



VIH y SIDA en Español

El VIH y toda tu salud

Las personas con VIH ahora pueden llevar vidas plenas y largas gracias a los avances en el tratamiento y la atención médica. Pero mantener al VIH bajo control no significa que puedas ignorar el resto de tu salud, incluyendo tu corazón, hígado, riñones, mente, etc.

Aquí vemos algunos otros temas médicos a los que deberías prestar atención:

Enfermedad cardiovascular

Los riesgos sobre la salud del corazón, incluyendo niveles elevados de colesterol y triglicéridos, puede ser mayor entre las personas VIH positivas que toman ciertos medicamentos. Otros factores también pueden ser culpables, incluyendo una mala alimentación, fumar, o hacer poco ejercicio.

Diabetes

Sin atención, altos niveles de glucosa (azúcar) en la sangre pueden causar graves problemas de salud. Un estudio encontró que es de cuatro a cinco veces más posible que la diabetes ocurra en hombres que toman medicamentos para el VIH que en hombres VIH negativos.

Hepatitis

La hepatitis C es común entre las personas VIH positivas y es una de las principales causas de muerte relacionada con el hígado. La hepatitis A y B también pueden causar graves complicaciones hepáticas en aquellos con VIH. Tu doctor debería revisar si tienes estas infecciones; si resultas negativo para la hepatitis A y/o B vacúnate.

Problemas renales

El VIH, la enfermedad cardiovascular, la diabetes y ciertos medicamentos pueden causar una carga extra para tus riñones. La prevención, comenzando por un monitoreo periódico (pruebas de laboratorio), es la mejor medicina.

Salud mental

Las personas con VIH pueden enfrentar una variedad de retos en su salud mental, incluyendo depresión. Si no se atiende, la depresión puede llevar a una baja autoestima, dificultad para funcionar en el hogar y en el trabajo, abuso de alcohol u otras drogas y baja adherencia al tratamiento para el VIH.

Virus de papiloma humano

El VPH es la infección de transmisión sexual (ITS) más común en los Estados Unidos. Puede causar verrugas genitales o lesiones pre-cancerosas más graves. Los papanicolau cervicales (para las mujeres) y anales (para ambos sexos) son altamente recomendados.

Cánceres no relacionados al SIDA

Los cánceres típicos del SIDA, como el sarcoma de Kaposi (SK), son menos frecuentes hoy en día gracias a la potente terapia con medicamentos para el VIH. Pero los cánceres no relacionados con el SIDA, incluyendo el cáncer anal, hepático y pulmonar, están en aumento. Tu doctor necesita estar alerta por si aparecen.

A continuación presentamos algunos exámenes comunes que son importantes para que cuides de toda tu salud:

Mamografía

No existe evidencia que sostenga que el cáncer de seno es más común entre las mujeres positivas, pero desde que las personas con VIH están viviendo por más tiempo, este tipo de cáncer es un riesgo creciente. La mamografías se recomiendan anualmente para las mujeres mayores de 50 y cada año o dos para las mujeres entre 40 y 50 años de edad.

Estudio de ETS

Los exámenes para detectar la sífilis, la clamidia, la gonorrea y el herpes se recomiendan al comenzar la atención del VIH, y dependiendo de las prácticas sexuales del paciente, también se sugiere que se continúen con regularidad.

Exámenes del colon

Los exámenes del cáncer de colon se recomiendan a todos. Los pacientes de alto riesgo, incluyendo a las personas VIH positivas con un sistema inmunitario comprometido, deben hacerse un examen de sangre oculta en la materia fecal y una sigmoidoscopia, así como una colonoscopia cada cinco a 10 años.

Densidad ósea

A medida que envejecemos vamos perdiendo gradualmente minerales óseos (la materia que mantiene duro al esqueleto), llevando en última instancia a un aumento del riesgo de fracturas graves. Los medicamentos para el VIH y el propio virus pueden acelerar el debilitamiento de los huesos. Un estudio DEXA puede ayudar a determinar si sufres de pérdida mineral temprana (osteopenia) o si necesitas tratamiento para una enfermedad más avanzada (osteoporosis).

Historia familiar

Tu doctor debe preguntarte qué tipo de condiciones de salud puede haber en tu familia, ya que dichas condiciones pueden ser también un factor de riesgo para ti.

