



A series of fact sheets for women about HIV.

Una serie de hojas informativas para mujeres respecto del HIV

- 1 Prueba
- 2 Diagnostico Reciente
- 3 Sintomas
- 4 Tratamientos
- 5 Embarazo
- 6 Crianza

Produced by  
FPA Health and  
Multicultural  
HIV/AIDS Service  
based on material  
written by  
FPA Health &  
AIDS Council of  
NSW

Available from  
FPA Health  
Ph 8752 4300  
Fax 9716 6164

and  
MHAS  
Ph: 9515 3098  
Fax: 9550 6815

Se ha escrito poco sobre las necesidades y los temas que afectan a las mujeres que viven con el VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana), y todo lo que sabemos son los relatos que surgen de sus propias experiencias como así también de la de sus medico y de las personas a cargo de su salud. A pesar de que todas las personas reaccionan de diferente manera hacia este virus, se puede decir que existen síntomas comunes que afectan a la mayoría de las pacientes. Por ejemplo, los mas comunes son: transpirar por la noche y los hongos en la piel. También se pueden presentar síntomas específicos que afectan de manera particular a estas pacientes. A continuación examinaremos varios de estos síntomas y de estas reacciones, aunque hay que tener en cuenta que no todas las mujeres con el VIH desarrollarán los mismos síntomas.

Es importante por lo tanto tener un médico con experiencia en el VIH para así tratar y prevenir muchas de estas infecciones.

De acuerdo a las definiciones médicas el VIH es una enfermedad que progresa de un estado asintomático (que no muestra síntomas) a otro que incluye breves infecciones que varían en intensidad. Finalmente este problema se agrava de tal manera que se convierte en una situación en la cual la mujer cae presa de una o mas enfermedades que indican que el síndrome del VIH/SIDA ya está presente en el organismo. Muchas de estas enfermedades sin embargo son prevenibles y tratables.

En realidad muy pocas personas con el VIH sienten estos cambios de manera aguda y con clara distinción. Algunas pacientes experimentan solo una enfermedad o dolencia que indica que el VIH se está convirtiendo en SIDA, pero luego no vuelven a sufrir ningún síntoma por muchos años. Los síntomas generalmente aparecen y desaparecen y varían en su intensidad

Las infecciones continuas son una señal de que el sistema de defensas está ya debilitado y con poca capacidad para luchar en el organismo contra las bacterias y otros virus. Para las mujeres que viven con el VIH, un sistema de defensas débil atrae una serie de infecciones que generalmente aparecen en la boca, en el estómago, en los pulmones, en los genitales, ano o en la piel. Cabe recordar que estas infecciones pueden ser tratadas. Consulte con su médico sobre tratamientos profilacticos que son tratamientos y medicinas que la ayudarán a prevenir las infecciones comunes relacionadas con el VIH. Su médico debe examinar su sistema inmunitario o nivel de defensas para que así usted pueda saber exactamente como y cuando utilizar estas medidas de prevención mas eficazmente.

Esta examinación incluye los análisis de sangre que miden el nivel de sus células de defensas. Estas células son conocidas como : CD4 o célula T. Asimismo, a través de una prueba de sangre se podrá medir la Carga Viral. (la cantidad de virus que usted tiene).

El nivel de células CD4 indica la salud de su sistema inmunitario (sistema de defensas) y así se calcula

cuanto daño ha causado el virus a su organismo. Cuanto mas elevado es el nivel de sus células CD4 menor es el daño producido por el virus a su sistema de defensas. Por otro lado, la cantidad de virus en su sangre indica la carga viral que usted tiene en ese momento, es decir el grado de multiplicación del virus, como también la gravedad del daño causado en su sistema de defensas. Cuanto mas elevada es la carga viral, mas débil se encuentra su sistema de defensas.

### Cuidado personal

Muchas personas con el VIH, viven por muchos años sin un síntoma o enfermedad seria. Los tratamientos para este problema continúan mejorando cada día. Mas aún, las combinaciones de drogas farmacéuticas están siendo cada vez mas efectivas en la lucha contra el virus, como también en limitar el daño que este causa al organismo. Tratamientos naturistas, buena nutrición, ejercicios, descanso y una actitud saludable hacia la vida contribuyen a la resistencia del sistema inmunitario. Es mas, estas actividades aumentan su bienestar general y ayudan a combatir y a prevenir una cantidad de infecciones que la pueden afectar.

