros.

Existen otros factores que aumentan el riesgo de transmitir el VIH o de infectarse.

- **Cuando la persona infectada con el VIH está en la fase de "infección aguda"** (ver hoja informativa 103), la cantidad de virus en la sangre es más alta. Esto aumenta las posibilidades de transmitir la infección a otros. Lamentablemente, casi nadie sabe que está en esta fase de la infección con el VIH. Es imposible saberlo con solo mirar a una persona.
- **Cuando el sistema inmunitario de la persona no infectada está debilitado.** Esto puede deberse a una enfermedad crónica o a una infección activa como un brote herpético, a la sífilis o a una gripe.
- **Cuando las personas tienen heridas abiertas** que se exponen a fluidos infectados. Estas pueden ser úlceras bucales, herpes genital, lesiones de sífilis, cortes o heridas en la piel.
- **Cuando hay exposición a sangre infectada.**
- **Cuando el hombre activo (que penetra) no infectado no está circuncidado.**

EN POCAS PALABRAS

Los investigadores han establecido estimaciones sobre el riesgo de transmisión del VIH. Estos estimados pueden darle una idea general sobre qué actividades son más o menos riesgosas. **No pueden** informarle qué tan segura es una conducta o cuántas veces puede practicarla antes de infectarse. La mejor forma de evitar la infección es usar un condón correcta y consistentemente durante cada actividad sexual y no compartir agujas. Si piensa que ha estado expuesto al VIH, espere 3 meses y hágase la prueba.

Revisada el 19 de mayo de 2014