

¿Qué es el SIDA ?

Manual para agentes de salud



Originariamente publicado por la CMC - (ex Comisión Médica Cristiana)

1987 – Birgitta Rubenson

Primera revisión : 1988

Segunda revisión : 1995

Tercera revisión : 2003, Dr. Gesine Ruppert Mann

Programa de Salud Integral
Consejo Mundial de Iglesias

Todos los capítulos de este manual, incluidas las ilustraciones, pueden reproducirse o adaptarse libremente, ***a condición de que su distribución sea gratuita o sin fines lucrativos.***

Cualquier reproducción con fines comerciales deberá contar con la autorización previa de la autora o del editor. Les agradeceríamos que nos envíen un ejemplar de las publicaciones en las que se hayan incluido textos o ilustraciones de este manual.

Deseamos expresar nuestro agradecimiento a MacMillan Press (*Nutrition and Families de Jean Ritchie*), al Ministerio de la Salud de Uganda, a las organizaciones MEDEX y VHAI y al programa mundial sobre el SIDA de la Organización Mundial de la Salud, por habernos autorizado a utilizar sus

Este manual sobre el SIDA esta destinado a los agentes de salud. El SIDA es una enfermedad infecciosa para la que aún no se ha encontrado ni tratamiento eficaz ni vacuna y que se ha extendido a casi todos los passes del mundo.

En Junio de 1986, el Consejo Mundial de Iglesias organizó una consulta para estudiar el papel que pueden desempeñar las iglesias en la búsqueda de soluciones para este grave problema. Se pidió a las iglesias que actuaran entres ámbitos principales: asistencia pastoral, ministerio social y educación para la prevención. La publicación de este manual es una contribución a esa acción de las iglesias.

El SIDA es una enfermedad que se transmite principalmente por via sexual y depende por lo tanto del comportamiento de cada persona. Sólo la educación para la prevención es una medida eficaz contra su propagación. Se impone un cambio de actitud, evitando los riesgos y adoptando un comportamiento sexual responsable. Lo ideal sería que el sexo fuero parte integrante de una relación de fidelidad a largo plazo. La transmisión de la enfermedad depende en gran medida de la forma de vida de la persona y de su estado de salud en el momento en que se expone a la enfermedad. También influye el hecho de que existan, o no, servicios básicos de salud en los que se pueda tener confianza. Por lo tanto, la asistencia a los enfermos de SIDA y la lucha contra la propagación de la enfermedad deben considerarse como parte integrante de la Atención Primaria de Salud.

Es preciso que los agentes de salud atiendan con amor y comprensión a las personas afectadas por el VIH/SIDA, especialmente a los enfermos en fase terminal. También deben preocuparse por informar a los portadores potenciales del virus sobre la forma de evitar los contagios y suscitar una toma de conciencia en la comunidad sobre lo que significa la enfermedad y sobre la responsabilidad que incumbe a todos en la lucha contra su propagación.

Los primeros casos de SIDA se diagnosticaron, casi al mismo tiempo, en Norteamérica, Europa y el Africa Subsahariana. Desde entonces la enfermedad se ha extendido a otros continentes: en Asia y América Latina la propagación ha sido particularmente acelerada. El número de personas afectadas por el VIH corresponde al número de portadores VIH, la mayoría de los cuales habrá de contraer esa enfermedad en un lapso de 5 a 10 años.

¿Qué es el SIDA?

Es el Síndrome de
 Inmuno-
 Deficiencia
 Adquirida

El SIDA es una enfermedad infecciosa que se transmite por un virus.

Se la llama Síndrome porque consiste en un conjunto de manifestaciones y síntomas. Los primeros casos de SIDA se diagnosticaron en 1981 y desde entonces la enfermedad se ha ido propagando rápidamente por América del Norte, América del Sur, Europa, Africa y Asia.

Actualmente se registran casos de SIDA o de VIH en la mayoría de los países del mundo.

¿Qué es el VIH?

Es el Virus de la
 Inmunodeficiencia
 Humana

El VIH es un retrovirus, o sea un tipo de virus que difiere de otros virus por su forma especial de multiplicación. Un investigador médico en París fue el primero en identificar el VIH en 1983. En su breve historia se han utilizado muchos nombres para referirse a este virus, pero actualmente ha quedado consagrado internacionalmente el de VIH (en inglés HIV).

