

El amor sin temor al SIDA



Cómo los jóvenes pueden protegerse del SIDA

Desde que el SIDA ha aparecido, el amor ya no representa solamente algo hermoso; también puede ser peligroso. El SIDA es una enfermedad mortal. Un solo contacto sexual es suficiente para transmitirlo. No obstante, hoy en día uno puede protegerse de manera muy segura contra la infección sin renunciar al amor y a las relaciones sexuales. Por lo cual, de ahora en adelante: el amor sin riesgo: por amor a la vida.

El SIDA es el estado final de una enfermedad infecciosa transmitida por el VIH. La mayoría de las infecciones por ese virus ocurren por vía sexual o por el intercambio de jeringas entre drogadictos.

A principios de los años ochenta, se creía aún que el VIH quedaría restringido a los grupos a riesgo, como los homosexuales y los drogadictos. Hoy sabemos que, ya en esa época, el virus se había propagado subrepticamente en la población heterosexual. Se puede suponer que en el futuro la transmisión del virus en medio de la población heterosexual será la más frecuente. Por esa razón este folleto se dirige ante todo a los jóvenes.

¿Cómo se transmite el VIH?

Toda vez que un líquido corporal proveniente de una persona infectada y conteniendo el virus del SIDA (VIH) entra en el organismo de

una persona sana, el virus puede serle transmitido. El VIH puede introducirse directamente en el cuerpo por el intermedio de la sangre, pero también a través de mucosas intactas, como las de la vagina, el glande del pene, el ano, los ojos, la nariz y la boca. El VIH puede también penetrar en el cuerpo a través de una piel herida o irritada (eczemas). El esperma, las secreciones vaginales y la sangre de las personas infectadas contienen grandes cantidades de virus. El virus también pudo ser aislado en pequeñas cantidades en la saliva, las lágrimas y la orina (pero no en el sudor).

Riesgos de infección

Corremos el riesgo de ser infectados por el VIH únicamente si entramos en contacto directo con las secreciones corporales de una persona infectada, por ejemplo en las siguientes situaciones:

- **Sexualidad:** La propagación del VIH ocurre principalmente durante las relaciones sexuales, pero no se la puede excluir totalmente en el caso de besos profundos (intercambio de saliva).
- **Contactos madre-niño:** Una madre infectada por el VIH puede contagiar a su hijo durante el embarazo por intermedio de la placenta, en el momento del nacimiento o durante la lactancia.

- Drogas: Utilización común de jeringas (intercambio de jeringas)
- Transfusión sanguínea, trasplante de órganos: Desde el otoño de 1985, los bancos de sangre son controlados en Suiza para descartar una eventual contaminación por el VIH. El riesgo de una infección es extremadamente bajo.

¿Cómo reconocer una infección por el VIH?

Durante los primeros años, es difícil reconocer la seropositividad de una persona infectada. La persona misma no es consciente de su infección. Para diagnosticar una infección por el VIH, se debe hacer un test VIH. En el transcurso de todas las enfermedades infecciosas, el sistema inmunitario produce anticuerpos para aniquilar los cuerpos extraños como las bacterias y los virus. En el caso de una infección por el VIH, el virus logra desde el principio eludir al sistema inmunitario. Los anticuerpos aparecen recién después de algunas semanas o meses. Según los conocimientos actuales, la mayoría de las personas infectadas producen los anticuerpos dentro de un período de tres meses. Los anticuerpos son incapaces de eliminar el VIH; no obstante pueden ser detectados por tests de laboratorio, facilitando la prueba que una persona está infectada por el VIH.

Ningún riesgo de infección

- Vida cotidiana: en los transportes públicos, en la escuela, en los baños, etc.
- A través de contactos con la piel, como apretones de manos, caricias o besos en la mejilla.
- Deportes: nadar, juegos de pelota.
- Comidas en restaurantes.
- Sexualidad: si la pareja es fiel, no existe ningún riesgo de infección.

Todo esto a condición por supuesto de que las reglas generales de higiene sean respetadas y que no haya ningún contacto con una herida abierta.

Posibilidades de protección contra una infección por el VIH

Hoy en día, una nueva relación sexual implica correr el riesgo de una infección por el VIH. Por consiguiente, es importante elegir su pareja con mucha precaución. Una infección solo puede ser descartada si la pareja es sana. Por lo cual, el riesgo de ser infectado es proporcional a la cantidad de parejas que uno tiene.

Elección minuciosa de la pareja

Esto significa buscar una pareja que no esté infectada por el VIH y que comparta la misma concepción sobre el amor sin riesgo. Antes de tener mis primeras relaciones sexuales con esta persona, debo conocerla mejor. Como no sé si está infectada o no por el VIH (lo que haría posible una transmisión del VIH por vía sexual), me es imposible involucrarme en una relación sexual sin temor. En el transcurso de un diálogo honesto, y esto al principio de una relación, uno no debe solamente preocuparse por los riesgos de infección pasados y actuales, sino también interesarse en las costumbres de la pareja, sus amigos y su familia. Establecer este tipo de intimidad me permite juzgar mejor si puedo confiar en su palabra. Únicamente cumplida esta condición, cada pareja puede saber si se puede prácticamente excluir un riesgo anterior de infección por el VIH. Si ese no es el caso, vale la pena hacer un test VIH. Conviene resaltar que las relaciones sexuales sólo pueden desembocar en auténtico y pleno desarrollo de las personas si surgen de relaciones honestas y basadas sobre la igualdad en la pareja. Se necesita tiempo para que esta intimidad fundada sobre la confianza mutua se desarrolle. La sexualidad, parte integrante del amor, de la relación de la pareja y del casamiento, no es más que una caricatura si esas condiciones no son respetadas.

