

Información de Salud para las Personas de la Tercera Edad

El VIH, el SIDA y las personas mayores

Como la mayoría de la gente, usted probablemente ha escuchado muchas cosas sobre el VIH y el SIDA. Es posible que haya pensado que estas enfermedades no eran problema suyo y que solo las personas más jóvenes eran las que debían preocuparse por eso. Pero cualquier persona, a cualquier edad, puede contraer el VIH/SIDA.

¿Qué es el VIH? ¿Qué es el SIDA?

El VIH (las siglas del virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus que daña el sistema inmunológico, es decir, el sistema que su cuerpo utiliza

para combatir las enfermedades. La infección con el VIH causa una enfermedad mucho más grave llamada SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). Si la infección del VIH entra en su cuerpo, su sistema inmunológico puede debilitarse. Esto lo pone en peligro de contraer otras enfermedades potencialmente mortales, infecciones y cánceres. Cuando esto ocurre, usted tiene SIDA. El SIDA es la última fase de la infección con el VIH. Si cree que puede tener VIH, es muy importante que se haga una prueba. Hoy en día, hay medicamentos que le pueden ayudar a su cuerpo a mantener controlado el VIH y a combatir la presencia del SIDA.

¿Cuáles son los síntomas del VIH/SIDA?

Muchas personas no tienen síntomas al infectarse inicialmente con el VIH. Puede tomar un tiempo tan corto como unas cuantas semanas para que aparezcan los síntomas menores, que son parecidos a la gripe, o hasta más de 10 años para que aparezcan los síntomas más graves. Los signos de la presencia del VIH incluyen, entre otros, dolor de cabeza, tos, diarrea, ganglios inflamados, falta de energía, pérdida del apetito y pérdida de peso,

fiebres y sudores, repetidas infecciones por levaduras, sarpullido en la piel, calambres pélvicos y abdominales, úlceras en la boca o en ciertas partes del cuerpo o pérdida de la memoria a corto plazo.

¿Cómo contrae la gente el VIH y el SIDA?

Toda persona, a cualquier edad, puede contraer el VIH y el SIDA y usualmente se puede contraer por tener relaciones sexuales sin protección o

por compartir agujas con una persona infectada o por entrar en contacto con sangre infectada con el VIH. Sin importar su edad, usted puede estar en riesgo si:

- ◆ Es sexualmente activo y no utiliza un condón de látex o de poliuretano. Puede contraer el VIH/SIDA por tener relaciones sexuales con alguien que tiene el VIH. El virus pasa de la persona infectada a su pareja a través de la sangre, el semen y el fluido

Hacerse la prueba del VIH/SIDA

- ◆ Puede tomar de 3 hasta 6 meses después de que ha ocurrido la infección para que el virus se detecte en la sangre.
- ◆ Su médico puede pedirle un análisis de sangre para detectar el VIH/SIDA. Si no tiene médico, busque en el directorio telefónico el teléfono de un hospital o centro de salud donde le puedan dar una lista de los lugares donde se puede hacer la prueba.
- ◆ Muchos proveedores de cuidados de salud que hacen la prueba del VIH también ofrecen servicios de consejería.
- ◆ En la mayoría de los estados las pruebas son privadas y es usted quien decide si quiere hacerse la prueba sin dar su nombre.
- ◆ Ahora también puede hacerse la prueba de sangre en la casa. El equipo casero que le permite hacer esto se llama "Home Access Express HIV-1 Test System", es fabricado por la compañía Home Access Health Corporation y puede comprarlo en la farmacia. Este es el único equipo casero para hacerse la prueba del VIH que está aprobado por la Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA) y que se vende legalmente en los Estados Unidos. Otras pruebas del VIH para hacerse en casa que usted puede encontrar en Internet o en revistas o periódicos no han sido aprobados por la FDA y no siempre pueden dar los resultados correctos.

vaginal. Durante las relaciones sexuales, el VIH puede entrar al cuerpo a través de cualquier abertura, como una raspadura o cortadura en el recubrimiento de la vagina, la vulva, el pene, el recto o la boca. Los condones de látex pueden ayudar a prevenir que una persona infectada le transmita a usted el virus del VIH. (Los condones naturales no protegen tan bien contra el VIH/SIDA como lo hacen los de látex y poliuretano).

- ◆ No conoce la historia sexual y de consumo de drogas de su pareja. Lo que usted no sabe le puede hacer daño. Aunque puede ser algo difícil de hacer, es muy importante que le pregunte a su pareja sobre su historia de relaciones sexuales y de consumo de drogas. Las siguientes son algunas de las preguntas que deben hacerse: ¿A su pareja le han hecho la prueba del VIH/SIDA? ¿Ha tenido un cierto número de parejas sexuales diferentes? ¿Ha tenido su pareja relaciones sexuales sin protección con alguien que ha compartido agujas? ¿Se ha inyectado drogas

o compartido agujas con alguien más? Los usuarios de drogas no son las únicas personas que podrían compartir agujas. Por ejemplo, las personas con diabetes que se inyectan insulina o se sacan sangre para analizar los niveles de glucosa podrían compartir agujas.

