

¿Qué es el SIDA?

SIDA quiere decir Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida:

El **síndrome** es un conjunto de problemas relacionados con la salud que conforman una enfermedad en un estado avanzado. **Inmunodeficiencia** se refiere a la debilidad del sistema inmunitario que le impide hacer frente a determinadas enfermedades. Y **adquirida** se refiere a que cualquier persona puede adquirirla, contraerla o infectarse.

Entonces, ¿qué causa el SIDA?

El SIDA es causado por un virus llamado VIH: Virus de Inmunodeficiencia Humana, cuya incontrolada replicación puede conducir a dicho estado avanzado. Cuando una persona se infecta con el VIH, su cuerpo tratará de hacer frente a la infección produciendo unas proteínas especiales llamadas "anticuerpos", cuya función es destruir el VIH y evitar su replicación.

Popularmente se habla de la 'prueba del VIH o del SIDA', pero este término no es del todo apropiado, ya que la prueba conocida como 'ELISA' es un análisis que se realiza para detectar la presencia de los anticuerpos, que son un indicativo específico de la existencia del VIH, no del SIDA (Véase *InfoVIHtal#32: Análisis del VIH*).

Por tanto, ser VIH positivo o vivir con VIH no es lo mismo que tener SIDA. Muchas personas que viven con VIH pueden estar muchos años sin progresar a SIDA.

A medida de que el VIH continúa replicándose, el virus debilita el sistema inmune ya que el VIH requiere de las células humanas para crear nuevos virus. Los virus, parásitos, hongos y bacterias que en situaciones normales no causarían mayores problemas pueden aprovecharse de que el sistema inmune está dañado para diseminarse por el cuerpo, y por eso estas enfermedades se conocen como "infecciones o enfermedades oportunistas". Por tanto, podríamos decir que la constante replicación del VIH, el consecuente daño en el sistema inmunitario causado por el VIH y las enfermedades oportunistas que aprovechan la debilidad inmune conforman entonces el síndrome del SIDA.

¿Cómo se adquiere el SIDA?

Como ya hemos indicado previamente, el SIDA "no se adquiere", ya que es un síndrome, sino que primero habría que infectarse con VIH y luego podría desarrollarse el SIDA. El VIH se puede adquirir o contraer a través de relaciones sexuales no protegidas con cualquier persona que esté infectada, aunque no parezca estar enferma o no haya obtenido aún un resultado positivo del análisis del VIH. La sangre, los fluidos vaginales, el semen y la leche materna de personas infectadas por VIH contienen suficiente cantidad de virus como para infectar a otras personas. Otras vías también comunes de transmisión son:

- Compartir jeringuillas (para inyectarse drogas).
- Contacto con la sangre materna durante el parto o después al tomar leche materna.

Hasta la fecha no se ha documentado ningún caso de infección por VIH a través de las lágrimas o la saliva. Por su parte, se ha demostrado que el sexo oral es la actividad menos arriesgada de todas las relacionadas con la práctica sexual. Sin embargo, no está exento de cierto riesgo, especialmente si existen pequeñas heridas en la boca o encías sangrantes que pueden servir de puerta de entrada del VIH y otras enfermedades de transmisión sexual (Véase *InfoVIHtal#15: Sexo oral*).

¿Qué hago si soy VIH positivo?

Es posible que te hayas infectado con el VIH y no lo sepas (Véase *InfoVIHtal#1: Recién diagnosticado*). Algunas personas pueden manifestar fiebre, dolores de cabeza, dolores musculares y articulares, dolor estomacal, inflamación de los ganglios linfáticos o erupciones cutáneas durante una o dos semanas, parecido a una gripe, mientras otras no manifiestan síntomas. (Véase *InfoVIHtal#6: Infección primaria del VIH*).

Una vez que el virus entra en el organismo se multiplicará a lo largo de varias semanas o meses antes de que el sistema inmune responda. Durante este período, la prueba de VIH no dará positivo, aunque existe riesgo de transmitir el virus a otras personas.

Cuando el sistema inmune responde, comienza a producir anticuerpos y a partir de entonces es cuando se puede obtener un resultado positivo al VIH. Después de estos primeros síntomas de "gripe", muchas personas VIH positivas se pueden mantener saludables por diez años o más, aunque durante este tiempo, el VIH puede seguir dañando el sistema inmune.

Una manera de saber cuál es el grado de daño causado al sistema inmune es mediante el recuento de células CD4, también llamadas células "T CD4 o cooperantes", que son una parte importante del sistema inmune. Las personas completamente sanas tienen entre 500 y 1.500 células CD4 por mililitro de sangre. (Véase *InfoVIHtal#2: Células del sistema inmunitario*).

Sin tratamiento, es muy probable que el recuento de células CD4 disminuya y aparezcan síntomas relacionados con el VIH, como fiebre, sudores nocturnos, diarrea e inflamación de los ganglios linfáticos. Si se deben a la progresión del VIH, estos problemas podrían durar algo más que unos pocos días y probablemente continúen por varias semanas.

¿Cómo sé si tengo SIDA?

Como hemos indicado, el VIH se transforma en SIDA cuando el sistema inmune se ve muy afectado o dañado:

1. Cuando el recuento de células CD4 es menor a 200 células/mm³ o si el porcentaje de células CD4 sobre el total del recuento de linfocitos está por debajo de 16% se establece como estadio de SIDA.
2. Al desarrollar alguna infección oportunista como:
 - PCP (neumonía por *Pneumocystis*), una infección pulmonar.
 - TB (*Mycobacterium tuberculosis*). (Véase *InfoVIHtal#22: Tuberculosis*).
 - SK (sarcoma de Kaposi), un cáncer de piel.
 - CMV (Citomegalovirus), una infección que generalmente afecta a los ojos.
 - Candidiasis, una infección por hongos que puede afectar a la boca, la garganta o la vagina. (Véase *InfoVIHtal#29: Candidiasis*).

Las enfermedades relacionadas con el SIDA también incluyen pérdida grave de peso, tumores cerebrales y otros problemas de salud. Sin tratamiento, estas infecciones oportunistas pueden causar la muerte.

El SIDA se manifiesta de manera diferente en cada persona. Algunas personas mueren varios meses después de haberse infectado mientras que otras tienen vidas prácticamente normales por muchos años, aun después de obtener un diagnóstico "oficial" de SIDA. Un pequeño porcentaje de personas con VIH se mantiene saludable por muchos años aún sin tomar fármacos antirretrovirales (medicamentos que detienen la replicación del VIH).

¿Existe una cura para el SIDA?

En estos momentos no hay una manera de eliminar el VIH definitivamente, aunque disponemos de antirretrovirales que detienen la reproducción del VIH y demoran el daño producido al sistema inmune, (Véase: *InfoVIHtal#3: Terapia Anti-VIH*).

Los nuevos y más potentes antirretrovirales han contribuido a reducir la cantidad de infecciones oportunistas, aunque algunas de ellas continúan siendo muy difíciles de tratar. Otros fármacos pueden ayudar también a prevenir la aparición de infecciones oportunistas (Véase *InfoVIHtal#13: Prevenir infecciones*).