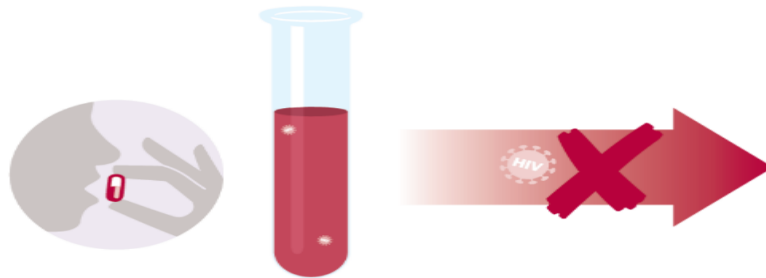


Hoja informativa

Carga y transmisión viral indetectable: una hoja informativa para personas con VIH

Roger Pebody, publicado en enero de 2019

Tomado de: <http://www.aidsmap.com>



Puntos clave

- El tratamiento eficaz contra el VIH reduce la cantidad de VIH en sus fluidos corporales.
- Una vez que la cantidad de VIH en sus fluidos corporales se reduce a un nivel "indetectable", no puede transmitir el VIH durante las relaciones sexuales.
- Esto es lo que significa el eslogan 'Indetectable es igual a Intransmisible' ('I = I').

La cantidad de VIH en sus fluidos corporales se llama su **carga viral**. El tratamiento eficaz contra el VIH (terapia antirretroviral) suprime la cantidad de VIH en sus fluidos corporales hasta el punto en que las pruebas estándar no pueden detectar ningún VIH, o solo pueden encontrar una pequeña huella.

Los médicos llaman a esto "supresión virológica", pero a menudo se lo conoce como "tener una carga viral indetectable" o "ser indetectable".

Tener una **carga viral indetectable** no significa que esté curado del VIH. Si dejara de tomar el tratamiento, su carga viral aumentaría y una vez más sería detectable.

Tener una carga viral indetectable *no* significa que no hay suficiente VIH en sus fluidos corporales para transmitir el VIH durante las relaciones sexuales. En otras palabras, usted no es infeccioso.

Mientras su carga viral permanezca indetectable, su probabilidad de transmitir el VIH a su pareja sexual es cero. Como lo indica el eslogan de la campaña, 'Indetectable equivale a Intransmisible' o 'I = I'.

Esta hoja informativa está escrita para personas que viven con el VIH. Este tema también se trata en [una hoja informativa escrita para personas que no tienen VIH](#).

Carga viral en diferentes etapas.

Durante las primeras semanas después de que alguien contrae el VIH, la carga viral suele ser muy alta, generalmente varios millones de "copias virales por mililitro de sangre" (copias / ml). Existe un riesgo considerable de transmitir el VIH en este momento. De hecho, muchas personas adquieren el VIH de alguien que recientemente lo adquirieron (y no lo saben).

Después de este período de infección temprana, la carga viral generalmente disminuye. Una carga viral típica en alguien que no está tomando tratamiento puede ser de 50,000 copias / ml. Todavía hay un riesgo considerable de transmitir el VIH.

Después de comenzar el tratamiento contra el VIH, la carga viral generalmente cae rápidamente. Dentro de tres a seis meses, la carga viral de la mayoría de las personas se ha vuelto indetectable (por debajo de 50 copias / ml).

Se recomienda esperar hasta que haya tenido al menos dos resultados indetectables seguidos, durante un período de seis meses, antes de confiar en ello. Si ha mantenido una carga viral indetectable durante al menos seis meses y continúa teniendo una buena [adherencia](#), la Asociación Británica contra el VIH dice que no existe riesgo de transmisión del VIH.

Consejo de la Asociación Británica de VIH

La campaña "Indetectable = Intransmisible (I= I) está respaldada por la Asociación Británica del VIH (BHIVA), que es la asociación profesional de médicos y otros profesionales de la salud que trabajan en el VIH en el Reino Unido.

BHIVA dice que el uso constante del tratamiento del VIH para mantener una carga viral indetectable es una forma altamente efectiva de prevenir la transmisión sexual del VIH.

BHIVA dice que los profesionales de la salud deben compartir esta información con todas las personas que viven con el VIH. Aconseja a los profesionales de la salud explicar la evidencia científica detrás de I = I, enfatizando la importancia de una excelente adherencia al tratamiento del VIH y destacando que I = I depende de mantener una carga viral indetectable sostenida.