- ◆ Alguna vez le han hecho una transfusión de sangre o una operación en un país en desarrollo.
- ◆ Le hicieron una transfusión de sangre en los Estados Unidos entre 1978 y 1985.

¿Es el VIH/SIDA diferente en las personas mayores?

Un número creciente de personas mayores tienen ahora el VIH/SIDA. Aproximadamente el 19 por ciento de todas las personas con VIH/SIDA en este país tienen 50 años de edad o más. Esto se debe a que los médicos están detectando el VIH con más frecuencia que antes en las personas mayores y debido a que la mejora en los tratamientos está ayudando a que la gente que tiene la enfermedad viva más tiempo.

Pero es posible que hayan muchos más casos de los que no

sepamos. ¿Por qué? Una de las razones puede ser que los médicos no siempre hacen pruebas del VIH/SIDA en las personas mayores y por eso es posible que en algunos casos no se den cuenta de la presencia durante los chequeos de rutina. Otra razón puede ser que las personas mayores confunden a veces los signos del VIH/SIDA con los dolores y las molestias propias del envejecimiento. Debido a esto, son menos propensas que las personas más jóvenes a hacerse las pruebas para detectar la enfermedad. Asimismo, pueden sentirse avergonzadas o tener miedo de hacerse la prueba. Las personas de 50 años de edad en adelante pueden haber tenido el virus durante años antes de hacerse la prueba. Pero en el momento que son diagnosticadas con VIH/SIDA, el virus puede estar en sus fases más avanzadas.

El número de casos de VIH/SIDA entre las personas mayores está aumentando cada año debido a que:

- ◆ En los Estados Unidos, las personas mayores saben menos sobre el VIH/SIDA que las personas más jóvenes. No siempre saben cómo se contagia el virus o de la importancia de usar condones,

no compartir agujas, hacerse la prueba del VIH y hablar de este tema con los médicos.

- ◆ Los trabajadores y educadores de la salud no siempre hablan con las personas de mediana y de mayor edad sobre la prevención contra el VIH/SIDA.
- ◆ Las personas mayores son menos propensas que las personas más jóvenes a hablar con sus médicos sobre sus vidas sexuales o su consumo de drogas.
- ◆ Es posible que los médicos no les pregunten a los pacientes mayores sobre sus vidas sexuales o su consumo de drogas o de que hablen con ellos sobre los comportamientos de riesgo.

Cualquier persona que enfrenta una enfermedad grave como el VIH/SIDA puede deprimirse bastante. Este es un problema mucho más acentuado en las personas mayores, ya que al mismo tiempo, también están sobrellevando otras enfermedades relacionadas con la vejez como presión arterial alta, diabetes o problemas del corazón. A medida que el VIH/SIDA empeora, muchas personas necesitarán ayuda para movilizarse y cuidarse a sí mismas.

Información sobre el VIH/SIDA

Es posible que haya leído o escuchado cosas que no sean ciertas sobre la forma en que se contrae el VIH/SIDA. Esta es la INFORMACIÓN CORRECTA:

- ◆ Usted no puede contraer el VIH por medio del contacto casual como darle la mano a alguien o abrazar a una persona con VIH/SIDA.
- ◆ Usted no puede contraer el VIH por usar un teléfono público, beber de una fuente de agua, usar el baño, la piscina, el jacuzzi o la tina.
- ◆ Usted no puede contraer el VIH por compartir una bebida.
- ◆ Usted no puede contraer el VIH porque una persona con VIH/SIDA haya tosido o estornudado al frente suyo.
- ◆ Usted no puede contraer el VIH por haber donado sangre.
- ◆ Usted no puede contraer el VIH por una picadura de mosquito.

Las personas mayores que tienen VIH/SIDA necesitan del apoyo y la comprensión de sus médicos, familiares y amigos.

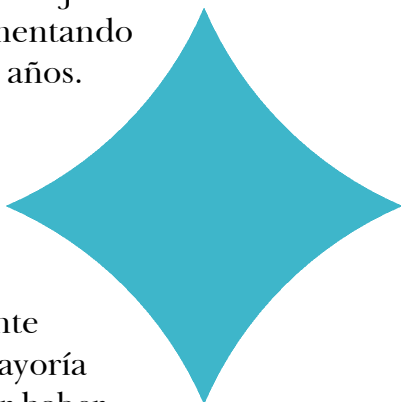
El VIH/SIDA puede también afectar de otras formas a las personas

mayores. Muchas personas jóvenes que están infectadas recurren a sus padres y abuelos para recibir cuidado y apoyo financiero. Las personas mayores no infectadas por el virus pueden hallarse en la posición de tener que cuidar a sus propios hijos contagiados con el VIH/SIDA y luego, en ciertos casos, cuidar a los nietos huérfanos o infectados con el VIH. Cuidar a otras personas puede resultar en un desgaste mental, físico y económico. Esto es especialmente cierto para las personas mayores que cuidan a otras personas. El problema se vuelve aún peor cuando las personas mayores encargadas del cuidado tienen SIDA u otros problemas graves de salud. Recuerde, es importante que se haga a tiempo la prueba del VIH/SIDA. El tratamiento temprano aumenta las posibilidades de vivir durante más tiempo.

