

## ¿Y en qué consiste la prueba del VIH?

La prueba del VIH es la única forma fiable de saber si una persona está o no infectada por el VIH.

Las pruebas de diagnóstico del VIH que se emplean habitualmente miden, mediante un sencillo análisis de sangre, los anticuerpos que genera el organismo frente al VIH.

La prueba del VIH es voluntaria y gratuita, deben asesorarle antes y después de su realización, y su resultado es confidencial.

Puede encontrar más información sobre las distintas pruebas en el apartado VIH/sida de la página web [www.msc.es](http://www.msc.es)

## ¿Cuándo hay que hacerse la prueba del VIH?

Si cree haber tenido una práctica de riesgo no debe esperar: acuda a su médico/a o centro sanitario, donde valorarán su caso, le indicarán la prueba y, en caso de obtener un resultado negativo, le dirán si debe repetírsela y cuándo.

El sistema inmunitario tarda un tiempo en producir anticuerpos suficientes para ser detectados por la prueba, y este tiempo no es igual para todas las personas. Al tiempo en el que se puede obtener un resultado negativo aún estando infectado se le conoce a menudo como "período ventana". Generalmente se tarda entre 2 y 8 semanas tras la infección en desarrollar anticuerpos detectables, y casi todas las personas los han generado a los 3 meses de la práctica de riesgo.



## ¿Porqué ya no se recomienda esperar

### 3 meses para hacerse la prueba del VIH?

Las pruebas disponibles detectan antes los anticuerpos.

Permite beneficiarse lo antes posible de un seguimiento médico y adoptar las medidas necesarias para evitar la transmisión de la infección a otras personas.

Las primeras semanas después de la infección (fase que se denomina primoinfección) la posibilidad de transmitir la infección es muy elevada. En la mayoría de los casos la infección se adquiere por contacto sexual con una persona que se ha infectado recientemente. Por eso es necesario reducir el tiempo que pasa desde que una persona se infecta hasta que se diagnostica.

La motivación para hacerse la prueba tiende a disminuir al pasar el tiempo desde el momento de la práctica de riesgo.

## ¿Dónde me puedo hacer la prueba del VIH?

La prueba del VIH se puede realizar en los centros sanitarios de la red pública de forma gratuita y confidencial:

- Centros de atención primaria: médico/a de cabecera.
- Centros de planificación familiar.
- Centros de enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Existen centros en algunas ciudades, generalmente centros de ETS, en los que la prueba se realiza, si se desea, de forma totalmente anónima y sin presentar ningún tipo de documentación.

Hay también algunas ONG que ofrecen la prueba en sus programas. Puede consultar un listado de ONG por comunidades autónomas en [www.red2002.org.es](http://www.red2002.org.es)

También se puede hacer en laboratorios de análisis clínicos.

Para saber dónde hacerse la prueba del VIH u obtener más información, puede llamar a los teléfonos que figuran en este folleto.

## ¿Qué es el VIH?

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es el causante de la infección y del sida. Destruye las defensas inmunitarias y hace que se padezcan infecciones, tumores y otras enfermedades.

## ¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH puede transmitirse en las relaciones sexuales sin preservativo, por compartir material de inyección y de madre a hijo/a durante el embarazo, el parto o la lactancia. No se transmite por besarse o acariciarse, ni en la convivencia en el domicilio, trabajo o escuela, y tampoco por compartir los cubiertos, los vasos o las instalaciones deportivas.

## ¿Cómo se previene la infección por VIH?

Usando preservativo en las relaciones sexuales con penetración con personas infectadas o que no se sabe si lo están. El uso del preservativo impide la transmisión sexual del VIH y otras infecciones de transmisión sexual, y además previene los embarazos no deseados.

Utilizando siempre material estéril y evitando el uso compartido de jeringuillas, agujas y otros útiles de inyección si se consumen drogas inyectadas.

