

¿Quieres saber sobre ITS/VIH/SIDA? 100 Preguntas y Respuestas

Dra. G. María Antonia Torres Cueto
Lic. Ana Berta López Gómez

Tomado de: ¿Quieres saber sobre ITS/VIH/SIDA? 100 preguntas y respuestas. Primera edición, 2003. © **Ministerio de Educación, Primera reedición, 2004.** Impreso por Molinos TradeSA. UNESCO. PNUD.

1. ¿Es lo mismo VIH que SIDA?

NO, son dos términos diferentes.

2. ¿Qué es el VIH?

Es el **Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH)**, el cual **causa el SIDA**. Debilita el sistema inmunológico o sistema de defensa natural del cuerpo, destruyéndolo lentamente. Ataca a las células CD4 (variedad de glóbulos blancos que actúan como coordinadores del sistema inmunológico provocando una respuesta de defensa inmunológica). La infección del VIH puede durar de 10 a 11 años y actualmente no existe cura para ella.

3. ¿Que es el SIDA?

Es el **Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida**, manifestación más avanzada de la infección por VIH, su etapa final. Complejo cuadro clínico que ataca el sistema inmunológico, debilitando las defensas naturales del organismo contra microbios (virus, bacterias u hongos), quedando la persona vulnerable a una gran cantidad de infecciones y enfermedades potencialmente mortales, que no lo dañarían si tuviera un sistema inmunológico sano.

Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida	Conjunto de síntomas y signos derivados de un debilitamiento importante del sistema inmunitario, que se ha contraído por el enfermo durante su vida, que no es congénito.
--	---

4. ¿Que diferencia existe entre un portador del VIH y un enfermo de SIDA?

El portador del VIH es una persona que adquiere este virus y es capaz de transmitirlo pero puede no padecer ningún tipo de síntoma, mientras que el enfermo de SIDA el virus ha alterado el sistema de defensa produciendo un conjunto de síntomas que constituyen la enfermedad.

5. ¿Cuántos agentes causantes del SIDA (tipos de VIH) se conocen actualmente?

Hasta ahora se conocen dos:

- **VIH 1:** distribuido por todo el mundo, con mayor virulencia.
- **VIH 2:** se encuentra fundamentalmente en África Occidental, al parecer es más difícil de transmitir y con mayor período de incubación.

6. ¿Cuáles fueron las teorías del surgimiento del VIH?

En el libro *Conociendo sobre VIH*, elaborado por el Centro de Prevención de las ITS/VIH/SIDA de Cuba, se plantea que "...desde los inicios de la epidemia de VIH/SIDA en 1980, los especialistas comenzaron a proponer diferentes teorías sobre el surgimiento de del VIH. Algunos adujeron que era un arma creada por el hombre para la guerra biológica, otros dijeron que había pasado de algunas especies de mono al hombre y que surgió de una mutación genética que lo hizo mas letal, incluso no faltó quien lo relacionara con una maldición divina, como castigo a las conductas pecaminosas de los hombres. En nuestros días la teoría más aceptada sobre el origen del VIH, basada en evidencias de sueros guardados hasta la fecha, es que este virus ya existía desde la década del 50 y se diseminó fácilmente por el mundo. Esto coincidió con la liberación sexual de los años sesenta y la facilidad de comunicaciones rápidas en el orbe".

7. ¿Qué medidas se adoptaron en Cuba para evitar la propagación del VIH?

Desde 1983 la dirección del país y el Ministerio de Salud Pública adoptaron las primeras medidas para evitar su propagación. Se efectuó el análisis de toda la sangre donada para la detección de anticuerpos al VIH; se realizó el chequeo de todas aquellas personas que habían estado en África, entre los que se detectaron los primeros seropositivos al VIH; se estudiaron las parejas sexuales de los que resultaron positivos, así como las embarazadas, personas con Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), ingresos hospitalarios, entre otros.

8. ¿Cuáles son las características de la epidemia en Cuba?

Entre ellas se pueden mencionar:

- "Detección inicial de personas que adquirieron la infección en el extranjero y sus parejas sexuales en Cuba, dando inicio a la transmisión autóctona.
- Identificación de un foco de transmisión entre Hombres que tienen sexo con Hombres (HSH) en la región central del país, que aportó una importante cantidad de casos del sexo masculino y que inicia la transmisión sexual entre individuos con conducta sexual de riesgo.
- Progresiva detección de individuos infectados, que según estudios realizados, pertenecen en su mayoría a grupos vulnerables con conducta sexual y social de riesgo, con cambios frecuentes de pareja y muy baja percepción de riesgo" (1)
- En Cuba los más afectados son jóvenes.

9. ¿Qué es un virus?

Es un agente causante de enfermedades en el hombre, los animales y las plantas, extremadamente pequeño, formado por uno o varios tipos de proteínas asociadas a uno de los ácidos nucleicos (ADN: ácido desoxirribonucleico o ARN: ácido ribonucleico), pero nunca a los dos.

Los virus son considerados parásitos obligados ya que no tienen metabolismo propio, lo cual determina que sólo presenten actividad en el interior de una célula sensible, siendo capaz de inducir en éstas la multiplicación de nuevas partículas que presenten sus mismas características, por lo cual altera el mecanismo de síntesis normal de las células donde penetra, provocando finalmente la ruptura de la misma al dar salida a los nuevos virus formados para iniciar una nueva infección. Durante esta multiplicación causan enfermedades al hospedero.

Aunque el virus es incapaz de multiplicarse fuera de una célula pueden mantenerse vivos durante un tiempo limitado, transcurrido el mismo se altera la partícula viral y pierde sus propiedades, si llega a un organismo se desarrolla y produce la enfermedad.

10. ¿A qué familia de virus pertenece el VIH?

El VIH pertenece a la familia de los retrovirus y su genotipo está formado por ácido ribonucleico (ARN) y al igual que el resto de los virus no puede vivir de forma independiente sino dentro de una célula.

11. ¿Qué particularidad tiene el VIH?

El VIH tiene como particularidad que invade y destruye principalmente los linfocitos CD4, que son los que dirigen la respuesta inmune.

12. ¿Qué puede suceder cuando el VIH entra al organismo?

