



ONUSIDA
PROGRAMA CONJUNTO DE LAS NACIONES UNIDAS SOBRE EL VIH/SIDA

ACNUR
UNICEF
PMA
FNUID
UNFPA
ONUDD
OIT
UNESCO
OMS
BANCO MUNDIAL

Información básica sobre el asesoramiento y las pruebas del VIH

¿Qué es una prueba del VIH?

Es una prueba que revela si el VIH está presente en el cuerpo. Las pruebas del VIH que se realizan habitualmente detectan los anticuerpos que produce el sistema inmunitario en respuesta al virus, dado que son mucho más fáciles de detectar que el propio virus y el coste de las pruebas es menor. El sistema inmunitario produce anticuerpos como respuesta a una infección.

En la mayoría de las personas, los anticuerpos tardan tres meses en desarrollarse. En casos poco comunes pueden tardar hasta seis meses. Durante este "periodo silente" la persona es altamente contagiosa.

¿Cuánto debo esperar tras una posible exposición para realizarme las pruebas del VIH?

Generalmente se recomienda esperar tres meses. Aunque las pruebas de anticuerpos del VIH son muy precisas, existe un "periodo silente", de 3 a 12 semanas, que transcurre entre el momento de la infección y la aparición de anticuerpos detectables. En el caso de las pruebas más exactas que se recomiendan actualmente, el periodo silente es de unas tres semanas. Si las pruebas son menos precisas, el periodo puede ser mayor.

Durante el periodo silente, las personas infectadas por el VIH no tienen en su sangre anticuerpos que puedan detectarse mediante una prueba del VIH. Sin embargo, puede que los niveles de VIH en los fluidos corporales, como la sangre, el semen, los flujos vaginales o la leche materna, ya sean altos. El VIH se puede transmitir durante el periodo silente aunque una prueba del VIH no muestre que se esté infectado.

¿Por qué debo hacerme las pruebas del VIH?

Conocer el estado serológico tiene dos ventajas de vital importancia. En primer lugar, si las pruebas resultan positivas, se pueden tomar las medidas apropiadas para acceder a los servicios de tratamiento, atención y apoyo antes de que aparezcan los síntomas, lo que supondrá posiblemente un aumento considerable de los años de vida.

En segundo lugar, se pueden tomar las precauciones necesarias para evitar la transmisión a otras personas.

En tercer lugar, puede que los proveedores de atención sanitaria lo recomienden en el caso de mujeres embarazadas como medida de protección para el feto y en el de algunas personas que sienten malestar, con el fin de obtener una evaluación médica más precisa.

¿Dónde puedo hacerme las pruebas?

Las pruebas del VIH se pueden realizar en muchos sitios: el consultorio de un médico privado, un centro de salud local, hospitales, dispensarios de planificación familiar y lugares especialmente habilitados para realizar las pruebas. En cualquier caso, se debe intentar acudir a lugares que también proporcionen asesoramiento. Algunas comunidades disponen de asesoramiento y pruebas en los hogares, que pueden incluir desde asesoramiento a parejas hasta apoyo para garantizar la confidencialidad del resultado de las pruebas.

¿Son confidenciales los resultados de mis pruebas?

Los resultados de las pruebas del VIH deben mantenerse en una confidencialidad absoluta.

Consentimiento

Antes de someterse a una prueba del VIH, se debe dar consentimiento informado. Idealmente esto se debe hacer de manera individual, en privado y en presencia de un proveedor de atención sanitaria. Esto implica que el proveedor debe proporcionar al paciente información previa y permitirle realizar preguntas para resolver sus dudas.

Confidencialidad

Hay diferentes tipos de pruebas disponibles:

Prueba confidencial del VIH: los profesionales médicos que llevan a cabo las pruebas del VIH guardan los resultados de manera confidencial dentro de los historiales médicos. Los resultados no se pueden mostrar a otras personas a menos que el afectado dé su consentimiento por escrito.

