



Tratamiento temprano contra el VIH: Por qué no debe esperar

El tratamiento temprano ayuda a las personas con VIH a vivir vidas prolongadas y más saludables. Es hora de conocer la realidad y pensar en iniciar el tratamiento ya.

La infección del VIH es una enfermedad permanente. De no tratarse, puede progresar y convertirse en SIDA.

- Al menos que algo mantenga al VIH bajo control, este se multiplica dentro de su organismo, matando las células CD4 y debilitando sus sistema inmunológico.
- Al principio usted puede sentirse bien, pero si el VIH no se trata, con el tiempo destruye el sistema inmunológico causando enfermedades graves y la muerte.
- Si usted tiene VIH, hay dos pruebas que debe realizarse regularmente:
 - ✓ Una prueba de carga viral, que muestra la cantidad de VIH que está circulando en su sangre.
 - ✓ Una prueba de CD4, que muestra cuan bien está resistiendo su sistema inmunológico.
- El tratamiento temprano puede impedir que el VIH progrese rápidamente y suspende daños futuros a su sistema inmunológico.

El tratamiento temprano le ayuda a permanecer saludable y vivir más tiempo.

- Si tiene VIH, un medicamento llamado terapia antiretroviral (abreviado: ART) puede disminuir el daño a su cuerpo. ART a veces también es llamado HAART, para terapia antiretroviral altamente activa.
- Actualmente, el tratamiento contra el VIH es más fácil de seguir y tiene menos efectos secundarios.
- Si usted empieza el ART temprano, tiene menos probabilidad de desarrollar SIDA y otras afecciones de salud graves que el VIH puede causar.
- El ART también ayuda a reducir su posibilidad de transmitir VIH a otras personas.

Obtenga cuidado y empiece el tratamiento tan pronto como pueda.

- Si tiene VIH, no espere; obtenga atención médica. Para hallar un médico especializado en VIH, llame al 311.
- En su próxima visita, hable con su proveedor de atención médica acerca de iniciar el tratamiento para el VIH.
- Empezar el ART temprano – y seguirlo – ayuda a las personas con VIH a vivir vidas más prolongadas y más saludables.

Mitos acerca del tratamiento contra el VIH

1. “No me siento enfermo, entonces no necesito tratamiento”.

FALSO.

No espere enfermarse para iniciar el tratamiento.

- El tratamiento temprano con la terapia antiretroviral (ART) mantiene su recuento de CD4 ALTO y su carga viral BAJA.
- Ayuda a proteger contra las infecciones y otros problemas de salud, incluyendo enfermedades cardiacas, del hígado, renales y ciertos cánceres.

Los medicamentos para el VIH mantienen su recuento de CD4 alto y su carga viral baja.



2. “Mis recuentos de CD4 continúan bien altos – todavía no hay necesidad de empezar un tratamiento”. FALSO.

No espere hasta que su recuento de CD4 baje demasiado.

- Hoy en día los médicos recomiendan iniciar el ART cuando el recuento de las CD4 es menor de 500.
- Usted se puede beneficiarse del tratamiento incluso si su recuento es MÁS de 500. Hable con su proveedor de atención médica sobre qué es lo indicado para usted.

3. “Estoy embarazada, así que el tratamiento tendrá que esperar”. FALSO.

Las mujeres embarazadas con VIH deben iniciar un tratamiento inmediatamente.

- Si usted está embarazada o planifica un embarazo, el ART mejorará su salud y reducirá en gran medida la posibilidad de que su bebé nazca con VIH.

4. “Me cuido muy bien. Hago ejercicios y como sano. Estaré bien sin tratamiento”. FALSO.

Solo el ART puede combatir la infección del VIH.

- Es importante que las personas con VIH se cuiden bien su salud (lea [Pasos adicionales que Puede Dar para Mantenerse Saludable](#)).

Pero solo el ART puede tratar la infección del VIH reduciendo el virus y fortaleciendo el sistema inmunológico. Y un sistema inmunológico más fuerte significa que usted puede mantenerse saludable y vivir más tiempo.