El VIH busca células del sistema inmunitario que tenga receptores de superficie CD, porque este receptor especial permite al virus unirse a la célula. Aunque el VIH infecta varias células, tiene preferencia por el linfocito T, un leucocito que posee numerosos receptores CD4. Después de unirse a la célula CD4, el VIH transfiere su material genético y enzimas vitales al interior de la célula, donde se integra con el material genético de la célula huésped, produciéndose una nueva generación de VIH.

13. ¿Qué significa inmunidad?

Se conoce como inmunidad la capacidad de resistencia de los organismos para protegerse de una gran variedad de agentes infecciosos (bacterias, hongos microscópicos, virus) que pueden ocasionarle diferentes enfermedades.

Representa un complejo proceso de reacciones fisiológicas defensivas que impiden el desarrollo de procesos infecciosos y poseen la capacidad de restablecer a la normalidad las funciones del organismo.

14. ¿Qué es el sistema inmunitario?

El sistema inmunitario es el que defiende al organismo de las agresiones que le ocasionan los distintos tipos de microorganismos, además de impedir la proliferación de células malignas. Actúa en nuestro cuerpo por un tipo especial de glóbulos blancos llamados linfocitos, existiendo dos grandes grupos: los linfocitos T y los linfocitos B.

Cuando un germen invade el organismo, es reconocido por los linfocitos T CD4, que dan la señal de alerta y reclutan a los linfocitos T y B. Los linfocitos T atacan directamente a los invasores y los linfocitos B producen anticuerpos que son específicos para cada microbio.

15. ¿Qué significa ser inmunodeficiente?

Una persona inmunodeficiente es aquella cuyo sistema inmunológico se encuentra afectado y, por tanto, su organismo no es capaz de responder adecuadamente ante la invasión de agentes causantes de enfermedades.

16. ¿Qué son los anticuerpos?

Son sustancias específicas que produce nuestro organismo para combatir enfermedades e infecciones al ser capaces de eliminar o neutralizar a los microorganismos y virus. Cuando una persona ha sido infectada por un virus, crea anticuerpos para resistirlo. En el caso del VIH, los anticuerpos no pueden eliminar el virus, pero se utilizan para detectar su presencia.

17. ¿Quién puede contraer el VIH?

Cualquier persona que tenga una relación sexual desprotegida y se ponga en contacto con sangre, líquido preseminal, semen, secreciones vaginales o leche materna de otra persona infectada, no importa sexo, edad, color de la piel, integración social, política, creencias religiosas u orientación sexual.

18. ¿En qué líquidos corporales se encuentra el VIH?

El VIH se encuentra presente en todos los líquidos corporales, pero sólo en cantidades suficientes para que se transmita la infección en:

- La sangre
- El semen
- Líquido preseminal
- Secreciones vaginales
- Leche materna

19. ¿Cómo penetra el virus en sangre?

El virus penetra en la sangre a través de heridas, pinchazos, lesiones en la piel, en la mucosa vaginal, en la mucosa anal o en la mucosa bucal.

20. ¿Cuáles son las vías de transmisión del VIH?

- Durante las relaciones sexuales desprotegidas con intercambio de semen y secreciones vaginales por vía vaginal, anal u oral con una persona, con una persona que tiene VIH
- Por vía sanguínea, al compartir una aguja o jeringuilla con una persona que tiene el VIH, para inyectarse drogas, hacerse tatuajes, perforarse partes del cuerpo o por transfusiones de sangre y/o hemoderivados no controlados (esto último es muy poco probable en Cuba, porque todos los donantes son examinados cuidadosamente)
- De una madre que tiene el VIH a su hijo(a) durante el embarazo (a través de la placenta), durante el parto (al ponerse en contacto el feto con las secreciones vaginales y la sangre materna en el canal de parto) o por la lactancia materna (a través de la leche materna).

En Cuba se brinda una atención especial a las embarazadas que portan el VIH, reduciéndose el riesgo de transmisión por esa vía.

21. ¿Cómo NO se contagia con el VIH?

- El compartir baños, bebedores de aguas o teléfonos
- Durante actividades sociales, al estrecharse las manos, tocarse, abrazarse o besarse
- A través del aire
- Al ser picado por mosquitos u otros insectos
- Al nadar en una piscina o darse un baño en una bañera
- Al sentarse al lado de alguien en el trabajo, en la escuela, ómnibus u otra parte
- Al usar ropas de la persona infectada o de sus utensilios (vasos, peines, cubiertos, etc.)
- Al tener relaciones sexuales protegidas por vía anal, vaginal u oral
- Por medio del estornudo o la tos
- Mediante el contacto de lágrimas, sudor o saliva de una persona infectada por el VIH
- Por hablar o compartir con personas infectadas

22. ¿Cuáles son los períodos de mayor transmisibilidad del VIH/SIDA?

Se corresponden con los períodos de mayor viremia; al inicio de la infección y en la fase más avanzada de la enfermedad.

23. ¿A qué se le llama período de incubación del VIH?

Al largo período que comienza desde que la persona se infecta hasta que se manifiestan los primeros síntomas de inmunodeficiencia (SIDA). En Cuba el tiempo promedio de duración de este período es de 10 a 11 años.

24. ¿Puede una persona transmitir el VIH durante el período de incubación?

SÍ. Aunque es probable que durante este tiempo no se presenten síntomas ni cambios perceptibles en su salud. Durante todo este período y hasta que la persona fallece tiene la capacidad de transmitir la infección.

25. ¿A qué se le llama período de seroconversión, o de ventana?

Es el tiempo que va desde que la persona ha adquirido el virus hasta el momento en que su cuerpo ha producido la cantidad de anticuerpos que pueden ser detectados por los estudios de laboratorio, mediante una prueba de sangre para el VIH. Esta fase dura de 30 días a 6 meses y, como promedio, de 6 a 8 semanas y durante la misma puede transmitir el VIH.

26. ¿Qué es una persona seropositiva?

Una persona seropositiva o portadora del VIH es aquella que ha estado expuesta al virus y al realizarse las pruebas resultan positivas, al detectarse los anticuerpos que el organismo produce para dar respuesta a esta infección. Puede que no presente ningún síntoma y parecer sana, pero es capaz de transmitir la enfermedad.

27. ¿Tener el virus significa tener la enfermedad?

