



# PREVENCIÓN DEL SIDA EN LOS NIÑOS Y LOS ADOLESCENTES



## GUÍA PARA LOS PADRES

Bernardino Roca

Facultativo Especialista

Unidad de Enfermedades Infecciosas

Hospital General de Castellón

CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES  
DE ALUMNOS

### Índice

Apartados	Páginas
Introducción.....	x
El sida y el VIH.....	x
Vías de transmisión del VIH.....	x



Prevención de la transmisión del VIH.....	x
Vías por las que no se transmite el VIH.....	x
Recomendaciones para hablar del sida y el VIH con los niños y los adolescentes.....	x
Qué hay que tener en cuenta al hablar del sida y el VIH con los niños de 10 a 13 años.....	
x	
Qué hay que tener en cuenta al hablar del sida y el VIH con los adolescentes de 13 a 18 años.....	x

## Introducción

Desde su aparición a principios de los años ochenta, el sida ha provocado la muerte de más de 15 millones de personas en todo el mundo. España, con más de 50.000 casos de sida declarados, es el país europeo con mayor tasa de incidencia de esta enfermedad.

El sida está producido por el **virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)**. El contagio por este virus puede ocurrir en personas de cualquier edad y de cualquier nivel socioeconómico. Por ello, para prevenir sus graves consecuencias, es muy importante que todo el mundo esté bien informado sobre los mecanismos de transmisión de esta infección.



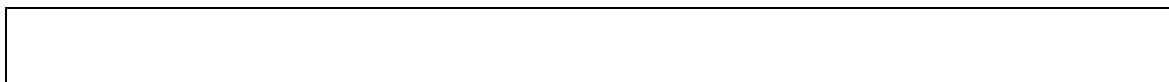
Los adolescentes constituyen un grupo especialmente predispuesto a realizar prácticas de riesgo de infección por el VIH, por tanto, es fundamental que conozcan adecuadamente las vías de transmisión del virus y sus graves consecuencias. En ese sentido, los padres pueden desarrollar una labor decisiva, colaborando en la educación e información de sus hijos, por lo que también es muy importante que estén bien informados sobre la infección por el VIH.

Hablar abiertamente y con rigor de este asunto con los niños y los adolescentes será para éstos clarificador, y de gran utilidad para prevenir el contagio por una infección que puede condicionar muy negativamente sus vidas.

Esta publicación pretende servir para que los padres adquieran la información fundamental sobre la infección por el VIH y el sida, y de ese modo puedan informar y contestar adecuadamente a las preguntas que sus hijos les puedan plantear sobre ese tema.

En todo caso, cuando se desconoce la respuesta correcta a una pregunta concreta, siempre es mejor reconocerlo y acudir a un experto que aventurar opiniones que pueden inducir a errores o provocar perjuicios innecesarios.

En todas las ciudades la Sanidad Pública dispone de centros de información a los que puede consultarse de modo anónimo cualquier duda sobre la infección por el VIH y el sida. Al final de esta guía aparecen también teléfonos y sitios de Internet donde puede obtenerse información adicional.



Las encuestas indican que...

... la edad más frecuente para comenzar a tener relaciones sexuales completas se sitúa alrededor de los 16 años, en ambos sexos.

... más de la mitad de los adolescentes de 17 años han probado las drogas ilegales.

Con gran frecuencia los padres desconocen que sus hijos realizan prácticas de riesgo de infección por el VIH.

## El sida y el VIH

La palabra **sida** es un acrónimo formado por las iniciales de "síndrome de **inmunodeficiencia adquirida**".

El sida está causado por el VIH, un virus que ataca y va destruyendo lentamente al sistema inmunitario, que es el encargado de la defensa del organismo frente a las infecciones y otras enfermedades. El VIH afecta muy especialmente a los llamados **linfocitos CD4**, células fundamentales para el buen funcionamiento de dicho sistema inmunitario.



