

INDETECTABLE = INTRANSMISIBLE

PREGUNTAS FRECUENTES PARA LA COMUNIDAD

TDH SE UNE A LA U=CAMPAÑA U

El 27 de noviembre de 2019, el Departamento de Salud de Tennessee se convirtió en uno de los primeros departamentos de salud estatales del sur en unirse a la campaña "Undetectable Equals Untransmittable" ("Indetectable Equivale a Intransmisible") o "U=U" (por sus siglas en inglés). La campaña "U=U" promueve el mensaje de que las personas que viven con el VIH que toman medicamentos para lograr y mantener una carga viral indetectable no pueden transmitir el virus a su(s) pareja(s) sexual(es). Este mensaje es vital para combatir el estigma relacionado con el VIH y para animar a las personas a que ingresen y permanezcan bajo atención médica para el VIH.

"Lo más importante que puede hacer una persona que vive con el VIH para mantenerse sana y prevenir la transmisión del virus es recibir tratamiento con medicamentos de forma continuada", dijo Pamela Talley, MD, MPH, directora médica de la sección de VIH/ETS/Hepatitis Virales del TDH. "La ciencia es clara. Numerosos estudios han demostrado que las personas que viven con el VIH que toman sus medicamentos para el VIH según lo prescrito y obtienen y mantienen una carga viral indetectable no tienen efectivamente ningún riesgo de transmitir el VIH."

¿QUÉ SIGNIFICA INDETECTABLE?

Las pruebas de carga viral del VIH miden la cantidad de virus del VIH en la sangre. Hay muchas pruebas de carga vírica diferentes utilizadas por los laboratorios de Estados Unidos, cada una de ellas con diferentes grados de sensibilidad para detectar el virus del VIH. Algunas pruebas de carga viral son muy sensibles y pueden medir tan sólo 20 copias del virus del VIH por mililitro (mL) de sangre, mientras que otras pruebas de carga viral necesitan al menos 200 copias por/mL para detectar el virus del VIH. Si hay menos del número de copias que puede detectar esa prueba de laboratorio, se dice que el número de partículas virales en la sangre es "indetectable".

Independientemente de la prueba que se utilice, si la carga viral del VIH de una persona se mantiene por debajo de 200 copias/mL de sangre, se considera indetectable. Indetectable significa lo mismo que estar viralmente suprimido.

¿QUÉ SIGNIFICA INTRANSMISIBLE?

Intransmisible significa que no hay pruebas de que los individuos que han logrado y mantenido una carga viral indetectable a través de la terapia antirretroviral (ART, por sus siglas en inglés) puedan transmitir el virus por vía sexual.

¿CUÁNTO TIEMPO TARDA EN SER INDETECTABLE?

Una vez que el proveedor encuentra el régimen ART adecuado para una persona, pueden pasar hasta 6 meses para que los medicamentos reduzcan el número de partículas virales del VIH en el cuerpo de una persona a un nivel indetectable. Tomar los medicamentos tal y como se han prescrito y seguir recibiendo

atención médica para el VIH ayuda a las personas a alcanzar un nivel indetectable más rápidamente. La única manera de saber cuándo una persona ha alcanzado un nivel indetectable es haciéndose análisis de carga viral.

El cuerpo de cada persona es diferente. El proveedor puede tardar en encontrar el medicamento adecuado para una persona que vive con el VIH y algo más de tiempo para que los medicamentos funcionen a su mejor nivel en el cuerpo de la persona. Es importante no comparar el tiempo que se tarda en ser indetectable con el de otras personas que viven con el VIH. La mejor manera de alcanzar y mantener el estado indetectable es seguir recibiendo atención médica para el VIH.

¿CUÁNTO TIEMPO NECESITA ALGUIEN PARA SER INDETECTABLE PARA SER CONSIDERADO INTRANSMISIBLE?

Después de alcanzar por primera vez una carga viral indetectable, una persona que vive con el VIH debe mantener la supresión viral durante 6 meses antes de utilizar su estado indetectable como método de prevención del VIH.

¿CON QUÉ FRECUENCIA DEBE UNA PERSONA QUE VIVE CON EL VIH HACERSE LA PRUEBA DE CARGA VIRAL?