NO, una persona puede ser portadora del virus mucho tiempo, incluso 10 u 11 años y durante ese período no aparecer síntomas de la enfermedad, pero puede transmitirla a otras personas. **Toda persona que tiene el VIH no tiene SIDA, pero toda persona que tiene SIDA tiene el VIH.**

28. ¿Puede conocerse a simple vista si una persona es seropositiva portadora del VIH?

NO, una persona portadora del VIH puede parecer sana y sentirse bien durante mucho tiempo, incluso años, y transmitirlo a otras personas.

29. ¿Cómo se puede conocer que una persona está infectada con el VIH?

La única forma de conocer si una persona es portadora del VIH es haciéndose una prueba de laboratorio específica para detectar la presencia de anticuerpos al virus.

30. ¿Existen manifestaciones clínicas que permitan conocer si una persona está infectada por el VIH?

NO. Muchas personas infectadas con el VIH pueden no tener ningún síntoma por años, aunque en otras pueden advertir signos de la infección.

31. ¿Cuáles pueden ser algunos de estos síntomas?

- pérdida de peso
- tos seca
- fiebre o sudores nocturnos profusos y recurrentes
- fatiga profunda e inexplicable
- ganglios hinchados en las axilas, la ingle o el cuello
- diarrea que dura por más de una semana
- manchas blancas o manchas extrañas en la lengua, boca o garganta
- neumonía
- pérdida de memoria, depresión y trastornos neurológicos

Estos síntomas son similares a los de otras enfermedades

32. ¿Puede una persona seropositiva llevar una vida normal?

SI, mientras no exista una exagerada proliferación del virus y se conserve el buen funcionamiento del sistema inmunológico, la persona puede llevar una vida relativamente normal, sin sufrir manifestaciones de la enfermedad.

33. ¿Qué pruebas se realizan en Cuba para diagnosticar el VIH?

ELISA: detecta anticuerpos contra el virus, es una prueba muy sensible pero poco específica, ya que puede dar positiva también por la presencia de otras infecciones, por lo que es necesario confirmar ese resultado.

Western Blot (WB): es mucho más específica. Técnica de confirmación para el VIH, se le aplica a una segunda muestra que se le realiza a la persona. Cuando el resultado es indeterminado quiere decir que los anticuerpos que aparecen no son suficientes como para dar positivo el diagnóstico.

34. ¿Cuánto tiempo se debe esperar para hacerse la prueba del VIH, después de haberse expuesto al virus?

Transcurridos al menos tres meses desde la última práctica de riesgo y, si es negativa, volverla a repetir cada tres meses durante un año, para tener seguridad de no estar infectado.

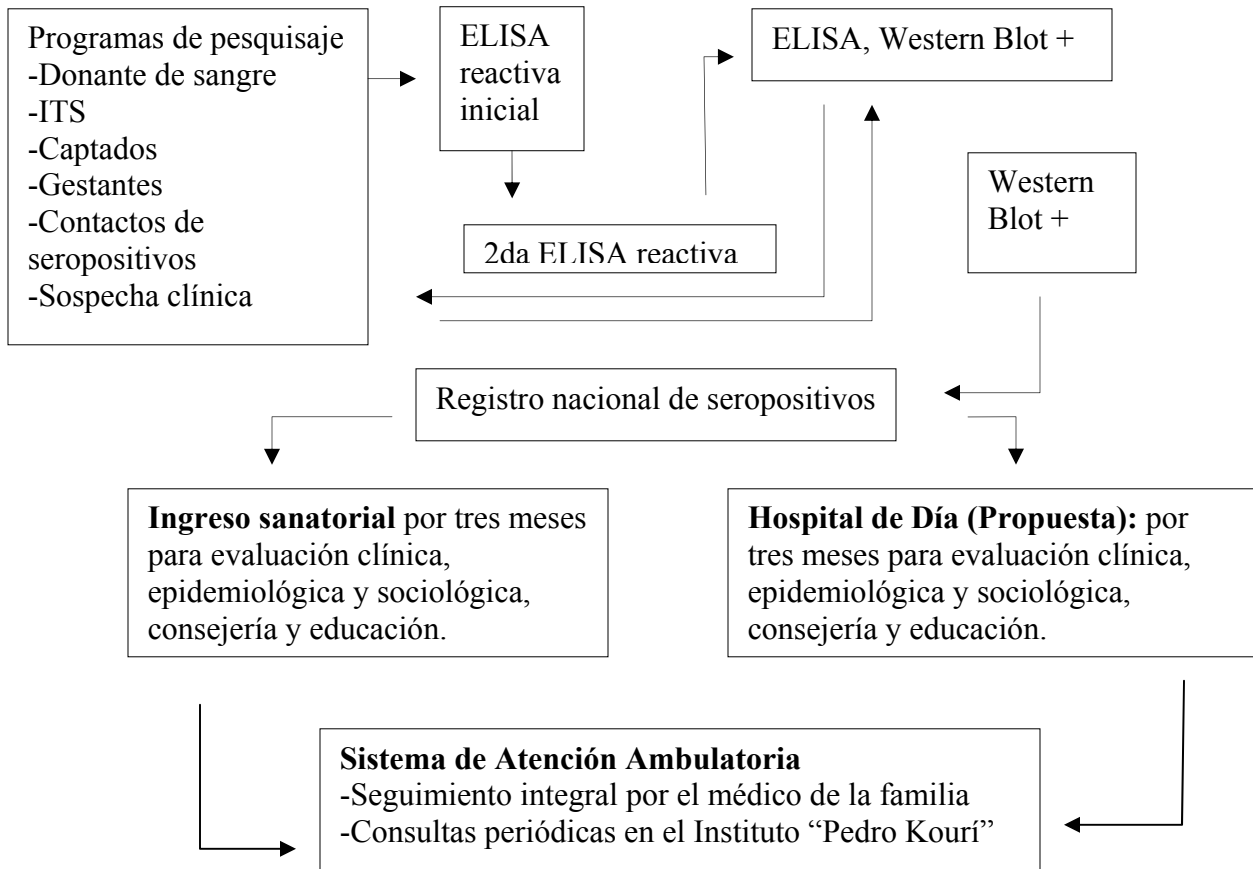
35. ¿Cómo es el sistema de diagnóstico y atención a cubanos seropositivos al VIH?