El VIH posee un gran poder destructor y es muy difícil de combatir. Sin embargo, fuera del organismo es muy lábil y se inactiva en poco tiempo, como máximo en unas pocas horas.

Cuando cualquier agente infeccioso penetra en el organismo se producen unas sustancias denominadas anticuerpos, que generalmente consiguen controlar y eliminar la infección. Sin embargo, en el caso del VIH no ocurre así, sino que la persona contagiada, aunque produce anticuerpos contra el virus, queda infectada para siempre.

Los anticuerpos son de gran utilidad para diagnosticar la infección por el VIH, es decir, para saber quién está infectado por el virus. Estos anticuerpos aparecen en la sangre pocas semanas después de contagio, y luego permanecen indefinidamente. Para detectar los anticuerpos debe realizarse un análisis de sangre.

Como los anticuerpos del VIH se encuentran en el suero de la sangre, a los pacientes infectados se les suele llamar **seropositivos**.

La mayoría de las personas con infección por el VIH se encuentran bien, y tienen un aspecto completamente normal, pero a pesar de ello pueden transmitir el VIH a otras. En ocasiones a estas personas con apariencia totalmente sana se les llama **portadoras**.

Por el contrario, los pacientes con infección por el VIH avanzada pueden padecer numerosos problemas de salud, como pérdida importante de peso, neumonías graves, enfermedades cerebrales incapacitantes o cáncer. Cuando aparecen estas complicaciones se dice que los pacientes afectados tienen el sida.



En la mayoría de las personas el sida se presenta aproximadamente 10 años después de producirse el contagio por el VIH. Sin embargo, hay pacientes que sufren el sida bastante antes, incluso tras sólo uno o dos años de infección, y otros que tardan más de 20 años en que se les manifieste el sida.

Todas las personas con infección por el VIH deben ser controladas por un médico experto en enfermedades infecciosas, ya que en la actualidad existen medicamentos que previenen eficazmente el desarrollo del sida, y permiten a los pacientes llevar una vida normal.

Una vez producida la infección por el VIH, el virus permanece en el organismo indefinidamente y va dañando el sistema inmunitario, hasta que finalmente aparecen las manifestaciones que caracterizan al sida.

**Virus:** agentes infecciosos extraordinariamente pequeños, capaces de producir numerosas enfermedades.

**VIH:** virus de la inmunodeficiencia humana.

**Sida:** síndrome de inmunodeficiencia adquirida, producido por el VIH.

**Inmunodeficiencia:** enfermedad consistente en la pérdida de las defensas naturales que el organismo tiene para combatir las infecciones.

**Seropositiva:** persona con infección por el VIH.



## Vías de transmisión del VIH

Fundamentalmente el VIH se transmite cuando la sangre, el semen o las secreciones vaginales de una persona infectada alcanzan la sangre de una persona sana. También puede transmitirse el VIH a través de la leche materna.

El contagio por el VIH se produce principalmente por dos vías:

- Parenteral: Compartiendo agujas o jeringuillas con una persona infectada por el VIH.
- Sexual: Teniendo relaciones sexuales completas, es decir, coito anal o vaginal, con una persona infectada por el VIH.

El contagio por el VIH también es posible:

- De la mujer embarazada al feto y de la mujer que amamanta a su hijo.
- Mediante la transfusión de sangre o sus derivados contaminados.
- Mediante el coito oral con una persona infectada.

### **Transmisión por vía parenteral**

El VIH se transmite con gran facilidad al compartir agujas, jeringuillas y otros materiales durante el consumo de drogas parenterales o inyectadas. La sangre de una persona infectada puede quedarse en estos dispositivos, y si



posteriormente son usados por otra persona, ésta puede sufrir el contagio por el VIH. La adicción a las drogas parenterales es el modo más frecuente de transmisión del VIH en España.

Por esta vía, además del VIH, se transmiten otros gérmenes, como el virus de la hepatitis C, estafilococos, etc. que provocan otras graves infecciones, e incluso la muerte. Además, la adicción a las drogas con frecuencia conlleva serios problemas sociales y judiciales.