El VIH/SIDA en las mujeres

Las cifras de casos de VIH/SIDA entre las personas de color están en aumento a lo largo del país. Aproximadamente la mitad de todas las personas con VIH/SIDA son afro-americanas o hispanas.

El número de casos de VIH/SIDA entre las mujeres también ha ido aumentando durante los últimos años. El aumento del número de casos entre las mujeres de 50 años de edad en adelante ha sido especialmente pronunciado. La mayoría contrajo el virus por haber tenido relaciones sexuales con parejas infectadas. Muchas otras lo adquirieron por compartir agujas. Al igual que con los hombres mayores, las mujeres mayores pueden estar en riesgo porque no saben cómo se contagia el VIH/SIDA. Las mujeres que ya no tienen preocupación de quedar embarazadas son menos propensas a utilizar condones y a tener relaciones sexuales con protección. Asimismo, a medida que la mujer envejece se presenta a menudo resequedad vaginal y adelgazamiento de los tejidos de la pared vaginal. Cuando esto ocurre, la actividad sexual puede causar pequeños cortes o raspaduras que aumentan el riesgo de contraer el VIH/SIDA.



Tratamiento y prevención

No existe una cura contra el VIH/SIDA. Pero si usted resulta infectado o infectada, hay medicamentos que pueden ayudarle a mantener controlado el virus del VIH y a hacer que sea más lenta la propagación del VIH en el cuerpo. Los médicos están utilizando una combinación de drogas llamada HAART (terapia antirretroviral altamente activa) para tratar el VIH/SIDA. A pesar de que no es tratamiento que cura, la terapia HAART está reduciendo ampliamente el número de muertes causadas por el SIDA en este país.

Prevención. Recuerde, hay cosas que usted puede hacer para evitar contraer el VIH/SIDA. Ponga en práctica los siguientes pasos para disminuir los riesgos:

- ◆ Si está teniendo relaciones sexuales, asegúrese de que a su pareja le hayan hecho la prueba del VIH y de que no tenga la infección. Utilice condones masculinos o femeninos (de látex o poliuretano) durante la relación sexual.

- ◆ No comparta agujas ni ningún otro equipo utilizado para inyectar drogas.
- ◆ Hágase la prueba si a usted o a su pareja le hicieron una transfusión de sangre entre 1978 y 1985.
- ◆ Hágase la prueba si a usted o a su pareja le hicieron en algún momento una operación o una transfusión de sangre en un país en desarrollo.

Recursos

Las agencias de salud de la mayoría de las ciudades realizan pruebas del VIH. Las siguientes organizaciones nacionales tienen información sobre el VIH/SIDA.

Centers for Disease Control and Prevention, CDC
(Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, CDC)

Línea Nacional del SIDA (National AIDS Hotline) 1-800-342-AIDS (funciona las 24 horas del día, los 7 días de la semana)
 1-800-344-7432 para español
 1-800-243-7889 (TTY)
www.cdc.gov

CDC National Prevention Information Network
(Centro Nacional de Prevención e Información de los CDC)

P. O. Box 6003
 Rockville, MD 20849-6003
 1-800-458-5231
 1-800-243-7012 (TTY)
www.cdcnpin.org/scripts/index.asp

National Institute of Allergy and Infectious Diseases, NIAID
(Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas, NIAID)

Office of Communications and Public Liaison
 6610 Rockledge Drive, MSC 6612
 Bethesda, MD 20892-6612
 301-496-5717
www.niaid.nih.gov

AIDSinfo
(Información Sobre el SIDA)

P.O. Box 6303
 Rockville, MD 20849-6303
 1-800-HIV-0440 (1-800-448-0440)
 Lunes a viernes: 12:00 p.m. a 5:00 p.m.
 Tiempo del Este
 1-888-480-3739
 (TTY/TDD)
www.aidsinfo.nih.gov



**National Association on
HIV Over Fifty
(Asociación Nacional en HIV para
Personas de Más de 50 Años)**

23 Miner Street
Boston, MA 02215-3318
www.hivoverfifty.org

**Senior Action in a Gay
Environment (SAGE)
(Organización de Homosexuales
en la Tercera Edad)**

305 7th Avenue
16th Floor
New York, NY 10001
212-741-2247
www.sageusa.org

Para más información gratis
sobre la salud y el envejecimiento,
contacte a:

**National Institute on Aging
Information Center
(Centro de Información del Instituto
Nacional Sobre el Envejecimiento)**

P.O. Box 8057
Gaithersburg, MD 20898-8057
1-800-222-2225
1-800-222-4225 (TTY)

Para solicitar publicaciones en
línea (en español o inglés), visite
www.niapublications.org.

Visite la página Web del Instituto
Nacional del Envejecimiento en la
dirección: www.nia.nih.gov.



National Institute on Aging

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento
Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los Estados Unidos
Servicio de Salud Pública
Institutos Nacionales de Salud

Junio 2004