En el siguiente flujograma se refleja sintéticamente cómo es el sistema de atención:

**SISTEMA DE DIAGNÓSTICO Y ATENCIÓN A PERSONAS
VIVIENDO CON VIH (PVVIH)**

Red Nacional de Laboratorios

Laboratorio Nacional de Referencia



36. ¿Cuál debe ser el comportamiento de una persona expuesta al VIH durante el tiempo que espere para hacerse la prueba o tener sus resultados?

Durante ese tiempo es importante que:

- la persona se proteja
- que proteja a otros de exposiciones posibles al VIH
- no donar sangre

37. ¿Qué significa que un resultado sea negativo?

- Que la persona no está infectada con el VIH
- Que la persona se encuentra en *período de ventana*

38. ¿Qué significa que un resultado sea positivo?

- Que la persona está infectada
- Que la prueba detectó otro anticuerpo (falso positivo), por lo que hay que realizar otra prueba

39. ¿Qué se hace en Cuba una vez que se ha confirmado que una persona es seropositiva?

En Cuba existe un mecanismo muy organizado, **basado en estrictas condiciones de confiabilidad y respeto**, en el cual se localiza a las personas cuya prueba resultó positiva para informárselo y que sean atendidas por su médico de familia, un equipo de especialistas (epidemiólogos, enfermeras, psicólogos, entre otros), los cuales le ofrecen toda la información que necesitan, los orientan y, sobre todo, le brindan su SOLIDARIDAD.

40. ¿La enfermedad es una sola o está compuesta por muchas enfermedades?

Es una sola enfermedad, que va debilitando las defensas del organismo y hace posible que aparezcan las llamadas **infecciones oportunistas**.

41. ¿A qué se llaman infecciones oportunistas?

Se le llama infecciones oportunistas a aquellas que aprovechan la "oportunidad" de un sistema inmunitario debilitado para causar enfermedades que pueden ser controladas por un sistema inmunitario sano.

42. ¿Cuáles son algunas de las infecciones oportunistas que pueden aparecer a medida que se va debilitando el sistema inmunológico?

-**Neumonía por *Pneumocystis carinii***: infección provocada por un germen (*Pneumocystis carinii*), que no suele atacar a personas con inmunidad competente y se

caracteriza por presentar tos seca, fiebre de 38 grados y disnea.

-Candidiasis oral: infección provocada por un hongo llamado *Candida albicans* que se caracteriza por la presencia de lesiones blanquecinas con base enrojecida y que no duelen o por lesiones enrojecidas.

-Criptococosis: infección del sistema nervioso y otros sitios del organismo, por parte de un hongo llamado *Cryptococcus neoformans*.

-Tuberculosis: infección pulmonar y de otros órganos causada por el *Mycobacterium tuberculosis*. Con la epidemia del SIDA ha reaparecido esta infección en algunos países donde estaba prácticamente erradicada.

-Neurotoxoplasmosis: infección del Sistema Nervioso Central, causada por el *Toxoplasma gondii*.

-Herpes zoster: erupción dolorosa en el pecho (culebrilla), abdomen o cara, producida por el virus de *Varicela-Zoster* (el mismo que produce la varicela)

-Sarcoma de Kaposi: cáncer en la piel y otras zonas (hígado, pulmones y tubo digestivo) que se cree provocado por un virus y se caracteriza por la aparición de máculas rojizas que pueden tornarse violáceas, no duelen ni producen picazón. Poco frecuente en nuestro medio.

43. ¿Una persona infectada por VIH puede volver a reinfectarse?

SI, las relaciones sexuales no protegidas o cualquier otra conducta de riesgo entre personas seropositivas producen una reinfección, es decir, la infección más de una vez con cualquier germen, esto provoca que se adquieran nuevas cantidades de virus que van infectando nuevas células.

44. ¿Qué sucede con una persona que se re infecta?

Las cepas virales se hacen más agresivas, acelerando el deterioro inmunológico y provoca que el organismo se haga más resistente a los tratamientos antirretrovirales.

45. ¿Por qué el coito anal es el más peligroso para contraer el SIDA?

Porque las relaciones coitales por el ano son más traumáticas y, al ser los tejidos del recto más delgados, con mayor vascularización, puede el VIH pasar más fácilmente a la sangre.

46. ¿Qué son los medicamentos antirretrovirales?

Los **medicamentos antirretrovirales** son los que se administran de forma combinada, para el tratamiento de las personas que viven con este virus (PVVIH). Estos interrumpen uno de los pasos que el VIH necesita para lograr su reproducción dentro de las células, por lo que son capaces de prolongar la vida, pero no de curar la enfermedad.

47. ¿Cuántos días de vida tienen las personas enfermas?

El tiempo de vida de una persona enferma con SIDA varía de acuerdo con las condiciones de vida que mantenga, teniendo en cuenta su alimentación, horas de sueño,

cómo cumple el tratamiento y, en general, de su actitud ante la enfermedad y su disposición a enfrentarla positivamente.

48. ¿Puede transmitirse el VIH al ser picado por un mosquito?

NO. Se ha comprobado que éstos, cuando pican a una persona, no inyectan ni su sangre, ni la de la persona que fue picada anteriormente, sino la saliva, la cual es, en algunos mosquitos, portadora de enfermedades como el dengue. El VIH solamente vive poco tiempo dentro de un insecto y no se reproduce dentro de ellos.

49. ¿Sólo lo transmiten los seres humanos?

SI. El VIH sólo infecta al ser humano, ninguna picada o mordida de un animal pueden transmitirlo.

50. ¿Qué es la transmisión en cadena?

Es el contagio de persona a persona, cuando no se tienen en cuenta las medidas de protección, lo cual puede ocasionar graves consecuencias, pues una persona puede contagiar a otra u otras, de acuerdo con los contactos sexuales que tenga, de forma progresiva y simultánea.

51. ¿Qué actitud se debe tener con una persona con VIH/SIDA?

Siempre:

- Respetarlo (a)
- Brindarle comprensión
- Estar dispuestos a ayudarlo (a)
- Mantener una buena comunicación.
- Mostrarle afecto
- Buscar ayuda especializada cuando sea necesario
- Compartir normalmente sus actividades

Nunca:

- Rechazarlo (a)
- Recriminarlo (a)
- Sobreprotegerlo (a)

52. ¿Con una sola relación coital no protegida se puede adquirir la infección?

SI. Una sola relación coital no protegida con una persona infectada por el VIH puede ser suficiente para que se transmita la infección, por lo que siempre se deben tomar medidas preventivas.

