



Preguntas Más Frecuentes

¿Qué es I=I?

I=I es una abreviatura de Indetectable = Intransmisible. I=I significa que las personas que viven con el VIH que toman medicamentos diariamente para controlar el virus y permanecer suprimidas viralmente no pueden transmitir el VIH a través del sexo.

Así es como funciona: Cuando tomas medicamentos diariamente para tratar el VIH, evitas que el virus se multiplique. Cuando el VIH no puede multiplicarse libremente, conduce a menos virus circulantes en el cuerpo. La cantidad de virus en el cuerpo se denomina carga viral. Cuando tienes una carga viral muy baja (menos de 200 copias por mililitro de sangre) el VIH se vuelve indetectable en tu cuerpo. Según la investigación actual, mantener una carga viral indetectable durante al menos seis meses significa que no puede transmitir o pasar el VIH a las parejas cuando tiene relaciones sexuales. Eso significa que el VIH no es transmisible.

¿Qué significa Indetectable?

Indetectable significa que hay tan poco VIH en tu cuerpo que no se puede medir mediante una prueba. Para permanecer indetectable, debes seguir tomando tu medicamento contra el VIH todos los días según lo prescrito porque si se detiene, el VIH comenzará a multiplicarse y tu carga viral aumentará. Habla con tu equipo de atención médica sobre los efectos secundarios o cualquier otra cosa que te dificulte tomar tu medicamento. Pueden trabajar contigo para que tomar tu medicamento sea lo más fácil y sin preocupaciones posible.

¿Qué es el tratamiento como prevención?

El tratamiento como prevención es otra forma de decir que el tratamiento del VIH con medicamentos no solo te mantiene saludable, sino que también evita transmitir el VIH a otras personas durante las relaciones sexuales. En otras palabras, tomar tu medicamento contra el VIH diariamente te ayuda a proteger tu salud y a las personas que te importan también.

¿Cómo puedo volverme indetectable?

Si tu tienes VIH, toma tu medicamento diariamente según lo prescrito por tu equipo de atención médica. Para muchas personas, esto puede ser tan simple como una píldora una vez al día. Después de empezar a tomar medicamentos para el VIH, debes consultar a tu médico regularmente para que pueda volver a probar la sangre y hacerte saber cuándo es indetectable. Una vez que haya permanecido indetectable durante al menos seis meses, puedes sentirte seguro de que no puedes transmitir el virus a otras personas a través del sexo. A veces las circunstancias en nuestras vidas pueden hacer muy difícil alcanzar y mantener una carga viral indetectable. Si tienes algo en tu vida que podría impedirte tomar tu medicamento o llegar a tus citas con tu médico, habla con tu equipo de atención médica al respecto. Pueden conectarte con servicios y recursos que puedes encontrar útiles y ayudarle a alcanzar tus metas de tratamiento contra el VIH.

¿Cómo sabemos que I=I es verdadero?

Cuatro grandes estudios científicos diferentes (HPTN 052, PARTNER, PARTNER 2 y Opposites Attract) siguieron y observaron parejas masculinas y masculinas donde una persona vivía con el VIH y la otra persona no lo estaba. A lo largo de estos estudios, después de más de 100,000 casos de sexo sin condones, tanto

sexo anal como vaginal, ni una sola persona que vivió con el VIH indetectable durante al menos seis meses y tomaron medicamentos para el VIH diariamente según lo prescrito, transmitió el VIH a su pareja negativa.

¿Y si quiero tener hijos?

I=I te protege a ti y a tu pareja, y a tu bebé también. Si estás planeando embarazarse a alguien, ser indetectable significa que no pasarás el VIH cuando compartas tu semen. Y si estás embarazada y vives con el VIH, transmitir el VIH a tu recién nacido es extremadamente improbable si estás indetectable antes de quedar embarazada y si permaneces indetectable durante el embarazo y el parto. Para lograr esto, necesitas continuar tomando medicamentos para el VIH según lo prescrito durante tu embarazo. Es importante recibir atención para el embarazo en los Centros de Especialidades con proveedores que tienen experiencia en VIH, atención perinatal y pediatría, todo bajo un mismo techo. Incluso con I=I, ciertos tipos de alimentación infantil pueden hacer posible transmitir el VIH al bebé después del nacimiento. Esto incluye la lactancia materna y los alimentos pre-masticados para el bebé. Por esta razón, la lactancia materna y los alimentos pre-masticados no se recomiendan para los padres que viven con el VIH en los Estados Unidos. Habla con tu equipo de atención médica acerca de los recursos de nutrición disponibles para ayudarte a ti y a tu familia.

¿Qué debo decirle a mis parejas sexuales que no tienen VIH?

A muchas personas les resulta difícil tener conversaciones con parejas sexuales sobre cosas como el VIH y otras Enfermedades transmitidas sexualmente (ETS). Saber que no puedes transmitir el VIH a tu(s) pareja(s) sexual(es) podría hacer esa conversación más fácil. Cuéntales lo que sabes acerca de I=I, y cómo tomar tu medicamento diariamente puede protegerles a ambos. Recuerda que tener una carga viral indetectable no protege contra otras ETS como la sífilis, la clamidia o la gonorrea, y no previene el embarazo. Habla abiertamente con tu pareja sobre cómo quieres tener relaciones sexuales saludables, placenteras y sin preocupaciones entre sí. Esto puede significar el uso de condones, anticonceptivos, tratamiento del VIH, profilaxis previa a la exposición (PrEP), profilaxis post exposición de emergencia (PEP) o cualquier combinación de estos. Juntos, las parejas pueden decidir qué opciones son las mejores para ellos.

¿Qué pasa si soy VIH negativo?

“PrEP” significa Profilaxis preexposición y es una manera para las personas que no tienen VIH para prevenir la infección por VIH mediante el uso de medicamentos tomados diariamente. Esta puede ser una gran opción para cuando no conoces el estado de tu pareja, si tú o tu pareja tienen varias parejas, si no sabes si tu pareja puede mantener una carga viral indetectable, o si simplemente te sientes más seguro en tu vida sexual con la protección adicional de la PrEP.

Por favor, visita la pagina GetProtectedLA.com para obtener más información sobre los servicios y recursos de VIH y ETS disponibles en el Condado de Los Angeles.