

TRANSMISIÓN DEL VIH

La transmisión del VIH se produce cuando entran en **contacto directo**:

- un fluido infectado por el VIH y con capacidad de transmitir dicho virus
- y una puerta de entrada al torrente sanguíneo.

Los **fluidos** con capacidad infecciosa son: la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna.

Las heces, el fluido nasal, la saliva, el sudor, las lágrimas, la orina o los vómitos (a no ser que contengan sangre) no transmiten el VIH.

Las **puertas de entrada** al virus son: las mucosas (revestimiento interior de la boca, vagina, pene y recto) y las rupturas de la piel (herida abierta y profunda).

Los padrastros, arañazos, rozaduras, granitos, heridas cicatrizadas o con costra... son lesiones superficiales que no representan una vía de entrada para el virus.

Siempre que entre en contacto directo un fluido capaz de transmitir el VIH con una puerta de entrada al virus, se considera una **situación o práctica de riesgo**.

Vías de transmisión del VIH

Las vías de transmisión del VIH son:

- Vía sexual: relación sexual con penetración anal, vaginal u oral activa (para quien recibe los fluidos en la boca), sin preservativo o con rotura del mismo. Cuando una persona presenta otras ITS el riesgo de infección por VIH aumenta.
- Vía sanguínea: acceso de sangre infectada al torrente sanguíneo por el intercambio de objetos cortantes o punzantes.
- Vía materno- filial (transmisión vertical: durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Sólo existen estas tres vías de transmisión. El VIH no se transmite en actividades diarias como: besar, abrazar, dar la mano, compartir comida, el baño, la ducha, la piscina, la ropa...; ni tampoco por la picadura de un insecto.

Vías de transmisión

Vía sanguínea

El VIH se puede transmitir a través de objetos cortantes o punzantes que han estado en contacto con sangre infectada.

El virus se transmite al **compartir instrumentos** como:

- **Jeringas, agujas, material inyección** (el riesgo es muy alto si conservan sangre reciente).
- **Instrumentos cortantes.** Por ejemplo instrumentos utilizados para tatuajes, acupuntura o piercing.

En el caso de las **heridas**, el riesgo de transmisión es remoto. Si cae sangre (u otro fluido infectante) sobre:

- piel que está intacta, o sobre una herida cicatrizada o superficial como un padastro, no hay riesgo de transmisión.
- incluso tratándose de heridas abiertas, la probabilidad de transmisión es muy remota. Habría que valorar el grado de exposición al fluido infectante y la profundidad de la herida. Como precaución, se deben cubrir las heridas si se prevé un posible contacto.

Contacto casual con sangre: fuera del organismo el VIH se inactiva con facilidad. Al salir del organismo, el VIH pierde su capacidad de replicarse y se inactiva en poco tiempo.

No hay riesgo de infectarse por mordeduras de animales domésticos, ni picaduras de insectos.

Vía sexual

El VIH se transmite en las relaciones sexuales con penetración (sin preservativo) que impliquen:

- Coito vaginal
- Coito anal
- Sexo oral

Cabe **puntualizar** que:

- La **penetración anal o vaginal** conlleva más riesgo que el sexo oral.
- La penetración anal conlleva mayor riesgo que la vaginal porque la mucosa rectal es más frágil.
- El VIH se transmite con mayor facilidad **de hombre a mujer** que viceversa.
- El riesgo aumenta si hay **heridas** o la zona de contacto está irritada o inflamada. La **presencia de sangre** (menstrual o no) también aumenta el riesgo.

El sexo oral es una práctica de riesgo para la persona activa si se lo realiza a una persona infectada, al poner en contacto su mucosa bucal con el semen/flujo (o sangre) de la

otra persona. El riesgo se elimina usando correctamente **métodos de barrera que impidan dicho contacto**. El riesgo varía en el sexo oral:

- **Felación** (estimulación del pene con la boca). El riesgo se reduce mucho si no hay eyaculación en la boca ni heridas en la mucosa bucal. Para evitar riesgos es necesario usar preservativo.
- **Cunnilingus** (estimulación de genitales externos femeninos con la boca). Conlleva menos riesgo que la felación. El riesgo aumenta si hay presencia de sangre. Para evitar cualquier tipo de riesgo es necesario usar preservativos abiertos, toallitas de látex o protectores de plástico.
- **Annilingus** (estimulación del ano con la boca). Existe riesgo de transmisión del VIH si hay sangre en heces o en zona anal (hemorroides, fístula...), pero no se han descrito casos. En cualquier caso también se recomienda el uso de métodos de barrera -como preservativos abiertos en su longitud o toallitas de látex- ya que el annilingus está relacionado con la transmisión de otras infecciones como la sífilis, la hepatitis y algunas parasitosis.

En principio, el sexo oral no supone riesgo para la persona a quien se lo practican, ya que el VIH no se transmite a través de la saliva.

El uso de **juguetes sexuales sólo presenta riesgo si se intercambian**. Consoladores, vibradores, bolas chinas, etc., utilizados durante la estimulación anal/vaginal, no deben intercambiarse y si se hace, debe utilizarse un preservativo distinto para cada persona.

A nivel general, se establece una división entre **prácticas sexuales en función de su nivel de riesgo de transmisión del VIH**:

Prácticas de alto riesgo	Prácticas de menor riesgo*
Penetración anal sin preservativo	Felación sin eyaculación sin preservativo
Penetración vaginal sin preservativo	Cunnilingus sin método de barrera
Felación con eyaculación en la boca	Beso negro o annilingus sin método de barrera

*Aunque **no se encuentran totalmente exentas** de riesgo.

Vía materno infantil o vertical

El VIH se transmite de madre a hijo/hija durante:

- El embarazo (a través de la placenta)
- El parto
- La lactancia

Embarazo: el VIH es capaz de atravesar la placenta e infectar al feto. Por otro lado, los anticuerpos contra el VIH también pueden atravesar la placenta, de forma que se pueden encontrar en la sangre del recién nacido sin que eso signifique que esté infectado (lo mismo sucede con otros anticuerpos).

Parto: el recién nacido puede infectarse al final de la gestación o en el parto. El mecanismo de esta infección se produce a través de las secreciones vaginales o sangre de la madre que se favorece por las contracciones uterinas durante el parto.

Lactancia: al igual que otros virus, como el citomegalovirus, el VIH es capaz de excretarse a través de la leche e infectar al niño/a. Se desaconseja pues la lactancia materna si la madre es VIH+.

El VIH no se transmite por...

- **Fluidos** como lágrimas, sudor, tos, saliva, estornudos, mucosidades, orina, lágrimas..., aunque puedan contener sangre, semen o flujo vaginal en una cantidad que no sea perceptible a simple vista.
- Los **animales** ni padecen ni transmiten el VIH porque es un virus exclusivo de la especie humana.
- Compartir **espacios** (oficina, colegio, gimnasio, vivienda...) y **objetos** de uso común en la vida escolar, laboral o social: cubiertos, vasos, alimentos, ropa, muebles, teléfonos... (aunque estos pudieran contener sangre, semen o flujo vaginal en una cantidad que no sea perceptible a simple vista).

La transmisión del virus tiene lugar a través de un intercambio de fluidos de persona a persona, sin objetos intermedios como las manos, el preservativo u objetos ambientales como pueden ser: textiles, celulosas, comida o bebidas, jabones, champú, cremas...