



VIH y SIDA en Español

Riesgos y transmisión del VIH

El VIH se transmite a través de los siguientes fluidos:

- Sangre
- Semen
- Líquido pre-eyaculatorio
- Fluidos rectales
- Fluidos vaginales
- Leche materna

Existen distintas maneras en las que esto puede ocurrir:

- A través de sexo sin condón vaginal/frontal o anal con alguien que tiene VIH, que no está usando un condón o no está tomando medicamentos para prevenir (PrEP y PEP) o tratar al VIH (TasP siglas en inglés de tratamiento como prevención)
- Al compartir agujas, jeringas u otros instrumentos para inyectarse con alguien que tiene VIH, sin estar usando PrEP.
- De madre a hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia. Sin embargo, si la madre recibe atención regularmente y se encuentra bajo tratamiento para el VIH, este riesgo se reduce a casi cero.
- Al pincharse con una aguja o cortarse con un objeto filoso que contenga sangre VIH positiva. Este es un riesgo principalmente para los trabajadores de la salud.
- Al recibir una transfusión de sangre. Aunque este riesgo es algo raro en los EE.UU.

El VIH no se transmite a través de la saliva, la orina, la materia fecal, el vómito, la transpiración, los animales, los insectos, o el aire. Por lo tanto, NO corres riesgos de contraer el VIH si:

- Te pica un mosquito o cualquier otro insecto o te muerde un animal.
- Estás cerca de una persona VIH positiva que estornuda.
- Comes alimentos que fueron tocados, preparados o servidos por una persona que es VIH positiva.
- Compartes inodoros, teléfono o ropa con una persona que es VIH positiva.
- Compartes tenedores, cucharas, cuchillos o bebes del mismo vaso que una persona VIH positiva.
- Tocas, abrazas o besas a una persona VIH positiva.
- Vas a una escuela, iglesia, restaurante, centro comercial, o cualquier lugar público donde haya gente VIH positiva.

Transmisión sexual del VIH

Antes de hablar sobre la transmisión sexual del VIH, será útil definir algunos términos. “Cisgénero” se usa para describir a las personas cuyo sexo al nacer es el mismo que su actual identidad de género. “Transgénero” describe a aquellas personas cuya identidad o expresión de género es diferente que la de su sexo de nacimiento. El término “HSH” (MSM, siglas en inglés) significa “hombres que tienen sexo con hombres”, lo que incluye a los hombres gay y bisexuales así como a hombres que no necesariamente se identifican a sí mismos de esa manera.

En los Estados Unidos, el contacto sexual es la vía más común de transmisión del VIH de una persona a otra. Esto se debe a que el sexo permite el intercambio de ciertos fluidos que consistentemente se ha comprobado que transmiten el VIH, sangre, semen, secreciones vaginales y rectales. El VIH también se ha encontrado en cantidades extremadamente bajas, no infecciosas en otros fluidos (saliva, lágrimas y orina); pero los CDC no han recibido reportes de transmisiones a través de estos fluidos.

- Las mujeres transgénero corren un riesgo 40 veces más alto de contraer el VIH, y los datos más recientes muestran que en la actualidad, 1 de cada 4 mujeres transgénero viven con el VIH. Las infecciones de VIH son bajas entre los hombres transgénero, pero los HSH transgénero corren un riesgo más alto de contraer el VIH.
- De acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), casi el 70% de las nuevas infecciones estimadas en 2015 se dieron entre HSH cisgénero.

- Casi el 23% de las nuevas infecciones están relacionadas con el sexo heterosexual. La mayoría de estas infecciones ocurrieron entre mujeres cisgénero que contrajeron el virus de hombres cisgénero.
- Las personas que se inyectan drogas representan el 9% de las nuevas infecciones, aunque el 35% de estas fueron HSH cisgénero. No es posible saber si esas infecciones se debieron a compartir instrumentos para inyectarse o a través de relaciones sexuales.

Prácticas sexuales específicas: ¿Cuáles son los riesgos?

Los estudios muestran reiteradamente que ciertas prácticas sexuales están asociadas más que otras con un riesgo mayor de transmisión del VIH. Sin embargo, otros estudios muy recientes (HPTN 052, PARTNER, Opposites Attract) muestran que cuando una persona VIH positiva se encuentra en tratamiento y tiene un nivel de virus indetectable durante al menos seis meses, no existe riesgo concreto de que transmitan el virus. Las situaciones descritas abajo asumen que la persona que vive con el VIH no tiene niveles indetectables.

Relaciones sexuales vaginales/frontales

Las relaciones sexuales vaginales/frontales sin condón son la forma de transmisión del VIH más común en todo el mundo. En los Estados Unidos, y en muchas otras naciones desarrolladas, es la segunda forma más común de transmisión (después del sexo anal entre HSH). Los estudios demuestran que los hombres cisgénero VIH positivos son mucho más propensos a transmitir el virus a mujeres cisgénero VIH negativas o a HSH transgénero a través de relaciones sexuales vaginales/frontales, que al revés.