La prueba de carga viral es la forma en que el proveedor y la persona que vive con el VIH saben que sus medicamentos para el VIH están funcionando. También es la única manera de garantizar que una persona que vive con el VIH ha mantenido su estado indetectable y puede seguir utilizándolo como método de prevención del VIH.

Una persona que vive con el VIH debe hacerse la prueba de carga viral cada tres meses para asegurarse de que está suprimida viralmente. Si una persona ha estado indetectable durante mucho tiempo, el proveedor puede cambiar a una prueba de carga viral menos frecuente (cada 6 meses).

¿SE APLICA U=U A TODOS LOS TIPOS DE SEXO?

Sí. Las personas que viven con el VIH y que tienen una carga viral indetectable no pueden transmitir el VIH a través del sexo vaginal, anal u oral insertivo o receptivo.

¿AYUDA U=U A PROTEGER CONTRA OTRAS ENFERMEDAD DE TRANSMISIÓN SEXUAL (STI, por sus siglas en inglés)?

U=U sólo se aplica a la transmisión del VIH y no protege contra la transmisión de otras STI como la sífilis, la clamidia y la gonorrea.

¿SE DEBE SEGUIR UTILIZANDO EL PRESERVATIVO SI ALGUIEN ES INDETECTABLE?

Dado que U=U sólo se aplica al VIH y no protege a las personas de otras STI ni de los embarazos no deseados, los preservativos siguen siendo una importante herramienta de prevención para esos fines.

SI ALGUIEN ES INDETECTABLE, ¿DEBE SU PAREJA SEGUIR TOMANDO PREP?

Al igual que U=U, PrEP es una herramienta eficaz de prevención del VIH. Se calcula que esta píldora que se toma una vez al día tiene una eficacia superior al 99% en la prevención de la transmisión sexual del VIH. Se

estima que U=U tiene una eficacia del 100% en la prevención de la transmisión sexual del VIH.

Aunque tomar la PrEP puede no ser necesario si una persona tiene una relación monógama con alguien que tiene una carga viral indetectable, es posible que la pareja quiera tomar la PrEP porque se siente más segura al tomar su propia decisión de salud sexual o tener más parejas.

[Haga clic aquí para leer la eficacia estimada por los CDC de varios métodos de prevención del VIH.](#)

¿QUÉ SIGNIFICA U=U PARA LAS PERSONAS QUE INTENTAN QUEDARSE EMBARAZADAS?

U=U es un importante mensaje de esperanza para las parejas que tienen diferentes estados de VIH y que desean quedar embarazadas sin la preocupación de la transmisión del VIH por las relaciones sexuales sin preservativo.

Una persona que vive con el VIH y desean quedar embarazada debe hablar con su proveedor sobre las formas de reducir la posibilidad de transmitir el VIH a su hijo(a) durante el parto. Seguir recibiendo atención médica para el VIH, tomar los medicamentos para el VIH según lo prescrito y elaborar un plan de embarazo y parto con un proveedor puede ayudar a garantizar el resultado más saludable para los padres y el niño(a).

¿SE APLICA U=U A LAS PERSONAS QUE QUIEREN AMAMANTAR?

En la actualidad, no hay pruebas suficientes para extender U=U a la transmisión del VIH por la leche materna. Aunque se ha demostrado que el hecho de tomar un ART eficaz reduce significativamente el riesgo de transmisión del VIH a través de la lactancia materna, no elimina el riesgo. Por lo tanto, se sigue recomendando que las personas que viven con el VIH se abstengan de amamantar.

[Haga clic aquí para leer más sobre el VIH y la lactancia.](#)

¿SE APLICA U=U A LAS PERSONAS QUE SE INYECTAN DROGAS?

Las personas que viven con el VIH que tienen una carga viral indetectable y se inyectan drogas no pueden transmitir el VIH a sus parejas a través de las relaciones sexuales. Pero U=U no se aplica a la transmisión del VIH por compartir agujas y otros elementos utilizados para inyectarse drogas. Utilizar siempre agujas y artículos nuevos para inyectarse drogas es una práctica importante para prevenir la transmisión del VIH y de otros agentes patógenos transmitidos por la sangre, como la hepatitis C.