53 ¿Es cierto que las mujeres están más expuestas que los hombres a contraer el VIH/SIDA, a pesar de que el promedio mundial de varones infectados por el VIH supera al de las mujeres?

SI. El riesgo de infectarse durante el coito vaginal sin protección siempre es mayor para la mujer que para el varón y si son jóvenes este riesgo aumenta más, ya que al estar su sistema reproductor inmaduro los tejidos se desgarran con facilidad.

54. ¿Qué posibilidades futuras hay de control?

La única posibilidad de control es la **EDUCACIÓN SEXUAL Y LA PREVENCIÓN**. Está claro que al no existir vacunas ni otra forma terapéutica apropiada para evitar el SIDA la **educación destinada a modificar los hábitos y conductas sexuales irresponsables** es la única vía para luchar contra ella.

55. ¿A qué se le llama conducta de riesgo?

Son prácticas que aumentan el riesgo de adquirir una infección de transmisión sexual (ITS), incluyendo el VIH.

56. ¿Cuáles son algunas de las conductas de riesgo más importantes?

- Tener muchas parejas sexuales.
- Tener relaciones sexuales ocasionales con personas desconocidas o conocidas con riesgo de presentar el VIH
- Baja percepción de riesgo, lo cual hace que la persona crea y actúe como si este problema no le afectara
- Poco o ningún conocimiento sobre el tema y sobre las medidas de prevenir la infección
- Ingerir alcohol u otras drogas, pues hacen que disminuya o se elimine la capacidad de autocontrol ante determinada situación de riesgo
- No ser capaz de rechazar las presiones grupales ante comportamientos de riesgo
- No utilización del condón durante las relaciones coitales

57. ¿Cómo evitar esas conductas?

- No tener contacto sexual con personas desconocidas o conocidas que tengan riesgo de presentar el VIH
- Mantener la fidelidad mutua en la pareja, evitando las relaciones sexuales casuales e inseguras
- Incentivar el inicio tardío de las relaciones coitales entre los jóvenes
- Utilizar el condón en cada una de las relaciones coitales

58. ¿Qué significa tener relaciones sexuales sin riesgo?

La expresión "relaciones seguras sin riesgo" se emplea para especificar las prácticas y comportamientos sexuales que reducen el riesgo de contraer y transmitir infecciones de transmisión sexual, en particular el VIH.

59. ¿Cuáles son las formas de protegerse?

- La **abstinencia** (no teniendo relaciones sexuales con penetración), pero esta no es práctica ni en la mayoría de los casos deseable.
- Una **relación monógama** con una persona que se sabe no ha contraído la infección.
- El **uso del condón** desde el principio hasta el final de la actividad sexual y debe usarse cada vez que la persona mantiene relaciones coitales con una pareja no monógama u otra persona sospechosa.

60. ¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?

Las Infecciones de Transmisión Sexual o ITS son las que se transmiten principalmente en una relación sexual sin protección con una persona que la posea, aunque también pueden transmitirse a través de la sangre o sus derivados contaminados y de una mujer con ITS a su niño (a) recién nacido (a).

61. ¿Por qué se le llama ahora Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y no Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS), como hasta hace algún tiempo?

Porque una persona puede estar infectada y no presentar la enfermedad.

62. ¿Cuáles son algunas de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) que se conocen?

Algunas de las ITS conocidas son la gonorrea, sífilis, condiloma o verrugas genitales, herpes genital, chancro blando, linfogranuloma venéreo, trichomoniasis, vaginitis por hongos (moniliasis), Hepatitis B y el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH).

63. ¿Cómo reconocer una Infección de Transmisión Sexual (ITS)?

- Goteo o secreción anormal por el pene o la vagina
- Dolor vaginal o en el pene al orinar o al eyacular en una relación sexual
- Ardor y dolor al defecar
- Lesiones, protuberancias, ampollas y ronchas en genitales, ano, boca y piel
- Hinchazón o "secas" en la zona inguinal.

En el caso de la mujer, además:

- Dolor en la zona pélvica o bajo vientre
- Ardor y picazón en la vagina o sus bordes
- Sangrado anormal por la vagina

- Dolor en la vagina al momento de la relación sexual

64. ¿Qué es la moniliasis?

La **moniliasis vaginal** es una ITS curable, producida por un hongo (*Cándida albicans*), en algunos casos no se presentan síntomas, pero en otros se produce comezón en la vulva, flujo blanco, espeso y sin olor y si la infección es más fuerte, la mujer tiene ardor al orinar y en la relación coital.

65. ¿Qué es la gonorrea o blenorragia?

La **gonorrea o blenorragia** es una de las ITS más frecuentes causada por la bacteria *Neisseria gonorrhoeae*. De 2 a 14 días después de la relación con la persona infectada se presentan las primeras manifestaciones.

En el hombre:

- Secreción de color blanco-amarillenta por el pene
- Dolor y ardor al orinar
- Dolor, picazón e hinchazón en el pene

En la mujer:

- Abundante flujo vaginal blanco-amarillento
- Ardor y dolor al orinar
- Dolor en la parte baja del abdomen
- Sangramiento anormal por la vagina

Cuando no hay un tratamiento a tiempo la infección puede provocar esterilidad. Actualmente es curable.

66. ¿Qué es la sífilis?

La **sífilis** es una ITS causada por una bacteria *Treponema palidum*. Después del contagio aparece una herida en forma de úlcera llamada chancro, que no produce molestias y puede presentarse en diferentes partes como el pene, vulva, ano, boca, pezones u otro sitio donde exista una herida fresca. Las lesiones o erupciones pueden desaparecer sin tratamiento y pasar años sin que aparezcan síntomas, pudiendo provocar finalmente enfermedades del corazón, ceguera, daños a los nervios y cerebro, parálisis, úlceras y deformaciones de los huesos. Con tratamiento puede ser curada.

67. ¿Qué es el chancro blando?

El **chancro blando** es una ITS que puede ser curada, causada por el microorganismo *Haemophilus ducrey*. La infección se inicia de 2 a 5 días después del contacto sexual, apareciendo una mancha inflamada que puede ser única o múltiple, en el sitio afectado

(pene, ano, vulva, vagina, muslo, senos, labios, etc.). Más tarde se hace una ampolla que al romperse produce una úlcera dolorosa con secreción y puede expandirse a todo el cuerpo si no se recibe tratamiento.