### Síntomas

Es importante indicar que las mujeres con el VIH experimentan las mismas condiciones y enfermedades ginecológicas que otras mujeres, la única diferencia es que las mujeres con el virus VIH tienden a contraer un mayor número de infecciones vaginales, incluyendo enfermedades de transmisión sexual que atacan con mas fuerza y duran mucho mas tiempo. Repetidas infecciones de hongos en la piel, inflamaciones en la pelvis y verrugas vaginales son solo algunos de los problemas comunes en mujeres con el VIH. Con tratamientos adecuados y diagnósticos tempranos estas enfermedades pueden ser tratadas sin mayor problema. Por otra parte, de no ser así, estos problemas pueden causar serias molestias y condiciones graves. A veces sucede que algunas de las infecciones vaginales mas comunes se convierten en problemas muy difíciles de tratar en las mujeres con el VIH. Para evitar esta situación es esencial que su médico la examine completamente y frecuentemente para poder combatir infecciones y problemas que no responden a tratamientos sencillos.

### Pérdida de peso

Debido a que el VIH vive también en la capa interna del estómago a este organo le resulta difícil la incorporación de alimentos. Asimismo, este virus aumenta la posibilidad de tener infecciones estomacales causando diarrea y mas pérdida de peso. Consultar con un nutricionista daría muy buen resultado y gran beneficio. El mantener un peso balanceado y músculos firmes ayuda al sistema inmunitario a mantenerse fuerte como también disminuye la multiplicación del virus. Esto se debe a que un tejido muscular de buen tono puede aumentar la resistencia contra las infecciones y acelerar la recuperación de su salud. Consulte con su médico o su terapeuta naturista sobre este tema.



## Cambios menstruales

Las mujeres con el VIH generalmente experimentan cambios en sus ciclos menstruales como por ejemplo, sangrado continuo, manchas de sangre, dolores agudos y períodos menstruales abundantes.

Muchas mujeres sienten estos cambios al inicio o al término de la toma de algún medicamento. El hecho de que su período se suspenda puede indicar que la dosis de sus medicamentos es muy alta. Si es este el caso consulte con su médico. Por otro lado la tensión nerviosa, el stress, la pérdida de peso y las drogas intravenosas también pueden afectar la intensidad y regularidad de su período. Los períodos menstruales abundantes pueden contribuir a una deficiencia de hierro que a veces termina en anemia. Una dieta rica en hierro como así también vitaminas suplementarias pueden aliviar este problema. Tratamientos con hierbas medicinales son también muy efectivos para el alivio de irregularidades menstruales. Además, la píldora anticonceptiva puede ayudar al control de las hormonas y a la regularidad del período mensual. Sin embargo, existen pruebas que indican que la píldora aumenta la presencia del VIH en los fluidos vaginales, lo que asimismo aumenta el riesgo de transmisión.

## Candidiasis

Los hongos vaginales son un problema común en las mujeres. Esta condición incómoda es causada por el crecimiento acelerado de un hongo llamado *Cándida* que generalmente vive en la vagina y en la capa interior del intestino. Para las mujeres con el VIH la frecuente reaparición de hongos indica ya un estado de infección en el avance del VIH, de no tratarse a tiempo se puede convertir en un problema grave. Los síntomas de candidiasis incluyen molestia y picazón en las áreas internas y externas de la vagina, como así también la aparición de un flujo blanco y cremoso que a menudo se lo ve con pequeñas bolitas. Los hongos también pueden manifestarse con dolores de estómago. Cuando afecta en la boca este problema aparece como una capa blanca sobre la lengua y con dolor en la garganta. Las pacientes con el VIH a menudo contraen candidiasis en la boca, en la vagina y en la garganta, y son problemas que llegan a veces a ser difíciles de tratar. Estudios médicos indican que la droga Fluconazole, es efectiva en la prevención y tratamiento de los hongos. La candidiasis en el cuello del útero o en la vagina de tipo menos persistente puede ser tratada con cremas médicas o con tabletas de *Acidophilus*.

El uso de ropa suelta y de algodón puede reducir la molestia que la candidiasis produce en el cuerpo.

Por otro lado la candidiasis en el esófago es una de las condiciones que define al SIDA y puede ser muy peligrosa. En este caso se tendrá que ver a un especialista.

## Herpes

Herpes es una familia de virus que puede causar una serie de infecciones y enfermedades a cualquier persona que tenga o no el VIH. En las personas con el VIH generalmente los síntomas del Herpes son más intensos y se mantienen en el organismo por más tiempo. Se cree que el Herpes tiene una interacción específica con el VIH, porque ambos virus atacan al sistema inmunitario.