Existen varias razones para esto. Primero, en los Estados Unidos hay más hombres cisgénero que mujeres cisgénero que viven con el VIH. Segundo, las mujeres cisgénero y los HSH transgénero tienen una superficie de tejido mucoso mucho mayor, las paredes de la vagina y el cuello del útero se pueden lacerar fácilmente y cuentan con gran cantidad de células inmunológicas que pueden ser infectadas con el VIH. Para los hombres cisgénero, el VIH debe ingresar a través de un corte o abrasión en el pene o a través de la cubierta del prepucio o de la uretra en la punta del pene.

Las investigaciones sugieren que los hombres que no están circuncidados corren un mayor riesgo de contraer y transmitir el virus si ya son VIH positivos. Aunque los programas de circuncisión adulta han reducido muchísimo las nuevas infecciones, es importante recordar que los hombres circuncidados aún pueden contraer o transmitir el virus.

Los hombres o mujeres que tienen infecciones de transmisión sexual (ITS), como herpes genitales, o sífilis, tienen más posibilidades de transmitir el virus si son VIH positivos o de contraer el virus si son VIH negativos.

Relaciones sexuales anales

El sexo anal sin condón está asociado con un mayor riesgo de transmisión del VIH.

Ser la pareja receptiva (el pasivo) durante el sexo anal sin condón pone a la persona a un riesgo mucho más alto de contraer el VIH, pero es posible que cualquiera de los dos contraiga el VIH. El motivo de esto es que el semen que contiene VIH puede entrar en contacto con tejido de la mucosa anal, que puede absorber el VIH durante el sexo. Y el riesgo de transmisión no se reduce necesariamente si la pareja insertiva (el activo) saca el pene antes de eyacular. Los estudios demuestran que el líquido pre-eyaculatorio puede contener altas cantidades de VIH y puede resultar en la transmisión durante el sexo anal.

La pareja insertiva corre un riesgo menor (de 4 a 14 veces menos de riesgo que el receptivo). Sin embargo, aún es posible que el VIH entre a través de un corte o abrasión en el pene o a través de la cobertura de la uretra dentro de la punta del pene, o a través de las células inmunológicas en el prepucio.

Sexo oral en el pene

El riesgo de transmisión a través del sexo oral en el pene causa la mayor confusión en términos de riesgo, y plantea la mayor cantidad de preguntas. Pero la mayoría de los expertos están de acuerdo en que la felatio (mamada/blowjob) no es una manera eficiente de transmitir el VIH.

Debido a que la felatio sin condón permite que los fluidos corporales de una persona entren en contacto con los tejidos mucosos o lastimadura o heridas abiertas o cortes en la piel de la otra persona, existe un “riesgo teórico” de transmisión del VIH, es decir que se considera posible pasar la infección de una persona a otra. Pero la probabilidad de que esto ocurra es rara, ya que existen sólo unos pocos casos documentados.

En todos estos casos participaron HSH que realizaron sexo oral sin condón a hombres VIH positivos. No se han reportado casos de transmisión del VIH a las parejas mujeres que realizaran sexo oral sin condón. Y no se ha registrado ni un solo caso de transmisión a una pareja que recibiera sexo oral, de un HSH o de un heterosexual.

Sexo oral vaginal

Al igual que la felatio, esta actividad también se considera de bajo riesgo. Se ha registrado un caso de transmisión del VIH de mujer a mujer a través de cunilingus, y otro caso de transmisión de VIH de mujer a hombre a través de cunilingus. En ambos casos la transmisión se dio desde la pareja que recibía el sexo oral hacia la que daba el sexo oral. No se ha registrado ningún caso de transmisión de VIH al revés.

Sexo oral anal

El sexo oral anal a menudo es conocido como analingus (en inglés rimming). El analingus no se considera un factor de riesgo independiente para la transmisión del VIH. Sin embargo es una ruta de transmisión de la hepatitis A y B, así como de infecciones parasitarias como la giardiasis,

amebiasis, así como ITS como los herpes o el VPH.

Sexo digital anal o vaginal

El sexo digital anal o el sexo digital anal/frontal es el término clínico para el uso de los dedos o puño durante el sexo insertivo. Si bien es teóricamente posible que alguien con una herida abierta o una abrasión reciente en el dedo o mano pueda contraer el VIH si entra en contacto con sangre o secreciones en el ano o vagina, nunca se ha registrado un caso de transmisión del VIH por esta vía.

Sin embargo, la transmisión del VIH a través de juguetes sexuales es posible y un caso registrado en la década de 1980 ocurrió entre dos mujeres cisgénero de distinto estado de VIH. Al compartir juguetes, se deben utilizar juguetes individuales o lavarlos muy bien antes de usarlos en una segunda persona.

Last Reviewed: October 17, 2018

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.

<http://beta.docker.poz.com/basics/vih-sida-en-espanol/transmision-y-riesgos-del-vih>