El virus invade algunas células del sistema inmunitario, de las que destruye el material genético, causando un daño irreversible. Todos los líquidos orgánicos contienen esas células, cuya concentración es comparativamente elevada en la SANGRE, el SEMEN, las SECRECIONES VAGINALES y la LECHE MATERNA.

¿Quién es portador?

Cualquier persona que tenga el virus es portadora y puede infectar a otros.

Muy a menudo la persona ignora que es portadora, pues no tiene síntomas de la enfermedad y es posible que quien la infectó tampoco los tuviera.

Sin saberlo, una persona puede ser portadora del VIH durante muchos años hasta que el virus haya destruido en tal medida su sistema inmunitario que ya no puede desempeñar su función de protección, y se manifiesta la enfermedad.

Algunos meses después de la infección, el organismo produce anticuerpos contra el virus, que se pueden detectar mediante un examen específico.



Cualquier persona que tenga el virus es portadora y puede infectar a otros.

¿Cómo se transmite el virus?

El VIH se transmite cuando la sangre, el semen o la secreción vaginal de una persona infectada entra en contacto con la sangre o con las mucosas de una persona sana. También puede transmitirse de la madre al niño/a durante la lactancia materna.

El virus no es muy activo, para provocar una infección es preciso que se encuentre en una concentración elevada en el líquido infectante, o bien que la persona se exponga varias veces a la infección.

El virus se transmite:

- **mediante el acto sexual (homosexual o heterosexual) cuando una de las personas está infectada.**
- **por una transfusión de sangre infectada o inyectándola.**
- **de una madre infectada a su hijo antes de nacer, durante el parto o la lactancia materna.**

¿Cuándo no se transmite el virus?



El virus no se transmite mediante los contactos sociales cotidianos, como por ejemplo:

- al darse la mano
- en la convivencia
- al jugar juntos
- al comer juntos

Tampoco se transmite

- por los alimentos
- el agua
- la copa de comunión
- los insectos
- la tabla del W. C.



¿Cómo prevenir la propagación del SIDA?

No existe una vacuna contra el SIDA.

La EDUCACION SANITARIA es muy importante. Es preciso que todo el mundo sepa cómo puede protegerse de la infección ***adoptando un comportamiento responsable***. Toda la comunidad debe participar en esta labor de educación.



¿A quién debe informarse? A todos

a las mujeres



a los hombres



a los niños en edad escolar



¿Qué es vivir de forma responsable?

En muchas de nuestras sociedades se considera que las relaciones sexuales son una prueba de que se ha llegado a la edad adulta, por lo que los jóvenes se sienten presionados a iniciarse a la sexualidad activa lo antes posible. Pero lo normal y lo saludable sería que los adolescentes no tuvieran prisa en iniciar su actividad sexual. Existen muchas otras formas de demostrar amor y afección: abrazarse, besarse, hacer cosas juntos y apoyarse y alentarse mutuamente.



**Abrazos y ternura son
tan importantes como
relaciones sexuales**

Construir una relación sólida y gratificante lleva tiempo. La infidelidad sexual puede quebrar esa relación. Mantener relaciones sexuales con otra persona al mismo tiempo puede ser excitante pero el precio puede ser muy alto. El riesgo de contraer el SIDA u otras enfermedades sexual-

mente transmisibles aumenta con el número de compañeros sexuales. Para evitar esos riesgos, no se deben tener relaciones sexuales más que con una persona que a su vez sea fiel.