68. ¿Qué es el condiloma o verrugas genitales?

El **condiloma** es una **ITS que no tiene cura**, causada por el *Papiloma virus*, que puede manifestarse a las pocas semanas o hasta 6 meses después de la infección, con la aparición de verrugas únicas o múltiples, húmedas y de olor desagradable, en la zona de los órganos sexuales o cerca del ano, que normalmente no causan dolor, ardor o comezón y pueden crecer rápidamente, tomando forma de cresta de gallo o coliflor.

69. ¿Qué es el herpes genital?

El **herpes genital** es una **ITS** provocada por el *Virus del Herpes Simple tipo II*, que ocasiona los primeros síntomas después de 3 a 5 días del contacto sexual con una persona que tenga esta infección, apareciendo múltiples ampollitas rodeadas de una zona rojiza irritante que al romperse forman ulceraciones húmedas, provocando dolor, escalofrío y malestar general.

Esta ITS es **incurable** y la persona portadora lo transmite siempre que sus lesiones estén activas y tenga contacto físico con otra persona.

70. ¿Qué es el linfogranuloma venéreo?

El **linfogranuloma venéreo** es una **ITS** curable, causada por una bacteria llamada *Chlamydia trachomatis*, que provoca en la persona infectada, entre 3 a 30 días después del contacto sexual, una pequeña llaga o erosión alrededor de los genitales, ano o boca, según el contacto sexual. Al pasar los días forman una masa dura que expulsa pus al romperse y aparecen fiebre, dolores y otros malestares.

71. ¿Es la Hepatitis B una Infección de Transmisión Sexual (ITS)?

SI. Es causada por el Virus de la Hepatitis B. Entre un mes y 45 días después del contacto infectante, la persona puede presentar fiebre, malestar general, sudoración, ictericia, orina oscura, falta de apetito y náuseas. No siempre las personas que se infectan presentan estos síntomas. **No es curable.**

72. ¿Tener una Infección de Transmisión Sexual (ITS) puede aumentar el riesgo para una persona de contraer el VIH?

SI. Las ITS pueden causar irritación o herida en la piel o las membranas mucosas que posibilita que el VIH se introduzca más fácilmente en el cuerpo durante el contacto sexual. De forma general estas pueden estimular una respuesta inmunitaria en la zona genital que hace que la transmisión por el VIH sea más probable.

73. ¿Qué significa sexo seguro?

Se le llama así a las precauciones que se toman para disminuir el riesgo de transmisión y adquisición de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

74. ¿Cuáles son las prácticas de sexo seguro?

Son aquellas donde no **hay intercambio de sangre, semen o secreción vaginal**, por lo que no existe ningún riesgo de contagio. Entre ellas tenemos:

- Besos
- Caricias mutuas
- Abrazos
- Masajes
- Frotar cuerpo contra cuerpo
- Estimulación con la boca
- Masturbarse

75. ¿Qué aspectos debemos tener en cuenta para la correcta utilización del condón?

- Guardar los condones en lugares frescos y secos
- Se debe llevar siempre condones, guardándolos en lugares donde no se deterioren. No deben llevarse en bolsillos de pantalones o billeteras.
- Controlar la fecha de vencimiento
- Manejar el condón cuidadosamente para no dañarlo
- Mover el condón dentro del empaque y chequear que exista una burbuja de aire
- Colocar el condón antes de cualquier contacto genital, para evitar la exposición a fluidos que puedan contener agentes infecciosos.

76. ¿Cómo se usa el condón?

- Se comprime el extremo cerrado del condón para expulsar el aire y se coloca sobre el pene erecto
- Se deja un espacio libre en la punta, para que se deposite el semen
- El condón se desenrolla cuidadosamente, cubriendo totalmente el pene
- Usa el condón durante la penetración
- Tras la eyaculación se retira el pene lentamente antes de que haya desaparecido la erección, sujetándolo por su base para asegurar que no haya salida de semen durante su retirada
- Se anuda y se bota en la basura
- No reutilizar el condón

77. ¿Es efectiva la utilización del condón?

SI. Actualmente la mayoría de los condones se fabrican de latex, este es resistente y ha demostrado ser efectivo para la protección de las ITS VIH/SIDA **siempre que se use**

correctamente, de forma frecuente y utilizando lubricantes a base de agua.

78. ¿Por qué muchas veces, aún cuando la pareja posee condones, al iniciar el acto coital no los usan?

Porque no existe una verdadera convicción de la importancia de su uso y de las consecuencias nefastas que puede tener una práctica sexual no segura. Existen prejuicios, estados de opinión, que no ayudan en la necesidad de reflexionar sobre las conductas de riesgo, las complicaciones que puede traer contraer ITS e incluso el SIDA. Es necesario que fortalezcas tus sentimientos y valores, para que no vayas a "flaquear" en un momento determinado y teniendo el condón no lo uses.

79. ¿Qué es la educación sexual?

Puede haber muchas definiciones, pero se entiende como la preparación del ser humano para la vida, mediante la cual cada individuo tiene que aprender a ser sexuado, a construir de forma personalizada su masculinidad o feminidad y a apropiarse creativamente de valores, conocimientos y habilidades, así como de recursos psicológicos eficientes en las relaciones interpersonales con vistas a vivir su sexualidad de modo autodeterminado y enriquecedor de sí mismo y de su contexto. En este proceso las personas hacen suyos aprendizajes básicos que las arman para el encuentro con el otro sexo o el mismo, y con la propia sexualidad; también satisfacen sus necesidades en esta esfera y se forman en el ejercicio de sus derechos sexuales.

A veces se identifica la Educación Sexual como relación coital, cuando esta, en realidad, se refiere únicamente al sexo.

80. ¿Puede considerarse la Educación Sexual como una preparación del adolescente para la vida adulta?

SI. La Educación Sexual puede considerarse como una preparación del adolescente para la vida adulta, independientemente, con los recursos de personalidad que posibilite al individuo dar solución satisfactoria a los diversos problemas que le pueda plantear la vida; y lograr su realización en lo personal, lo familiar y lo social, aspectos estrechamente relacionados. Esta educación va dirigida a influenciar educativamente en la capacidad de amar, contribuir a ese conjunto de sentimientos, motivaciones y actitudes; así como la capacidad de dar amor y el disfrute de la felicidad en este.