La evidencia científica

El primer estudio grande que indica que las personas con cargas virales bajas no son infecciosas provino de un estudio de 415 parejas heterosexuales en el año 2000. Esto encontró que ninguna pareja VIH-positiva con una carga viral inferior a 1500 copias / ml transmitió el VIH.

En 2011, un gran ensayo científico llamado HPTN 052 concluyó que el tratamiento del VIH reducía el riesgo de transmitir el VIH a una pareja heterosexual regular en un 96%. La única razón por la que no fue del 100% es que una persona en el ensayo adquirió el VIH, pero esto sucedió pocos días después de que su pareja comenzara el tratamiento. A lo largo del estudio de cuatro años, ni una sola persona con una carga viral indetectable transmitió el VIH a su pareja.

Los resultados finales de los estudios PARTNER 1 y PARTNER 2 se anunciaron en 2016 y 2018, respectivamente. Entre los dos, reclutaron 972 parejas homosexuales y 516 parejas heterosexuales en las cuales una pareja tenía VIH y la otra no. A lo largo del estudio, las parejas homosexuales tuvieron 77,000 actos de sexo con penetración sin condón y las parejas heterosexuales 36,000 actos. Los estudios PARTNER no encontraron una sola transmisión del VIH de una pareja VIH positiva que tenía una carga viral indetectable (por debajo de 200 copias / ml).

En 2017, un estudio similar exclusivamente de 343 parejas de hombres homosexuales, Opposites Attract, tampoco encontró transmisiones de parejas con una carga viral indetectable en 17,000 actos de sexo anal sin condón.

Entre los tres estudios, no se observó la transmisión del VIH de una pareja sexual con una carga viral indetectable en casi 130,000 actos de sexo con penetración sin condón. Esto significa que el riesgo de transmisión por parte de un compañero con una carga viral indetectable es estadísticamente equivalente a cero.

Algunos de los socios de VIH-negativos en estos estudios hicieron contraer el VIH. Pero, mediante pruebas genéticas, los investigadores pudieron demostrar que todas estas infecciones provenían de otras personas y no de su pareja principal.

¿Qué significa esto para mí?

Muchas personas con VIH consideran que no ser infecciosos y el alivio asociado de la ansiedad por la transmisión son beneficios muy importantes del tratamiento contra el VIH. El aumento de la conciencia pública sobre I = I también puede reducir el estigma hacia las personas que viven con el VIH.

Si desea dejar de usar [condones](#) , probablemente sea una buena idea discutir esto con sus compañeros y verificar que estén cómodos con la decisión. De manera similar, si su pareja está usando [PrEP \(profilaxis de pre exposición\)](#) pero siente que ya no necesita más, tendrá que hablar con ellos.

Discutir lo que significa una carga viral indetectable con parejas VIH negativas puede ayudar a reducir su ansiedad por la transmisión del VIH. Pero esta información probablemente sea nueva para la mayoría de las personas que no tienen VIH y puede tomar tiempo para que alguien entienda y confíe en lo que está diciendo.

NAM también ha [producido una hoja informativa para las personas que no tienen VIH](#) para ayudarles a comprender el impacto de una carga viral indetectable en la transmisión del VIH.

Saber que 'Indetectable es Intransmisible' es especialmente útil para las [personas que desean tener un hijo](#). Las parejas en las que una persona tiene un VIH indetectable y la otra es VIH negativo pueden tener relaciones sexuales sin protección para poder concebir.

Sin embargo, es posible que la ley sobre el VIH no haya alcanzado a la ciencia. En algunos países, el sexo sin condón sin revelar su estado de VIH es un delito penal, independientemente de la probabilidad de transmisión del VIH. Para obtener información sobre países específicos, visite criminalisation.gnpplus.net

¿Qué pasa con las infecciones de transmisión sexual (ITS)?

Es importante recordar que si bien el tratamiento contra el VIH protegerá a sus parejas de su VIH, no los protegerá a usted ni a usted de otras [infecciones de transmisión sexual \(ITS\)](#) . Por esta razón, se recomiendan [chequeos](#) regulares de [salud sexual](#) . Usar condones ayudará a prevenir las ITS.

Otra preocupación es si tener una ITS podría llevar a un aumento en la carga viral. Esto le sucede a las personas con VIH que no están recibiendo tratamiento: por ejemplo, la sífilis puede duplicar su carga viral. Las parejas VIH negativas también tienen más probabilidades de contraer el VIH si tienen una ITS.

