



# MITOS Y MALENTENDIDOS

## ¿POR QUÉ HAY TANTOS MITOS SOBRE EL SIDA?

Cuando recién se comenzó a saber sobre el SIDA, éste era una enfermedad muy misteriosa. Causó la muerte de mucha gente. Todavía hay preguntas sin responder relacionadas con el SIDA. Muchos reaccionaron con miedo e inventaron historias para justificar su temor. En su mayoría estos mitos se relacionaban con la facilidad con la que una persona podía infectarse. La mayoría de estos mitos son falsos.

## MITOS SOBRE LA TRANSMISIÓN

Muchas personas creían que el VIH y el SIDA podían ser transmitidos por picaduras de mosquitos, por compartir el vaso con alguien con SIDA, al estar cerca de una persona con SIDA que estaba tosiendo, al besar o abrazar a alguien con SIDA y muchos otros mitos más. Vea la hoja informativa 150 para obtener más información sobre la transmisión del VIH. La transmisión sólo puede ocurrir si alguien se expone a la sangre, al semen al flujo vaginal o a la leche materna (vea la hoja 611) de una persona infectada. No existe evidencia sobre la transmisión a través de las lágrimas o de la saliva de una persona infectada.

• **Mito:** Una mujer VIH positiva no puede tener hijos VIH negativos.

• **Realidad:** Si no reciben tratamiento, las madres VIH positivas pueden pasar el VIH a sus recién nacidos en el 25% de los casos. Por el contrario, con los tratamientos actuales, este porcentaje disminuye al 2%. Vea la hoja informativa 611 para más información sobre el VIH y el embarazo.

• **Mito:** VIH se extiende por agujas dejadas en las sillas de teatros o en las máquinas expendedoras.

• **Realidad:** no hay ningún caso documentado de transmisión de VIH por esta manera.

## MITOS SOBRE LA CURA DEL SIDA

Estar infectado con el VIH o tener SIDA puede ser aterrador. No se puede predecir el curso de la enfermedad. Algunos se enferman en unos pocos meses. Mientras que otros tienen vidas saludables por hasta más de 20 años. Los tratamientos son difíciles de seguir, debido a efectos secundarios graves. No todo el mundo puede comprar los medicamentos. Por eso no es sorprendente que muchos estafadores hayan inventado "curas" para el SIDA que incluyen variadas sustancias. Lamentablemente, ninguna de estas "curas" funciona. Vea la hoja informativa 206 para más información sobre el fraude relacionado con el SIDA.

Un mito devastador en muchas partes del mundo es que tener sexo con una virgen puede curar el SIDA. Como resultado, muchas

niñas pequeñas han sido infectadas con el virus y han desarrollado SIDA. No existe ninguna evidencia que apoye esta creencia.

• **Mito:** Muchos de los medicamentos actuales pueden curar el SIDA. Infectarse no es un problema tan grave.

• **Realidad:** Los medicamentos actuales han disminuido la tasa de muerte por SIDA en aproximadamente un 80%. Hoy son más fáciles de tomar que en el pasado. Sin embargo, siguen teniendo efectos secundarios, son muy caros y deben tomarse todos los días y de por vida. Si omite dosis, puede desarrollar resistencia (vea la hoja informativa 126) a los medicamentos que está tomando y éstos dejarán de funcionar.

## EL SIDA ES UNA SENTENCIA DE MUERTE

En la década de 1980, hubo una tasa alta de muertes por SIDA. Sin embargo, los medicamentos han mejorado mucho y también ha mejorado la supervivencia de las personas con el VIH. Si tiene acceso a los medicamentos antirretrovirales (ARVs) y a la atención médica, no hay motivo para pensar que no podrá tener una vida larga aunque esté infectado con el VIH o tenga SIDA.

## EL GOBIERNO CREÓ EL SIDA PARA MATAR A LAS POBLACIONES MINORITARIAS

Los mejores investigadores del mundo, ya sean del gobierno o de las compañías farmacéuticas están trabajando arduamente para detener al SIDA. El gobierno no tiene la capacidad de crear un virus.

Muchas minorías no confían en el gobierno, especialmente en lo que se refiere a la atención médica. Un estudio reciente en Texas mostró que hasta un 30% de minorías creían que el VIH es una conspiración del gobierno para matar a la gente minoría. Sin embargo, parece que las minorías reciben un nivel inferior de atención médica debido a los mismos factores que cualquier otra persona: bajos ingresos, clínicas que brindan atención médica inadecuada, etc. Las creencias y actitudes respecto a la atención médica y los proveedores de servicios médicos tuvieron mucho menos importancia.

## MITOS SOBRE LOS MEDICAMENTOS

Para los médicos ha sido muy difícil elegir los mejores medicamentos anti-VIH (ARVs) para sus pacientes. Los primeros medicamentos que se desarrollaron, debían ser tomados hasta tres veces al día. Algunos tenían requisitos complicados de almacenaje o sobre el tipo de alimentos con los que se podían tomar (o el tiempo que había que esperar después de comer antes de tomar una dosis). La realidad de los medicamentos anti-VIH (ARVs) ha cambiado muchísimo. Sin embargo, aún existen algunos mitos:

• **Mito:** Debe tomar los medicamentos cada 12 (u 8, ó 24) horas exactamente.

• **Realidad:** Los medicamentos actuales permiten olvidos. Si bien, al tomarlos a intervalos exactos, tendrá niveles más estables de los medicamentos en la sangre, los medicamentos no dejarán de funcionar si hay una o dos horas de diferencia. Sin embargo si tomes Crixivan® (indinavir) sin ritonavir debe ser cuidadoso con la hora de tomarlo.

• **Mito:** Deberá tomar el 100% de sus dosis en el horario debido o de lo contrario el tratamiento dejará de funcionar.

• **Realidad:** Es muy importante tomar correctamente los medicamento anti-VIH. De hecho, si omite más del 5% de sus dosis, al VIH le resulta fácil desarrollar resistencia (ver la hoja informativa 126) y es posible que pueda multiplicarse aunque tome sus medicamentos. Sin embargo, no es realista alcanzar un 100% de adherencia. Haga lo mejor que pueda y asegúrese de decirle a su proveedor de atención médica lo que le está sucediendo.

• **Mito:** Los medicamentos actuales son tan potentes que puede dejar de tomarlos (tomarse vacaciones de los mismos) sin ningún problema.

• **Realidad:** Desde que se desarrollaron los primeros medicamentos para el SIDA, los pacientes han querido dejar de tomarlos debido a los efectos secundarios o a que les recuerdan que tienen SIDA. Ha habido muchos estudios sobre las "interrupciones de tratamiento" y todos ellos han demostrado que suspender los antirretrovirales puede causar problemas. Las interrupciones permiten que el virus se multiplique (vea la hoja 125 sobre la carga viral) o que baje el recuento de células CD4, un signo de daño inmunológico (vea la hoja 124).

• **MITO:** Los medicamentos contra el SIDA son un veneno y son más peligrosos que el propio VIH.

• **Realidad:** Cuando los primeros medicamentos contra el SIDA estuvieron disponibles, no eran tan buenos como los que existen en la actualidad. Las personas seguían muriendo de enfermedades relacionadas con el SIDA. Es cierto que algunas personas padecen efectos secundarios de los medicamentos, pero la tasa de muerte en los Estados Unidos ha disminuido un 80%. Los investigadores siguen trabajando arduamente para conseguir que los medicamentos anti-VIH sean más seguros y fáciles de tomar.

Revisado el 22 de abril de 2009