*Herpes Simplex o Herpes Labial:* son unas ampollas que aparecen en el labio generalmente acompañadas con fiebre y que duran varios días. La mayoría de la población ha estado expuesta a este virus.

*Herpes Simplex II o Herpes Genital:* Aquí las ampolla aparecen en las áreas genitales o en la superficie del ano. Unos días antes de la aparición de las ampollas en la piel, los síntomas se podrían confundir con los de la gripe.

*Herpes Zoster o Culebrilla:* es una erupción en la piel que generalmente culmina en ampollas llenas de agua. El Herpes Zoster es generalmente causado por la reactivación de alguna vieja infección e indica que el sistema inmunitario está decayendo.

Los números telefónicos indicados son correctos al momento de publicación, pero cambian continuamente. Puede ser necesario verificar los números en la guía telefónica.

Todas las variedades del virus del Herpes son transmitidas por contacto oral o genital, con otra área infectada. El Herpes en general se puede tratar con Zovirax. Le recomendamos consultar con su médico sobre métodos de prevención para el Herpes. Pastillas de zinc, vitaminas "E" y "C" la pueden también ayudar a evitar este problema. Se recomienda una dieta rica en vitamina B, hierro y calcio para evitar la repetición del Herpes Zoster.

## Inflamación de la pelvis (PID)

PDI es una inflamación de la pelvis provocada por previas enfermedades venéreas (de transmisión sexual) que han sido mal o no tratadas como gonorrea o clamydias. A las mujeres con VIH, la inflamación pelviana las afecta con más frecuencia y más severamente. Algunas mujeres acarrean la enfermedad sin darse cuenta, aunque generalmente se presentan síntomas que apuntan a este problema, como por ejemplo, dolor en la parte posterior de la espalda, vientre doloroso, sangrado vaginal entre períodos, dolor pelviano bajo, dolor durante las relaciones sexuales, temperatura corporal alta (fiebre) y finalmente fatiga. De no ser tratada la inflamación pelviana puede causar infertilidad. Controle su salud y consulte con su médico si nota algunos cambios en su organismo.

## Cáncer del cuello del útero

Este cáncer es uno de los más grandes problemas de salud para las mujeres y afecta a un gran número de mujeres cada año. El cáncer del cuello del útero o displasia, es un tumor

maligno que crece en la pared del cuello uterino, sin embargo este cáncer es prevenible si es detectado a tiempo y tratado con eficacia. Estudios clínicos indican que las mujeres con VIH son más propensas a producir células anormales en el cuello uterino.

Además en estas mujeres las células anormales se convierten más rápidamente en tumores cancerosos. Con la detección temprana de las células anormales, estas mujeres pueden ser tratadas con eficacia, por eso es sumamente importante que se lleven a cabo exámenes ginecológicos con regularidad. La displasia ocurre con más frecuencia en mujeres que tienen el nivel de CD4 por debajo de los 400. De acuerdo a un estudio clínico realizado en 1993 la aparición de este cáncer en estado avanzado indica que el SIDA ya está presente en el organismo, en otras palabras, la displasia avanzada es una de las enfermedades que define al SIDA.

Por esta razón la prueba de Papanicolaou es verdaderamente esencial para que cualquier anomalía pueda ser detectada y tratada tempranamente. Se recomienda a todas las mujeres hacerse la prueba de Papanicolaou cada dos años, mientras que para las mujeres con VIH la frecuencia de este examen debe ser cada seis meses. En caso que la prueba indique que la mujer tiene displasia se tendrá que hacer entonces un examen especial del cuello del útero llamado colposcopia. Para mayor información sobre servicios de apoyo, lea *CONTACTS*, que es una guía en idioma inglés sobre servicios para la gente que vive con el VIH y SIDA. Esto lo puede conseguir llamando al teléfono (02) 9361 6750.

El Servicio Multicultural del VIH/SIDA cuenta con trabajadoras de habla hispana. Estas le podrán proveer información y apoyo tanto a usted como a su familia. Llámenos

al 02-9515 3098

Si desea utilizar el servicio de intérpretes llame al teléfono 131 450, por el costo de una llamada local. Solicite un intérprete en castellano y espere en la línea. Cuando el intérprete le conteste pídale que llame al servicio requerido y que le ayude a comunicarse con ellos. Todo lo que le diga al intérprete es totalmente confidencial y usted puede mantener su anonimato.