Pero no es el caso de las personas que toman tratamiento contra el VIH y tienen una carga viral indetectable. En los estudios PARTNER y Opposites Attract, no hubo una sola transmisión del VIH a pesar de que muchas personas tenían ITS. Si mantiene una buena adherencia al tratamiento contra el VIH, contraer una ITS no elevará su carga viral de "indetectable" a "detectable". El tratamiento eficaz previene la transmisión sexual del VIH incluso si hay otras ITS presentes.

Si tengo un 'blip' de carga viral, ¿podría transmitir el VIH?

Las personas con una carga viral indetectable a veces experimentan lo que se conoce como 'blips' en su carga viral. Su carga viral aumenta de indetectable a un nivel bajo pero detectable antes de volver a ser indetectable en la siguiente prueba.

Por ejemplo, su carga viral puede aumentar temporalmente a 60 copias / ml o 150 copias / ml. Esto no debe ser motivo de preocupación.

Recuerde que en los estudios PARTNER y Opposites Attract, "indetectable" se definió como debajo de 200 copias / ml. Estos estudios mostraron que la transmisión no ocurre por debajo de este nivel.

Sin embargo, una señal intermitente podría indicar un problema si ocurre aproximadamente al mismo tiempo que las dosis perdidas o tardías de su medicamento, o si su carga viral permanece por encima de la detectable en dos pruebas consecutivas.

¿No es la carga viral en el semen, los fluidos vaginales o el recto más importante que la carga viral en la sangre?

La carga viral en la sangre y en otros fluidos corporales suele ser muy similar: si el VIH en su sangre es indetectable, es probable que sea indetectable en otros lugares. Ocasionalmente, las personas tienen un VIH indetectable en la sangre y niveles bajos de VIH en otros fluidos corporales, pero muy raramente en niveles infecciosos.

¿El tratamiento del VIH siempre funciona?

Aproximadamente una de cada seis personas en su primer régimen de tratamiento contra el VIH nunca tienen una carga viral indetectable o su tratamiento deja de funcionar el primer año. Durante el segundo año de tratamiento, la posibilidad de que su terapia deje de funcionar

es de aproximadamente uno en veinte y esto disminuye aún más durante la próxima década a aproximadamente una probabilidad de fracaso de uno en cincuenta en cualquier año.

Por lo tanto, cuanto más tiempo haya estado en una terapia particular contra el VIH, menor será la probabilidad de que deje de trabajar. Casi todas las personas que pasan a un segundo o tercer régimen reducen su carga viral a un nivel indetectable.

Si el tratamiento de alguien no hace que la carga viral sea indetectable, generalmente esto se debe a que están teniendo problemas para tomar el tratamiento según lo prescrito, es decir, no toman todas sus pastillas en el momento adecuado, sin perder las dosis. Si tiene problemas para seguir con su tratamiento, hable con su médico y es posible que ellos puedan encontrar la combinación de medicamentos que más le convenga.

¿Se aplica U = U a todos los tipos de sexo?

Una carga viral indetectable evitará que se transmita el VIH durante el **sexo oral**, vaginal y anal. Los condones no son necesarios para prevenir la transmisión del VIH cuando su carga viral es indetectable.

¿Se aplica U = U a la transmisión no sexual del VIH?

Esta página trata sobre la transmisión del VIH durante el sexo.

Pero una carga viral indetectable también es crucial para la concepción, el embarazo y el parto. Si mantiene una carga viral indetectable durante el **embarazo**, el riesgo de que el VIH se transmita a su bebé es de solo 0.1%, o uno en mil.

Durante la **lactancia**, una carga viral indetectable reduce en gran medida el riesgo de transmitir el VIH, aunque no elimina completamente esta posibilidad. En el Reino Unido y en otros países donde se dispone de agua limpia y equipo de esterilización, la alimentación con biberón con leche de fórmula es la forma más segura de alimentar a su bebé.

Si usa drogas inyectables y **comparte agujas** u otros equipos, tomar el tratamiento contra el VIH y tener una carga viral indetectable reduce considerablemente el riesgo de contagio del VIH, pero no sabemos cuánto.

Enlace original: http://www.aidsmap.com/page/1044617/?utm_source=NAM-Email-Promotion&utm_medium=aidsmap-news&utm_campaign=aidsmap-news