Por todo ello la adicción a las drogas parenterales es una práctica de alto riesgo, absolutamente desaconsejable.

Lógicamente también es posible la transmisión del VIH con el empleo de las agujas que habitualmente se usan para poner medicamentos, siempre que se empleen en más de un paciente.

Igualmente es posible la transmisión del VIH con los instrumentos que se utilizan para realizar tatuajes o "piercings", con las hojas de afeitar, o con cualesquiera otros utensilios que sean capaces de atravesar la piel. En cualquier caso, el contagio por el VIH con todos estos instrumentos es poco frecuente, y si estas prácticas se realizan con el instrumental adecuado, debidamente desinfectado, el riesgo de contagio por el VIH es nulo.

### **Transmisión por vía sexual**

El VIH puede transmitirse mediante el coito anal o vaginal no protegido, es decir, sin utilizar preservativo. El contagio puede producirse de hombre a





mujer, de mujer a hombre y de hombre a hombre. El contagio de mujer a mujer es posible, pero es poco probable.

El VIH está presente en la sangre, el semen y las secreciones vaginales de las personas infectadas, y puede entrar en el organismo por pequeñas erosiones que se producen durante el coito en las mucosas de la vagina, el pene, el recto y, posiblemente, la boca. Estas erosiones pueden ser tan pequeñas que ni siquiera se noten.

Durante el coito oral es posible la transmisión del VIH, sobre todo para quien efectúa la estimulación con su boca. No obstante con este tipo de práctica sexual el riesgo es mucho más bajo que con el coito anal o vaginal.

La existencia de úlceras en los genitales, como las que aparecen en la sífilis u otras enfermedades de transmisión sexual, favorece considerablemente la transmisión del VIH durante el coito.

Las personas infectadas por el VIH generalmente no presentan ningún indicio que permita saber que están infectadas, por lo que es muy difícil estar seguros de quién está o no infectado. Por consiguiente, a mayor número de compañeros con los que se tenga relaciones sexuales no protegidas, mayor riesgo de que alguno de ellos tenga infección por el VIH, y mayor riesgo de contagiarse.

### **Transmisión de madre a hijo**



Las mujeres con infección por el VIH pueden contagiar a sus hijos durante el embarazo y sobre todo durante el parto. A esta vía de transmisión se le suele llamar vertical.

Si la madre no recibe tratamiento alguno, aproximadamente uno de cada cuatro o cinco niños nace contagiado. Sin embargo, si la madre recibe el control y el tratamiento antiviral adecuado, el riesgo de infección para el niño es casi nulo.

El VIH también puede transmitirse de la madre al hijo a través de la leche materna, durante la lactancia natural.

### **Transmisión mediante transfusiones**

En los primeros años de la década de los ochenta, cuando apareció el sida y todavía no se conocía el VIH, se produjeron casos de transmisión del virus mediante transfusiones y mediante la inyección de derivados de la sangre.

Sin embargo, en la actualidad este riesgo es prácticamente nulo, ya que la sangre que se utiliza para realizar transfusiones o para elaborar derivados de la misma se analiza sistemáticamente, y si está contaminada por el VIH, o por otros microorganismos, se desecha.

También están controlados en la actualidad, para evitar infecciones por el VIH, los órganos que se utilizan para realizar trasplantes, y el semen que se emplea en la inseminación artificial.

El VIH se transmite principalmente...

... por vía parenteral

... por vía sexual

## Prevención de la transmisión del VIH

### **Prevención de la transmisión por vía parenteral**

Para prevenir la transmisión por vía parenteral, es necesario asegurarse de que en todas las ocasiones que se produzca la perforación de la piel, se empleen agujas, jeringuillas o cualesquiera otros instrumentos estériles, es decir, no usados por otras personas y desinfectados.