5. “Los medicamentos para el VIH tienen efectos secundarios perjudiciales. Y tendré que tomar demasiadas píldoras”. FALSO.
Los medicamentos contra el VIH son más fáciles de tomar de lo que eran antes.

- Los medicamentos de hoy en día tienen menos probabilidades de causar cambios en la salud corporal y otros efectos secundarios. Y las píldoras son más fáciles de tomar. Incluso usted puede tomar una píldora al día.
- Si para usted es difícil recordar cuando tomar su medicamento, su proveedor de atención médica o farmacéuta puede ayudarlo con recordatorios, tales como las alarmas. O usted puede inscribirse en un programa que ayude a las personas a tomar los medicamentos.

6. “Está bien participar y no participar en el ART”. FALSO.
El medicamento contra el VIH se debe tomar diariamente como se recetó.

- Si no toma una dosis, su medicamento dejará de funcionar. Su recuento de CD4 disminuirá y su carga viral aumentará.
- Además usted puede desarrollar un VIH resistente a los medicamentos, que es más difícil de tratar.

7. “Si estoy tomando el ART, no puedo transmitir el VIH”. FALSO.
Los medicamentos contra el VIH reducen en gran medida sus probabilidades de transmitir a otros el VIH – pero todavía puede ocurrir.

- Es importante comprender que el ART no cura el VIH y aún puede transmitirlo.
- Incluso si está tomando medicamentos, y su carga viral es bien baja o hasta indetectable, es esencial estar seguro – practique el sexo más seguro (si piensa tener relaciones sexuales, siempre use un condón de látex) y use agujas limpias si se inyecta drogas.

8. “No puedo pagar por el tratamiento, así que tendré que prescindir de él”. FALSO.
¡Hay ayuda disponible!

- El estado de Nueva York ofrece programas y opciones de seguros para ayudarlo a pagar por los medicamentos. (lea [Más Información y Ayuda](#)).
- Nadie tiene que privarse del tratamiento porque no pueden pagarlo.

***Tratamiento temprano contra el VIH –
¡el poder de mantenerse saludable y vivir más tiempo!***

Pasos Adicionales que Puede dar Para Mantenerse Saludable

- **Coma una dieta saludable** y esté físicamente activo.
- **Deje de fumar.** Para obtener ayuda, llame al 311 y pregunte acerca del *Smokers' Quitline*.
- **Obtenga ayuda para la depresión**, o para problemas con el alcohol y las drogas. Hable con su proveedor de atención médica o llame al 311 y pregunte acerca de LifeNet (lea **Más Información y Ayuda**).
- **¡Permanezca Seguro!** Nunca tenga relaciones sexuales sin usar un condón de látex, reduzca su número de parejas, y nunca comparta jeringuillas o instrumentos. Usted puede transmitir el VIH, incluso si su carga viral no es detectable.
- **Hágase la prueba regularmente** para otras enfermedades de transmisión sexual. Tener otra ETS puede dificultar el control del VIH.

Más Información y Ayuda

- **Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York:**
<http://nyc.gov/html/doh/html/ah/hiv-care-treatment-and-housing.shtml>.
- **Números telefónicos útiles:**
 - Línea Directa de Información sobre el VIH (800) 541-AIDS
 - NYS Medicaid Managed Care (800) 505-5678
 - HIV Uninsured Care Program (800) 732-9503
 - AIDS Drug Assistance Program (800) 542-2437
- **Para información acerca del VIH y otras ETS, incluyendo dónde recibir pruebas gratis, llame al 311 o visite nyc.gov/std.**
- **Para obtener ayuda con problemas de depresión, alcohol y drogas, o para hallar un programa de intercambio de agujas:**
Llame al 311 o a LifeNet: 800-LifeNet (800) 543-3638
 - LifeNet en español: 877-AYÚDESE (877) 298-3373
 - LifeNet asiático (mandarín, cantones y coreano): (877) 990-8585
- **Boletines de Salud: Llame al 311 o visite nyc.gov/health:**
 - #78 **DETENGA EL VIH EN NYC**
 - #47 **NYC Condoms: Consíguelos**



Esta publicación fue patrocinada por la subvención número H89HA00015 del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Servicios y Recursos de Salud, Oficina de VIH/SIDA (HRSA).