El VIH se transmite mediante el semen, la secreción vaginal y la sangre. Por consiguiente:

- no tenga relaciones sexuales más que con una sola persona, que a su vez le sea fiel;
- utilice preservativos si sabe o sospecha que su pareja está infectada. Para una protección eficaz hay que utilizar un condón de buena calidad y asegurarse de que esté bien puesto y mantenerlo puesto mientras dure el acto sexual. Los condones se utilizan una sola vez y se tiran en lugar seguro;
- no tenga relaciones sexuales ocasionales con diferentes personas, ni con hombres o mujeres que practiquen la prostitución ni con personas que tengan relaciones sexuales con ellos. Tanto para las mujeres como para los hombres, abstenerse de tener relaciones sexuales no es perjudicial para la salud, incluso durante un período largo. Por el contrario, es el modo más seguro de evitar la infección. Además del SIDA hay otras enfermedades de transmisión sexual. Algunas de ellas pueden ocasionar esterilidad (imposibilidad de tener hijos)
- cuando tenga que ponerse una inyección, diríjase a una institución de salud reconocida, para estar seguro de que todos los instrumentos están esterilizados;
- asegúrese de que se han hervido todos los instrumentos utilizados para la circuncisión, el tatuaje o la perforación de las orejas.

¿Quién está expuesto a contraer la infección? - Todos

Es decir todas las personas que se exponen a los riesgos de infección, pero especialmente:

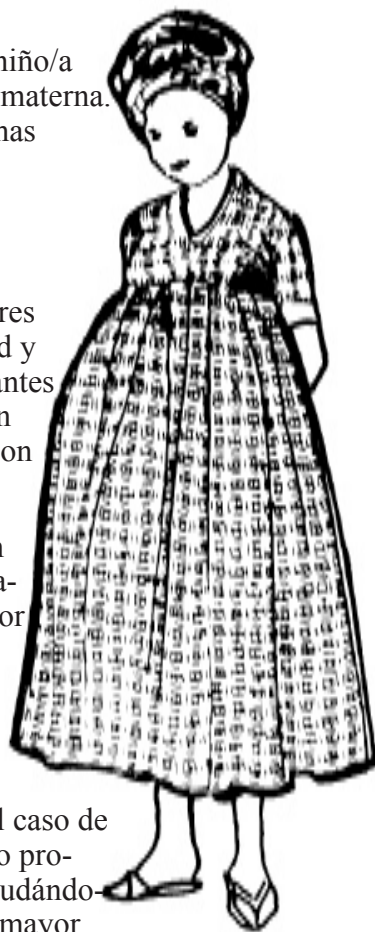
- las personas que padecen enfermedades de transmisión sexual o que tienen heridas o úlceras en los órganos genitales;
- las personas que tienen relaciones sexuales con muchas parejas distintas;
- los hombres y las mujeres que vican de la prostitución;
- los pacientes que reciben inyecciones con material no esterilizado;
- los pacientes a los que se practican transfusiones de sangre de donantes desconocidos y que no ha sido sometida a un análisis previo.

El SIDA y el embarazo

El SIDA puede transmitirse de la madre al niño/a durante el embarazo, el parto o la lactancia materna. El embarazo puede desencadenar los síntomas del SIDA.

Algunos hospitales realizan la prueba que permite diagnosticar la infección. Las mujeres que piensan que pueden tener la enfermedad y que desean tener hijos deberían someterse antes a la prueba de detección, sobre todo si viven en lugares donde ya hay muchas personas con VIH/SIDA.

Las mujeres que saben o sospechan que son seropositivas deberían evitar quedar embarazadas, para poder mantener, durante el mayor tiempo posible, un buen estado de salud general. El esposo debería utilizar un condón durante la relación sexual para proteger a su mujer, evitando que quede embarazada, y protegerse a sí mismo de la infección. Esto es importante también en el caso de que ya esté infectado, dado que el condón lo protege contra la sobre-exposición al virus, ayudándolo a mantener su estado de salud general el mayor tiempo posible.



¿Puede transmitirse el SIDA por la leche materna?

En la leche materna el virus se encuentra en bajas concentraciones.

Las posibilidades de que, durante el período de lactancia, un niño/a se infecte con la leche materna son del 14%.

Como los riesgos de la alimentación con biberón son bien conocidos, se aconsejará en todos los casos a las madres que amamanten a sus hijos.

Sin embargo, debe aconsejarseles que amamanten al niño sólo durante sus seis primeros meses de vida y que, entonces, vayan introduciendo alimentos sólidos. De esta forma se reduce al mínimo el riesgo de transmisión del VIH por medio de la alimentación materna.