La mayoría de las personas adictas a las drogas, debido a su especial idiosincrasia, no suelen seguir estas recomendaciones. A pesar de ello siempre es conveniente informarles adecuadamente para que, si es posible abandonen la adicción a las drogas parenterales, o al menos utilicen instrumentos estériles.

### **Prevención de la transmisión por vía sexual**



El preservativo o condón debe utilizarse siempre que se tenga relaciones sexuales con penetración anal, vaginal u oral con otra persona, de la que se desconozca si es seropositiva o no. Con ello no sólo se previene con bastante eficacia la infección por el VIH, sino también la infección por el virus de la hepatitis B y diversas enfermedades de transmisión sexual.

Para que el preservativo sea todo lo eficaz posible debe ser de látex y estar en buenas condiciones. Al sacarlo del envoltorio debe manipularse con cuidado para no rasgarlo, y debe colocarse justo antes del coito, cuando el pene está en total erección. No debe haber burbujas de aire entre el preservativo y el pene. Inmediatamente después de eyacular, debe retirarse el pene, sujetando el preservativo para evitar que se salga. En caso de utilizar lubricantes, recomendables en el coito anal, deben ser acuosos o de silicona, y no grasos como los aceites o las vaselinas, que pueden provocar la rotura del preservativo.

A pesar de la probada eficacia del preservativo en la prevención de la transmisión del VIH, es necesario tener en cuenta que en ocasiones puede fallar, por ejemplo si se usa inadecuadamente, o se rompe durante el coito.

Por ello, aunque resulte obvio decirlo, para evitar el contagio por el VIH por vía sexual, lo más seguro de todo es no tener relaciones sexuales, o bien tenerlas únicamente con personas de las que se sabe con certeza que no están infectadas.

### **Prevención de la transmisión de madre a hijo**



Para evitar la transmisión por esta vía, todas las mujeres embarazadas o que consideren la posibilidad de quedarse embarazadas, y hayan efectuado alguna práctica de riesgo de infección por el VIH, aunque haga años, deben realizarse un análisis para saber con seguridad si están infectadas o no.

En caso de ser seropositivas deben hacérselo saber a su ginecólogo, y deben acudir a un médico experto en enfermedades infecciosas. Dichos especialistas les prescribirán un tratamiento con el que prácticamente se anula la posibilidad de transmisión del VIH de la madre al hijo.

Para evitar el contagio a través de la leche materna, las mujeres con infección por el VIH deben dar lactancia artificial a sus hijos, y no amamantarlos.

Las principales medidas a tomar para evitar el contagio por el VIH son:

- Evitar el consumo de drogas parenterales.
- Utilizar preservativos si se tiene relaciones sexuales con personas que puedan estar infectadas.

Vías por las que no se transmite el VIH



El VIH no se transmite:

- Al donar sangre o al realizarse análisis. En los centros sanitarios las extracciones de sangre se realizan sistemáticamente con material estéril y desechable, por tanto, el contagio por el VIH no es posible.
- Mediante la masturbación mutua. El VIH no se transmite por las manos, a no ser que éstas tengan algún tipo de herida visible.
- Por el aire. Los pacientes seropositivos, al hablar, toser o estornudar no pueden contagiar con el VIH a nadie.
- Durante la convivencia habitual, al realizar las actividades rutinarias del hogar, el lugar de trabajo o los medios de transporte. El VIH no se transmite al darse la mano, dar o recibir un beso en la cara o abrazarse. Tampoco se transmite al compartir el teléfono, la ropa o el cuarto de baño con personas seropositivas. Igualmente, tampoco se transmite a través de los alimentos, las bebidas, las cucharas, los vasos u otros objetos.
- En la guardería o la escuela. El VIH no se transmite a través de los juguetes o el material escolar.
- En las piscinas o instalaciones deportivas. El VIH no se transmite por el agua.
- Por picaduras de mosquitos o de otros insectos. El VIH no habita en los insectos.
- Al limpiar o ayudar a asearse a los pacientes con sida.



- Por las lágrimas, el sudor o la orina, siempre que no exista sangre visible en estos fluidos corporales.