Prueba anónimas del VIH: el nombre del paciente no se utiliza para realizar la prueba. En su lugar, se asigna un código o un número para que la persona pueda recibir el resultado. No se guarda ningún documento que la relacione con la prueba.

Es recomendable compartir el resultado de las pruebas con personas cercanas, como familiares, cuidadores y amigos de confianza.

Sin embargo, debe tenerse cuidado a la hora de revelar los resultados, dado que podría dar lugar a discriminación en contextos de asistencia sanitaria, profesional y social. Por lo tanto, compartir los resultados queda a discreción de la persona que se hace las pruebas. Aunque los resultados deben ser confidenciales, algunos profesionales, como los asesores y los trabajadores de los servicios sociales y sanitarios, también deben saber si la persona es seropositiva para prestarle la atención adecuada.

Asesoramiento

Toda persona que se somete a las pruebas del VIH debe recibir asesoramiento al recibir los resultados, independientemente de si resultan positivos o no. El asesoramiento previo a las pruebas constituyó un elemento esencial en el origen de las pruebas y el asesoramiento voluntarios, diseñado para ayudar a los pacientes a evaluar otros riesgos personales y a identificar estrategias prácticas para afrontar los resultados. Este modelo considera el asesoramiento y las

pruebas como una estrategia de prevención primaria y secundaria ya que reducen el riesgo de exposición al VIH y la transmisión posterior. Sin embargo, en muchos entornos la información previa a las pruebas dirigida a grupos está sustituyendo a la individual.

¿Qué debo hacer si tengo el VIH?

Gracias a los nuevos tratamientos, muchas personas seropositivas tienen una vida más larga y saludable. Es muy importante garantizar que el médico al que se acude sabe como tratar el VIH. Un profesional de atención de salud o un asesor con conocimientos sobre el VIH puede ofrecer asesoramiento y ayudar a encontrar un médico adecuado.

El apoyo *inter pares* puede resultar muy útil para tratar el VIH, por eso se aconseja consultar a los asesores.

Además, las siguientes recomendaciones pueden ayudar a llevar una vida saludable:

- Seguir las instrucciones de los médicos. Acudir a las consultas. Si el médico prescribe un medicamento, tomarlo del modo indicado.
- Vacunarse para prevenir infecciones como la neumonía o la gripe (tras consultar al médico).
- Seguir una dieta saludable y beber agua potable.
- Hacer ejercicio regularmente para mantenerse en forma.
- Descansar y dormir lo suficiente.

Asimismo, se debe intentar:

- Acceder a asesoramiento individual para recibir información sobre prevención, atención y tratamiento.
- Buscar apoyo y asesoramiento para revelar el estado serológico a las parejas.
- Animar a las parejas y los hijos a acceder al asesoramiento y las pruebas del VIH.
- Seguir los consejos del médico sobre seguridad en las relaciones sexuales y la reducción de riesgos.
- Acudir a revisiones médicas y, en su caso, seguir el tratamiento para otras enfermedades, como la tuberculosis, la malaria y otras infecciones de transmisión sexual.

Es importante que las mujeres embarazadas reciban información sobre la prevención de la transmisión maternoinfantil y asesoramiento sobre la alimentación lactante.

¿Qué significa que las pruebas del VIH den negativo?

Que el resultado sea negativo significa que no se han encontrado anticuerpos contra el VIH en la sangre en el momento de realizar las pruebas. Si una persona es seronegativa, debe asegurarse de seguir siéndolo informándose sobre la transmisión del VIH y evitando comportamientos de riesgo. (vease [“Hoja informativa sobre la prevención del VIH”](#) para más información”

Sin embargo, todavía existe la posibilidad de estar infectado, ya que el sistema inmunitario puede tardar hasta tres meses en producir un número de anticuerpos suficiente para ser detectados en un análisis de sangre. Se recomienda repetir los análisis más adelante y, entre tanto, tomar las precauciones necesarias. Durante el periodo silente, la persona es altamente contagiosa y, en consecuencia, debe tomar medidas para evitar transmitir el virus.