El SIDA y las vacunas

Para vacunar se usan jeringas y agujas, que pueden ser un foco de infección.

Las vacunas de los niños deben practicarse con agujas y jeringas esterilizadas. Para ello, deben hervirse los instrumentos como mínimo durante 20 minutos.

Cuando se utilicen agujas desechables, se guardarán inmediatamente después en un recipiente cerrado que luego se tirará en un lugar seguro.

En ningún caso se aspirará sangre con la aguja y la jeringa.

Si se esterilizan adecuadamente las agujas y jeringas, no se correrá riesgo alguno de contraer el SIDA por la vacunación.



Diagnóstico

Las personas que piensen que pueden estar infectadas por el VIH pueden someterse a una prueba para estar seguras. Las dos pruebas que se practican con más frecuencia son las pruebas de ELISA (siglas de Enzyme-Linked Immuno-Sorbent Assay, prueba de inmunosorción enzimática) y la prueba de transferencia de Western (Western Blot), que permiten conocer únicamente la reacción del organismo frente al virus.

El cuerpo humano tarda por lo menos de 2-6 meses en reaccionar al virus una vez que ha invadido la circulación sanguínea. Un resultado negativo de una prueba de detección no es garantía de que la persona no haya contraído la infección en el curso de los últimos 2-6 meses.

Antes de practicar la prueba debe informarse al paciente sobre las consecuencias de un resultado positivo o negativo. En todos los casos se informará a la persona sobre el resultado de la prueba. Si él/ella es seropositivo/a, se le informará sobre los cambios que deba adoptar en su forma de vida y se prestará la asistencia necesaria para hacer frente a la situación. Si el resultado es negativo, se le dará el asesoramiento necesario, en una sesión de apoyo terapéutico, para evitar correr riesgos en el futuro. Toda persona tiene derecho de conocer los resultados del examen. En caso contrario, sólo se conseguiría que, al no estar informada, la persona portadora infecte a otras personas y no cambie de comportamiento.

Lo que deben saber todos los VIH positivos

Las personas que saben o sospechan que son VIH-positivos deben:

- evitar la transmisión de la infección
 - absteniéndose de tener relaciones sexuales
 - utilizando siempre un condón
 - no dando sangre para transfusiones.
- evitar el contagio de otras enfermedades de transmisión sexual.
- no fumar ni beber alcohol.
- seguir una dieta equilibrada y nutritiva.
- someterse a tratamiento cuando tengan otras enfermedades infecciosas como:
 - la tuberculosis
 - la malaria
 - las enfermedades de transmisión sexual.

Cómo saber que una persona tiene el SIDA

Algunas personas pasan la primera fase de la enfermedad con fiebre e infecciones de garganta, como si fuera un fuerte resfriado; puede suceder que durante bastante tiempo no tengan ningún otro síntoma.

Los síntomas y las manifestaciones de la enfermedad varían según la región: en Africa es frecuente el adelgazamiento extremo, en Estados Unidos la pulmonía y en Asia la tuberculosis.

Los síntomas del SIDA son los mismos síntomas que los de otras muchas infecciones, y el diagnóstico definitivo sólo puede hacerse mediante pruebas específicas.



**No puede ver
exteriormente
si una persona
es seropositiva**

Diagnóstico de un enfermo de SIDA

Para hacer el diagnóstico del SIDA es preciso que la persona presente al menos dos síntomas principales y uno secundario (los niños deben presentar dos síntomas principales y dos síntomas secundarios).

SINTOMAS PRINCIPALES

- pérdida de peso (más del 10%);
cuando se trate de un niño, atraso en el crecimiento;
- diarrea crónica durante más de un mes;
- fiebre durante más de un mes.