La adecuada información sobre el VIH y su transmisión es fundamental para prevenir el contagio.

## Recomendaciones para hablar del sida y el VIH con los niños y los adolescentes

Los niños y sobre todo los adolescentes de hoy en día a menudo se encuentran en **situaciones en las que deben tomar importantes decisiones** relacionadas con el sexo y las drogas, y que, por tanto, conllevan prácticas de riesgo de infección por el VIH. Lo habitual es que los padres desconozcan que estos hechos están ocurriendo. Sin embargo, si previamente los padres han hablado con sus hijos sobre el VIH y su transmisión, es probable que la información recibida ayude a los hijos a resistir la presión de sus amigos y a tomar decisiones que pueden protegerles del contagio por el VIH.

Iniciar una conversación de este tipo suele resultar difícil, tanto para los padres como para los hijos. Para ello pueden aprovecharse los mensajes que



sobre el VIH y el sida aparecen en los medios de comunicación, los actos públicos que se organizan al respecto o bien los conocimientos sobre salud adquiridos por los hijos en los centros de educación. De todos modos no es raro que los hijos pregunten directamente sobre el sida o temas afines, en cuyo caso debe aprovecharse para proporcionar la adecuada información.

Para muchos padres resulta incómodo hablar de este tema, en cuyo caso no hay ningún problema en reconocerlo delante del hijo, ya que con ello se facilitará notablemente la comunicación. Hablar previamente sobre el VIH con otros adultos puede ayudar a familiarizarse con el tema, y facilitar la conversación con el hijo.

No es necesario ser un experto en VIH para poder hablar del tema con propiedad. Leer esta sencilla guía es suficiente para comprender los principios básicos y comunicarlos a otros.

Para que la conversación con el niño o adolescente sea útil, es conveniente que el padre se sitúe al nivel del hijo, de modo que exista la mayor sintonía posible. Para ello puede ser útil que el padre recuerde cómo era él y qué pensaba cuando él mismo era adolescente, aunque sin olvidar que los tiempos cambian y hay importantes diferencias entre el mundo de hoy y el de años atrás. En cualquier caso **conviene que exista un intercambio de ideas y no un monólogo por parte del padre**. Es fundamental que el padre se interese por las inquietudes y las actividades del hijo y le escuche con atención. El objetivo de la conversación es aconsejar y transmitir información, y hacer ver al hijo que, a pesar de su corta edad, tendrá que tomar decisiones trascendentales para su vida, en lo que a sexo y drogas se refiere. Una actitud





crítica y de desaprobación por parte del padre nunca es deseable, ya que únicamente favorecerá que el hijo ignore lo que se le dice.

Debe tenerse en cuenta que a veces los adolescentes no comprenden bien la relación existente entre sus decisiones y las consecuencias que acarrearán, y que muchas veces están muy influenciados y presionados por sus amigos. En ambos casos, es fundamental hacerles comprender que determinadas decisiones son claves, y que nadie debe tomarlas por ellos.

Los adolescentes con frecuencia necesitan y buscan consejo, por tanto, lo más probable es que estén receptivos a la información que se les ofrece. Sin embargo, también es verdad que suelen ser rebeldes y pueden no hacer caso a lo que se les dice. Si ocurre esto, se les puede instar a que busquen información por otras vías, por ejemplo se les puede aconsejar que lean esta guía, si se considera adecuado, o bien se puede intentar de nuevo la conversación en otra ocasión.

## Qué hay que tener en cuenta al hablar del sida y el VIH con los niños de 10 a 13 años

La mayoría de los niños de 10 a 13 años no son sexualmente activos y no utilizan drogas, por tanto, no es imprescindible informar a todos ellos sobre el VIH y sus vías de transmisión.