Si está embarazada y tiene el VIH, hay tratamientos que reducen eficazmente el riesgo de transmisión del virus a su futuro hijo o hija durante el embarazo y parto. Una madre infectada no debe dar el pecho a su bebé.

## Entonces ¿todos/as debemos hacernos la prueba?

En España se hacen más de un millón de pruebas cada año, pero no es suficiente. Se estima que entre 30.000 y 40.000 personas están infectadas por el VIH y aún no lo saben, por ello, se recomienda hacerse la prueba a:

Todas las mujeres embarazadas o que piensen tener un/a hijo/a.

Todas las personas que han padecido alguna infección de transmisión sexual, tuberculosis o hepatitis.

Si tiene una pareja estable y quiere dejar de usar el preservativo en sus relaciones sexuales.

Todas las personas que hayan tenido cualquiera de las siguientes prácticas de riesgo:

- Relaciones sexuales con penetración (anal o vaginal, y también oral si hubo eyaculación) sin preservativo con una mujer o con un hombre con VIH.
- Relaciones sexuales con penetración (anal o vaginal, y también oral si hubo eyaculación) sin preservativo con diversas parejas o simplemente con una persona de quien desconocía si estaba infectada o no.
- Si ha compartido el material para inyectarse drogas (jeringuillas, agujas, cucharas, filtros...)

## PARA SABER DÓNDE HACERSE LA PRUEBA DEL VIH U OBTENER MÁS INFORMACIÓN, PUEDE LLAMAR A LOS SIGUIENTES TELÉFONOS:

### Información gratuita desde cualquier punto de España

Cruz Roja 900 111 000  
900 ROSA 900 601 601

### Información por comunidades y ciudades autónomas

Andalucía 900 850 100  
Aragón 976 715 266  
Asturias 985 338 832  
Balears 971 176 868 - 971 360 426  
Canarias 902 114 444 - 922 279 397  
Cantabria 942 207 745/732  
Castilla-La Mancha 900 111 000  
Castilla y León 983 413 600  
Cataluña 900 212 222  
Extremadura 900 210 994  
Galicia 881 542 914  
Madrid 900 111 000  
Murcia 900 706 706  
Navarra 848 423 396  
País Vasco 943 006 464  
La Rioja 941 291 197  
Comunidad Valenciana 900 702 020  
Ceuta 900 152 368  
Melilla 952 640 411



badanie jest odpowiedzią  
poddaj się badaniu  
proba de erantzuna  
egizu  
В ИЗСЛЕДВАНЕТО ШЕ НАМЕРИШ ОТГОВОРА  
НАПРАВИ ГО  
la prova es la resposta  
fá-ti  
检测消除疑虑  
请快行动吧  
o teste é a resposta  
fá-lo

**VIH/SIDA**  
**la prueba**  
**es la respuesta**  
**háztela**

la réponse est dans le test  
faites-le

التحليل سيعطيك الإجابة  
قم به

a proba é a resposta  
faina

a test is the answer  
take one

анали знеобходим  
сделайте его

analiza este răspunsul  
fă-ți testul

la prueba es la respuesta  
háztela

VIH  
SIDA

## Hay buenas razones para hacerse la prueba del VIH/sida

Cada vez es más frecuente que las nuevas infecciones aparezcan en personas que no son conscientes de haberse expuesto a ningún riesgo. Y en España el 77% de los casos es por haber tenido relaciones sexuales sin preservativo con otras personas a las que probablemente consideraron "sin riesgo".

Antes los tratamientos disponibles no eran tan eficaces como ahora. El diagnóstico precoz de la infección por VIH permite beneficiarse lo antes posible de un seguimiento médico y acceder a un tratamiento eficaz que mejora la calidad y la esperanza de vida.

Se ha demostrado que las personas que saben que están infectadas adoptan con mayor frecuencia las medidas necesarias para evitar la transmisión de la infección a otras personas. Los beneficios del diagnóstico van más allá del individuo, pueden evitar toda una cadena de nuevas infecciones. Más de la mitad de las nuevas infecciones provienen de personas que desconocen su infección.