SINTOMAS SECUNDARIOS

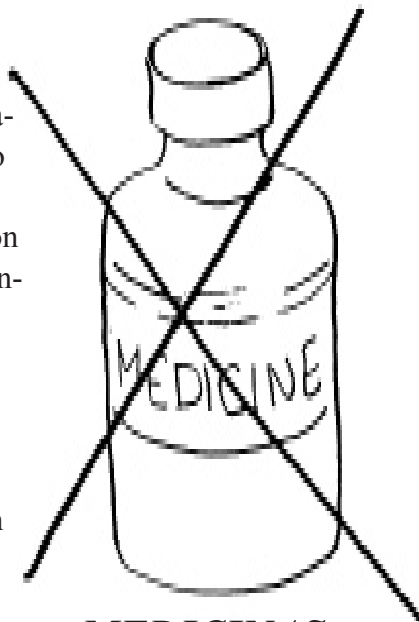
- tos persistente;
- enfermedad generalizada de la piel con comezón;
- aftas en la boca y la garganta;
- hinchazón generalizada de las glándulas;
- infecciones comunes en serie (niños);
- zona recurrente (adultos);
- herpes simple crónico generalizado (adultos).

Cómo tratar a una persona enferma del SIDA

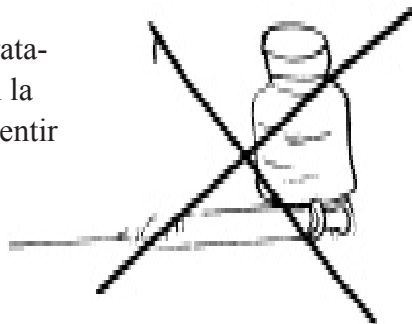
Aún no se dispone de medicamentos capaces de curar el SIDA. Algunos, como los fármacos antirretrovíricos, pueden contribuir a retardar al proceso, pero son muy caros, tienen muchos efectos secundarios indeseados y escasean en todas partes.

Donde sea tradicional el uso de hierbas medicinales se estimulará su aplicación para aliviar el dolor, la comezón y la fiebre o cualquier otro síntoma.

Los pacientes deberán recibir un tratamiento que alivie esos síntomas en la mayor medida posible y los haga sentir mejor.



MEDICINAS



Tratamiento de los síntomas

Diarrea

La diarrea es un síntoma frecuente, sobre todo en los niños. Como para todos los casos de diárrrea, es importante prevenir la deshidratación. Para ello se deben administrar:

- soluciones de sal y azúcar
- soluciones de rehidratación oral
- líquidos
- remedios a base de hierbas medicinales.



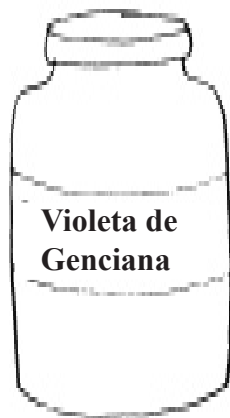
Aftas

- aplicar violeta de genciana
- enjuagar con agua mineral
- utilizar los remedios a base de hierbas medicinales disponibles.



Zona

- tratar con aspirina o paracetamol



Fiebre

La fiebre es un síntoma frecuente, tanto en los adultos como en los niños

Dar

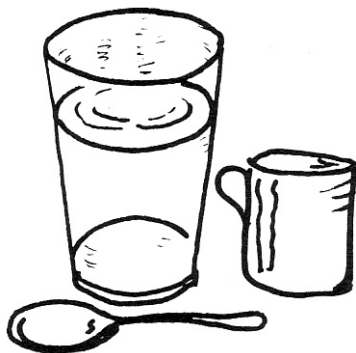
- mucho líquido para beber
- baños o aplicación de paños mojados en agua fría
- aspirina o paracetamol.

Tos/pulmonía/otitis/tuberculosis

- tratar con antibióticos

Comezón en la piel

- antihistamínicos
- analgésicos
- hierbas medicinales



Cómo cuidar a los enfermos de SIDA

No debemos olvidar que los enfermos de VIH/SIDA, como todos nosotros, necesitan apoyo y estar en contacto con otras personas. Como la infección no se transmite ni por la piel ni por el aliento es posible estar cerca de ellos tanto física como psíquicamente.

Es importante que los familiares del paciente estén bien informados sobre el VIH/SIDA para que no tengan aprensiones injustificadas en relación con el familiar afectado.