¡No le des ninguna oportunidad al VIH, solicita el test VIH!

Si no se puede excluir que una de las personas de la pareja haya sido infectada por el VIH en un pasado más o menos cercano, conviene

hacer un test. Como ya lo hemos indicado, se requieren algunos meses para que los anticuerpos se formen después de la infección. Durante ese período, un resultado puede dar „erróneamente“ negativo. No obstante, el test es muy útil al principio de una relación amorosa. Si el riesgo de infección es elevado: por toxicomanía, relaciones sexuales con drogadictos, homosexuales o personas que cambian frecuentemente de pareja, conviene renovar el test VIH después de varios meses.

El preservativo

Si una persona es seropositiva, el uso del preservativo reduce el riesgo de transmisión del VIH, pero sin excluirlo. El SIDA es una enfermedad mortal; por consiguiente los riesgos residuales pesan mucho. En el caso particular de los jóvenes, quienes forzosamente cuentan con poca o ninguna experiencia con el uso de preservativos, el riesgo de un uso incorrecto es bastante importante. Aquí nuevamente, el siguiente principio es de rigor: más sólida es mi relación amorosa, más seguro me siento con mi pareja y más fácil me es hablar honestamente del uso adecuado del preservativo. En cambio, el riesgo de un uso incorrecto será mayor bajo el efecto del alcohol o de drogas. Sólo se deben usar preservativos controlados y observar minuciosamente las instrucciones de uso.

Consumo de drogas

Durante el difícil período de la pubertad, cantidad de jóvenes empiezan ya a consumir alcohol, a tomar medicamentos y/o drogas. Algunos se inyectan la droga por vía intravenosa y así destruyen su cuerpo, su psiquismo y toda su existencia. Además, corren el riesgo de infectarse con el VIH al intercambiar jeringas. El consumo de drogas crea indiferencia hacia sí mismo y el propio cuerpo. Con frecuencia, los drogadictos atribuyen poca importancia a su salud y, sin preocuparse de las consecuencias, comparten jeringas o tienen relaciones sexuales sin protección. De esa forma, corren repetidamente el riesgo de infectarse. Lograrán protegerse realmente del SIDA sólo a través de una desintoxicación.

En conclusión, y especialmente a causa del SIDA, se gana desde todos los puntos de vista al abstenerse del consumo de drogas.

Los cambios frecuentes e inconsiderados de pareja son el motor que permite el avance de la epidemia del SIDA. El alcohol y la droga representan el combustible de ese motor. Alteran la percepción de la realidad, velan el sentido de las responsabilidades y llevan a tener relaciones sexuales con demasiada rapidez, irreflexivas, frecuentemente sin protección, y de las cuales uno tal vez se arrepienta más tarde.

Por consiguiente, la mejor protección contra el SIDA consiste en no consumir drogas.

¿Qué elementos contribuyen a que el virus del SIDA (VIH) sea tan peligroso?

- El VIH se transmite por vía sexual. Una sola relación sexual puede transmitirlo.
- El VIH entra en el cuerpo tanto por una herida abierta como por una mucosa intacta.
- El período de latencia, que va desde el momento en que se produce la infección hasta que se declara la enfermedad (SIDA), dura en promedio entre diez y doce años. Durante esos años, la persona infectada puede ignorar que es portadora del virus.
- Durante el período de latencia, una persona infectada puede transmitir el virus a otras personas sin saberlo, en particular a su pareja sexual.
- Una persona infectada por el VIH se enfermará del SIDA tarde o temprano.
- El SIDA es una enfermedad que provoca la muerte en pocos años.
- Una vez que uno ha sido infectado por el VIH, lo permanece durante el resto de su vida. Por esa razón, el adoptar un comportamiento sin riesgo constituye la única manera de protegerse del virus del SIDA.
- Todavía no hay certitud que se podrá encontrar una vacuna eficaz contra el SIDA.

La elección minuciosa de la pareja, el test VIH y el preservativo representan tres posibilidades destinadas a excluir o a reducir el riesgo de infección. Combinadas, pueden ser más eficaces. A través de la elección de los medios de protección y su combinación, cada uno puede decidir el nivel de riesgo que se propone correr.

© SIDA Información Suiza 1999. Versión original en alemán

SIDA Información Suiza • Apartado de correos 26 • CH 8610 Uster 1 • Teléfono +41 44 261 03 86 • Fax +41 44 261 10 32 • PC 80-18122-3