No obstante, en algunos casos el consumo de drogas inyectadas se inicia a edades sorprendentemente tempranas, como los 11 o 12 años, y



tampoco es excepcional que las actividades sexuales comiencen hacia los 13 años. Por ello, si se detecta algún indicio de que los niños de este grupo de edad puedan estar considerando la posibilidad de realizar alguna práctica de riesgo, es fundamental que se les informe adecuadamente, en un lenguaje comprensivo para ellos, con la finalidad de que capten bien en qué consiste la infección por el VIH, cómo se transmite el virus y cómo se evita el contagio.

Casi con seguridad los niños de esta edad han oído hablar del sida, y con frecuencia la información de que disponen es incorrecta, e incluso tienen miedo infundado a contagiarse. Por ello puede ser útil explicarles que el virus no se transmite al realizar las actividades cotidianas propias de su edad, como compartir el material escolar, jugar, etc. También es muy importante hacerles ver que, si tienen compañeros de clase o de juegos con infección por el VIH, deben tratarlos como a uno más, sin actitudes discriminativas o culpabilizadoras.

Las actividades de riesgo de infección por el VIH pueden iniciarse a edades sorprendentemente tempranas.



## Qué hay que tener en cuenta al hablar del sida y el VIH con los adolescentes de 13 a 18 años

La mayoría de los adolescentes se encuentran, más o menos frecuentemente, en situaciones en las que deben tomar decisiones sobre el consumo de drogas y sobre las relaciones sexuales. Por tanto, es necesario que todos ellos estén bien informados sobre el VIH y sus vías de transmisión.

También es importante que tengan bien presente que el alcohol u otras drogas, que con frecuencia consumen, pueden disminuir sus facultades mentales y hacer que sean menos deliberadas sus decisiones en relación con las conductas de riesgo de infección por el VIH.

Lo normal es que los adolescentes hayan oído hablar sobre el VIH y su contagio, y dispongan de bastante información al respecto. Pero, tal como sucede con los niños, es habitual que los datos que posean sean defectuosos e incompletos. Por ello, es fundamental que se les informe adecuadamente, en un lenguaje apropiado para ellos, con la finalidad de que comprendan bien las vías de transmisión y las consecuencias de la infección por el VIH, y de ese modo sean capaces de estar prevenidos y evitar las prácticas de riesgo de infección.

También es común que se vean presionados por sus amigos para adoptar conductas de riesgo. Por ello es importante hacerles ver que las decisiones que tomen al respecto deben meditarlas y adoptarlas ellos mismos, sin que nadie decida por ellos.



Finalmente es muy conveniente hacer saber a los adolescentes que, si tienen compañeros de clase o amigos con infección por el VIH, deben tratarlos correctamente y ayudarles, y no adoptar actitudes discriminatorias o culpabilizadoras contra ellos.

La discriminación de las personas con infección por el VIH no está justificada en ningún caso.

## Referencias

- Gatell J.M, Clotet B, Podzamczar D, Miró J.M y Mallolas J. Guía práctica del SIDA. Clínica, diagnóstico y tratamiento. 5ª ed. Barcelona: Masson, 1998.
- Soriano V y González-Lahoz J. Manual del sida. Madrid: IDEPSA, 1999.
- Generalitat Valenciana, Conselleria de Sanitat, Direcció General de Salut Pública. Que la ignorancia no dé sida. Valencia: Generalitat Valenciana, 1998.



- Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. Dona i sida. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- US Department of Health and Human Services. AIDS Prevention Guide: The Facts About HIV Infection And AIDS. Rockville, MD: CDC National AIDS Clearinghouse, 1999.

### **Información sobre VIH y sida**

#### Teléfonos de llamada gratuita

Fundación Antisida de España (FASE): **900 111 000**

Coordinadora Gay Lesbiana: **900 601 601**

#### Internet

Ministerio de Sanidad y Consumo: <http://www.msc.es/sida/home.htm>

Universidad de California en San Francisco: <http://hivinsite.ucsf.edu/spanish/>

Fundación Antisida de España (FASE): <http://www.fase.es/>

Cuídese.net: <http://www.latintop.com/cuidese/sida/>