Una vez que reciben el diagnóstico, los enfermos de VIH necesitan ayuda para superar el miedo, la ansiedad y el disgusto. El personal sanitario y los familiares deben estar preparados para intervenir en esos casos. Los pacientes necesitan que se los escuche y apoye; necesitan estímulo para seguir viviendo y participar en las actividades cotidianas en la medida de lo posible.

El SIDA afecta las defensas del organismo. Una vez que la persona empieza a tener síntomas, se produce un debilitamiento progresivo. Pero entre la infección, la enfermedad y la muerte puede pasar bastante tiempo y es importante que el enfermo aproveche de la mejor manera posible esos momentos.

Mucha gente tiene miedo a la muerte por que tiene miedo a lo desconocido. Los enfermos de VIH necesitan hablar de sus sentimientos con personas que les inspiren confianza; personas que los escuchen. Cuando se habla de lo que se siente disminuyen la aprensión y el miedo.

¿Dónde debe tratarse a los enfermos de SIDA?

Hospital/Centro de Salud

Cuando los pacientes afectados sufren de fiebre, diarrea crónica y dolores intensos puede ser preciso internarlos en una institución médica durante cierto tiempo. Se les proporcionará un tratamiento sintomático y atención de enfermería.

A domicilio

Siempre que sea posible se tratará a las personas en su casa. Las familias bien informadas y que aceptan la situación pueden responder mejor a las necesidades sociales y psicológico de los familiares enfermos.



Atención a los pacientes en el Hospital/Centro de Salud

No es necesario aislar a los enfermos de SIDA para proteger a los demás de la infección.

Sin embargo, a veces puede ser preciso aislarlo para protegerlo a él de las infecciones que pueda contraer en el medio que le rodea.



Higiene personal

Los enfermos de SIDA necesitan ayuda en su higiene personal como cualquier otro paciente. Normalmente no se corre ningún peligro por hacerlo pero hay que recordar:

- que la ropa sucia o ensangrentada puede transmitir el virus;
- que las heridas abiertas o infectadas pueden transmitir el virus.

Por lo tanto, la ropa sucia deberá ponerse en remojo en una solución clorada antes de lavarla. Además, al curar las heridas abiertas o infectadas del paciente se deberá tener cuidado de cubrir las propias heridas o utilizar guantes. Cuando no se tengan apósitos o guantes disponibles, se utilizará jabón para lavarse las manos con frecuencia.



Necesita lavarse las manos con frecuencia.

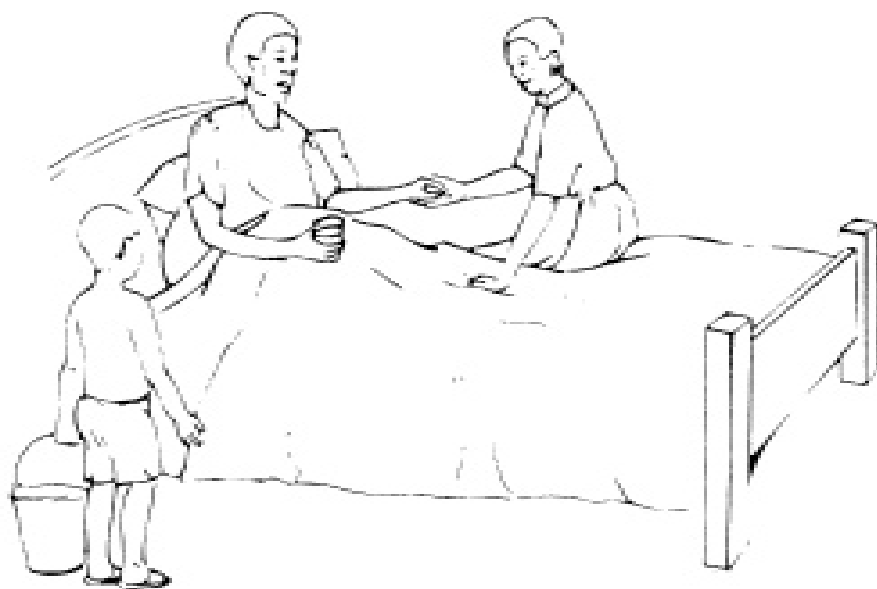
¿Cómo cuidar a domicilio a un enfermo de SIDA?