81. ¿Significan lo mismo sexo y sexualidad?

NO. Generalmente se consideran sinónimos. Cuando se habla de sexualidad, muchas veces se piensa sólo en el sexo, en la relación coital, y esto es un error.

82. ¿Qué es el sexo?

El término **sexo** se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de humanos como hembras y machos.

83. ¿Qué es la sexualidad?

El término **sexualidad** se refiere a una dimensión fundamental del hecho de existir un ser humano, es una manifestación psicológica de la personalidad, que tiene como núcleo el sentimiento y la conciencia de la propia masculinidad, femineidad o ambivalencia (cuando no se identifican plenamente con los patrones de su sexo). Basada en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones.

La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Si bien la sexualidad puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen todos. Sin embargo, en resumen, la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.

84. ¿Qué significa tener un comportamiento sexual responsable?

Significa **asumir una conducta y un estilo de vida responsable en las relaciones de pareja**; practicar las relaciones interpersonales y coitales a partir no sólo del instinto y de la atracción física, sino particularmente sobre la base del amor, los sentimientos, la mutua comprensión y respeto de manera que se conjuguen con armonía y se eviten conductas de riesgo que pueden originar graves consecuencias para la salud sexual y reproductiva y, por tanto, para la vida personal, en pareja o familiar.

La persona que practica un comportamiento sexual responsable no pretende causar daño y se abstiene de la explotación, acoso, manipulación y discriminación. Fomenta los comportamientos sexuales responsables al proporcionar la información, recursos y derechos que las personas necesitan para participar en dichas prácticas.

85. ¿Qué relación hay entre sexualidad responsable y SIDA?

La sexualidad responsable evita el SIDA

86. ¿A que se denomina actividad sexual?

La actividad sexual es una expresión conductual de la sexualidad personal donde los componentes eróticos, físicos y placenteros son los más evidentes.

87. ¿Qué significa salud sexual?

Es la manifestación de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.

La salud sexual se observa en las expresiones libres y responsables de las capacidades sexuales que propician un bienestar armonioso personal y social, enriqueciendo de esta manera la vida individual y social. No se trata simplemente de la ausencia de disfunción o

de enfermedad o de ambos. Para que la salud sexual se logre es necesario que los derechos sexuales de las personas se reconozcan y se garanticen.

88. Algunas veces se habla de sexo y género como lo mismo. ¿Son iguales o diferentes?

Son diferentes, el género es una construcción cultural, se refiere a los valores, actitudes, papeles, prácticas o características culturales apropiadas históricamente como género masculino o femenino. El género, tal como ha existido de manera histórica, transculturalmente, y en las sociedades contemporáneas, refleja y perpetúa las relaciones entre el hombre y la mujer.

El **sexo** es el conjunto de atributos anatomofisiológicos de carácter sexual, como son los genéticos, cromosómicos, gonadales, hormonales, genitales y cerebrales que caracterizan al hombre y a la mujer desde el nacimiento, diferenciándolo uno del otro.

89. ¿A qué se refiere la identidad de género?

La identidad de **género** define **el grado en que cada persona se identifica como masculina o femenina o alguna combinación de ambos.** Es el marco de referencia interno, construido a través del tiempo, que permite a los individuos organizar un autoconcepto y a comportarse socialmente en relación con la percepción de su propio sexo y género.

90. ¿Es el erotismo una manifestación negativa?

Todo lo contrario. Es algo muy personal. El erotismo es la capacidad humana de experimentar las respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual, excitación sexual y orgasmo, que por lo general, se identifican con placer sexual. El erotismo se construye tanto a nivel individual como social, con significados simbólicos y concretos que lo vinculan a otros aspectos del ser humano. Lo negativo es la manifestación pública de expresiones eróticas, algunas veces exageradas, las cuales deben ser disfrutadas sólo en la intimidad por respeto a uno mismo, a su pareja y a los que nos rodean.

91. ¿Qué es la orientación sexual?

La orientación sexual es la dirección que adquiere el deseo o impulso sexual hacia el otro sexo, el propio o ambos, lo cual lo convierte en un individuo hetero, homo o bisexual, respectivamente. La orientación sexual puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos.

92. ¿Qué es la identidad sexual?

La identidad sexual incluye la manera en que la persona se identifica como hombre o mujer o como una combinación de ambos y la orientación sexual de la persona. Es

el marco de referencia interno que se forma con el correr de los años, que permite a un individuo formular un concepto de sí mismo sobre la base de su sexo, género y orientación sexual y desenvolverse socialmente conforme a la percepción que tiene de sus capacidades sexuales.

93. ¿A qué se llama vínculo afectivo?

La vinculación afectiva es la capacidad humana de establecer lazos con otros seres humanos que se construyen y manifiestan mediante las emociones. El vínculo afectivo se establece tanto en el plano personal como en el de la sociedad mediante significados simbólicos y concretos que lo ligan a otros aspectos del ser humano. El amor representa una clase particularmente deseable de vínculo afectivo.

94. ¿Que es ser promiscuo?

Es mantener una conducta sexual desordenada, con cambios frecuentes, e incluso simultáneos, de pareja, donde prima el mero deseo y la atracción física, no acompañada de la afectividad. Es no prestar atención a quién es y cuál es la conducta y características de la pareja a la que nos unimos de manera que a TIEMPO, PREVENTIVAMENTE, adoptemos medidas para evitar una relación coital fortuita y sin protección. Resulta, por tanto, determinante para TU SALUD Y TU VIDA practicar el sexo seguro. Hay quien piensa que este término está en desuso, pues muchos consideran no ser promiscuos aún siéndolo. En encuestas a adolescentes y jóvenes sobre la estabilidad de la pareja, la valoran cuando por ejemplo mantienen una pareja sólo por una semana o algunos días, lo cual está muy lejos de lo que significa sexualidad responsable.

95. ¿Piensas que teniendo información puedes evitar el SIDA?

Sólo en parte. Tener información y conocimientos es un buen punto de partida, pues la cultura es básica para el desenvolvimiento humano. Sin embargo, se necesita algo más. Se requiere convertir este conocimiento en una convicción, en algo de lo que tu estas convencido y, por lo tanto, lo defiendes, lo practicas y lo asumes con toda responsabilidad, aún en los momentos de placer más íntimos. De esta manera estarás cuidándote tu y a tu compañero o compañera, con un sentimiento también de solidaridad. Para ello es muy importante desarrollar tu autoestima de manera que tu mismo (a) te valores como persona capaz de adoptar tus propias decisiones y no accedas a presiones de la pareja o del grupo bajo pretextos poco confiables.