Los enfermos de SIDA necesitan cuidados físicos y apoyo psicológico. Como no existe ningún tratamiento médico eficaz, los que mejor pueden atender a esos pacientes son los propios familiares. En su casa, el paciente se encuentra en un medio social que conoce bien y donde se siente más seguro. Un enfermo de SIDA debe:

- descansar muchas horas
- seguir una dieta nutritiva con alimentos y bebidas apropiado
- tener contactos con sus familiares y amigos
- evitar el consumo del alcohol y el tabaco.

Es importante que los familiares estén bien informados sobre el SIDA para que no tengan aprensión de ocuparse del enfermo. Deben aprender cómo protegerse ellos mismos de la infección, evitando el contacto directo con los líquidos orgánicos infectados.

Deben dedicar tiempo al enfermo, mostrándole que se preocupan por él. El contacto físico no transmite el SIDA y es una manera de dar apoyo a los enfermos y demostrar preocupación por ellos.



En las comunidades donde el SIDA se propaga rápidamente, se debe actuar como si todo el mundo estuviera infectado. Dado que no se puede saber si una persona es VIH-positiva por su apariencia, lo mejor es evitar todos los riesgos. Una comunidad bien informada sobre el SIDA sabe que los contactos sociales no constituyen un riesgo y que las personas infectadas necesitan apoyo y ayuda.

Lo que deben saber los familiares

Antes de que los familiares se lleven al paciente a casa, es preciso advertirles que:

- el SIDA **no** se transmite por los contactos sociales.
- el SIDA **no** se transmite por el contacto con la piel.
- los enfermos de SIDA necesitan alimentos nutritivos que les proporcionen energía, proteínas y vitaminas.
- los enfermos de SIDA tienen necesidad de contactos físicos y caricias.
- la relación sexual con un enfermo de SIDA transmite la infección por el VIH.
- la sangre, las secreciones vaginales y el semen de los enfermos de SIDA son focos de infección.
- la ropa y los utensilios que hayan estado en contacto con líquidos corporales del paciente se deben lavar con agua caliente y jabón y, si es posible, ponerlos en remojo en una solución clorada antes de lavarlos.

¿Qué debe hacerse con el material y la ropa infectados?

El VIH puede transmitirse por jeringas, agujas y otros instrumentos que hayan estado en contacto con la sangre de una persona infectada por el VIH, aunque no esté enferma. Por consiguiente, es importante utilizar solamente jeringas, agujas e instrumentos esterilizados. El virus es muy frágil y no resiste a una temperatura superior a los 56 grados centígrados ni al contacto con desinfectantes comunes.

Existen tres formas de esterilizar el material:

1. Hirviéndolo durante 20 minutos.
2. En una olla de vapor o de presión o en un autoclave.
3. Introduciéndolo durante 20 minutos en una solución desinfectante como:
 - cloro, a razón de 5 gr por litro, o
 - 1 fracción de lejía en 10 de agua, o
 - alcohol, 700 gr. de etanol en un litro de agua.

Se debe preparar una nueva solución cada día, ya que con el tiempo pierden eficacia.

La ropa sucia o manchada de sangre debe manejarse con cuidado. Para destruir el virus es preciso lavar la ropa en abundante agua caliente con jabón, tenderla y esperar a que se seque. El VIH no sobrevive a la exposición al sol y la sequedad.

Precauciones que debe tomar el personal sanitario.

Para los agentes de salud que se ocupan de enfermos de SIDA, los riesgos de contraer la enfermedad en su trabajo son mínimos. Es importante que se protejan no exponiéndose innecesariamente a la infección. Se manejarán con cuidado todos los instrumentos que hayan estado en contacto con sangre infectada y, si es posible, se usarán guantes.

Durante las operaciones se utilizarán guantes especialmente largos o protectores de plástico para cubrir los brazos.

Para estar con el paciente y suministrarle los cuidados de enfermería no es necesario protegerse con batas, máscaras o guantes especiales.

Se debe instar a los agentes de salud a hablar de sus dificultades y problemas. También es importante que cuenten con el apoyo de otros miembros de la comunidad, como dirigentes religiosos y consejeros de iglesia.