96. ¿Qué implica tener libertad de elección?

Implica ser consciente y responsable de la trascendencia y consecuencia de los actos sobre sí y las otras personas. La formación de la sexualidad sobre los principios enunciados sólo se alcanza cuando se imbrica lo personal con lo social, la libertad con la responsabilidad.

97. ¿Cómo participan los sectores sociales en la lucha contra el VIH/SIDA en Cuba?

Está creado el **Grupo Operativo para el Enfrentamiento y Lucha contra el SIDA (GOPELS)**, que aunque se constituyó por decisión del Gobierno cubano desde la década del ochenta fue reestructurado y activado en 1996, con la participación de organismos del Estado, así como organizaciones gubernamentales y no gubernamentales. Desde 1997 se desarrolla el llamado Plan Intersectorial para la Educación, Prevención y Control de las ITS/VIH/SIDA, donde se evalúan y precisan las acciones estratégicas a seguir por cada uno de los factores implicados.

98. ¿Las personas que viven con VIH/SIDA en Cuba tienen la misma situación que las del resto de los países?

NO. En Cuba existen leyes que protegen a las personas que viven con el VIH, regulaciones que las amparan y si sienten que su confidencialidad es violada pueden presentar su caso ante los tribunales. Tienen garantizado el acceso a los servicios públicos, la educación, el trabajo y la atención en salud como cualquier otro ciudadano. Toda la atención médica que reciben es gratuita; tanto el diagnóstico como la atención médica integral y el tratamiento que reciben estas personas corren a cuenta del Estado.

99. ¿Existe cura para el VIH/SIDA?

NO, todavía no existe cura para el VIH/SIDA, se está trabajando incansablemente en la creación de una vacuna, pero aún no se ha logrado. Las personas que viven con VIH/SIDA son tratadas con los medicamentos antirretrovirales, que alargan su vida, pero no los curan.

**LA ÚNICA CURA ES LA EDUCACIÓN Y MANTENER UNA CONDUCTA
SEXUAL RESPONSABLE PARA EVITAR CONTRAER LA ENFERMEDAD**

100. ¿A dónde se puede acudir para recibir más información?

- **A tu escuela,** a los Institutos Superiores Pedagógicos, ubicados en cada provincia, donde existen equipos de trabajo de Educación Sexual y Prevención de VIH/SIDA que te pueden atender.

- **A tu área de salud.**

- **Al Centro de Estudios sobre la Juventud (CESJ).** Avenida de las Misiones No. 53 entre Cuarteles y Peña Pobre, La Habana Vieja, Ciudad de La Habana.

- **Centro Prevención de ITS/VIH/SIDA.**

Consejería Cara a Cara.

Calle 27 no. 707 entre A y B. Vedado, Ciudad de La Habana.

Teléfono: 830-1606

Horario: 8:30 am a 12:30 pm

-Línea Ayuda.

Servicio telefónico confidencial y anónimo de información y apoyo psicosocial en ITS/VIH/SIDA.

Teléfono: 830-3156

Horario: 9:00 am a 9:00 pm.

-GPSIDA. Grupo de Prevención del SIDA, del sanatorio de Santiago de las Vegas.

Carretera al Rincón Km 1 ½, Reparto Los Cocos, Santiago de las Vegas, Ciudad de La Habana.

Teléfonos: 57-9310 y 57-9311

Horario: 8:30 am a 12:30 pm.

-Centro Provincial de Higiene y Epidemiología. Consejería en SIDA y otras ITS.

Ave. 31 y 76, Marianao, Ciudad de La Habana.

Horario: 8:30 am a 12:30 pm.

-Direcciones municipales y provinciales de Higiene en cada territorio.

-También a través de la FMC y la UJC te pueden orientar a donde acudir.

BIBLIOGRAFÍA

Acción Ciudadana Contra el SIDA (ACCSI): *Guía para el uso de medicamentos Antiretrovirales.* Segunda edición, Venezuela, noviembre, 2002.

ALBEAR DE LA TORRE, OSCAR Y LIC. IRIS LUGO GARRO: *Conviviendo con VIH.* Manual dirigido a las familias de las personas que viven con VIH/SIDA en Cuba. La Habana, 2003.

Consejo Nacional de Población: *Sistema integral para el desarrollo de la familia.* Sexualidad Adolescente, 1994.

GONZÁLEZ ALICIA y otros: *Hacia una sexualidad responsable y feliz.* Documento Teórico Metodológico, Colección Educación Sexualidad. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1997.

Informe Lacaso (Informe sobre la situación de los derechos humanos de las personas que viven con VIH/SIDA, PVVS, y acceso a la atención integral y de los tratamientos antirretrovirales en América Latina y el Caribe), Washington D.C., octubre, 2002.

Informe sobre la epidemia mundial de VIH/SIDA. Versión española, julio, 2002.

JIMÉNEZ SANDOVAL, OMAIDA y otros: *Conociendo sobre VIH/SIDA.* Manual para el personal de salud y médicos de la familia de Cuba. La Habana, 2003.

KOURÍ FLORES, JUAN B.: *Biología general, 10mo grado.* Primera reimpresión, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1979.

Los jóvenes y el VIH/SIDA. Una oportunidad en un momento crucial. Julio, 2002.

MINSAP-ONUSIDA: *Plan Estratégico Nacional ITS/VIH/SIDA*, 2001-2006.

Oficina Nacional de Estadística: *Perfil estadístico de la Mujer Cubana en el Umbral del siglo XXI*, febrero, 1999.

**Organización Panamericana de la Salud, Oficina Sanitaria Panamericana.
Organización Mundial de la Salud: *Promoción de la Salud Sexual*.
Recomendaciones para la Acción, Guatemala, mayo, 2000.**

***Prevención de la infección con el VIH*. Promoción de la salud reproductiva: respuesta del UNFPA 2003. Revista.**

UNFPA: *Estado de la población mundial 2003*. Inversiones en su salud y sus derechos, 2003.

***Viviendo con VIH*. Centro Nacional de Prevención del VIH/SIDA.**