[Haga clic aquí para conocer los programas de servicios de jeringas en Tennessee.](#)

¿CÓMO APOYA U=U LA ERRADICACIÓN DE LA EPIDEMIA DEL VIH?

Las personas que viven con el VIH y mantienen un estado indetectable desempeñan un papel importante en la prevención del VIH. Asegurarse de que todas las personas que viven con el VIH reciban atención médica y permanezcan en ella es la única forma de acabar realmente con la epidemia del VIH en Estados Unidos.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE HABLAR DE U=U?

El estigma del VIH ha mantenido a muchas personas que viven con el VIH fuera de la atención médica y ha impedido que otras personas quieran siquiera hacerse la prueba del VIH. Para poner fin a la epidemia de VIH en Estados Unidos necesitamos que todas las personas conozcan su estado de VIH y que todas las personas que viven con el VIH reciban y sigan recibiendo atención médica. Hablar de U=U reduce el estigma del VIH. U=U anima a las personas a conocer su estado de VIH haciéndose la prueba. Y para los que viven con el VIH, U=U ayuda a motivar a las personas para que sigan recibiendo atención médica. U=U es un mensaje de esperanza de que todas las personas (las que viven con el VIH y las que no viven con el VIH) pueden vivir y amar sin miedo gracias a los medicamentos realmente eficaces contra el VIH.

HOW CAN I TALK ABOUT U=U?

La forma de hablar de U=U es muy importante para que la gente entienda el mensaje y se sienta segura de que U=U es un método eficaz de prevención del VIH. Lo más importante es tener claro que U=U funciona y hablar de ello con frecuencia. A continuación se ofrecen algunas orientaciones lingüísticas que deben tenerse en cuenta al hablar de U=U.

Pruebe estas frases, que son claras y precisas	En lugar de estas frases, que pueden provocar dudas
Las personas indetectables no transmiten el VIH	Es muy <i>poco probable</i> que las personas indetectables transmitan el VIH.
No hay riesgo de que una persona con una carga viral indetectable transmita el VIH a su pareja.	Hay <i>menos riesgo</i> de que una persona con una carga viral indetectable transmita el VIH a su pareja.
No hay ninguna posibilidad de que una persona con una carga viral indetectable transmita el VIH a su pareja.	Hay <i>menos posibilidades</i> de que una persona con una carga viral indetectable transmita el VIH a su pareja.
U=U previene el VIH.	U=U <i>ayuda</i> a prevenir el VIH.
U=U elimina la transmisión sexual del VIH.	U=U <i>dificulta</i> la transmisión sexual del VIH.

¿CUÁL ES LA EVIDENCIA QUE APOYA A U=U?

Hay muchas investigaciones y pruebas científicas que apoyan a U=U. Algunos de los estudios más importantes se resumen en la página siguiente. El CDC dice que U=U es 100% efectivo.

[Haga clic aquí para leer la eficacia estimada por los CDC de varios métodos de prevención del VIH.](#)

¿DÓNDE PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN?

- [Hoja Informativa del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas "10 Cosas que Hay que Saber Sobre la Supresión Viral"](#)
- [Página web del Centro de Control y Prevención de Enfermedades sobre el Tratamiento del VIH como Prevención](#)
- [Página Web de la Campaña de Acceso a la Prevención](#)

RESUMEN DE LOS ESTUDIOS QUE DEMUESTRAN LA EFICACIA DE U=U

Nombre del Estudio	Número de Parejas en el Estudio en las que uno de los miembros vive con el VIH y el otro no	Número de Actos Sexuales sin Preservativo	Número de Casos de Transmisión del VIH de una Pareja Indetectable a una Pareja que no vive con el VIH
HPTN 052	1,763 parejas	desconocido	cero
PAREJA 1	1,166 parejas	55,193	cero
Opuestos se Atraen	358 parejas	12,447	cero
PAREJA 2	972 parejas	76,991	cero

HPTN-052 – Terapia Antirretroviral para la Prevención de la Transmisión del VIH-1

Cohen, M., Chen, Y., McCauley, M., Gamble, T., Hosseinipour, M., Kumarasamy, N., Hakim, J., Kumwenda, J., Grinsztejn, B., Pilotto, J., Godbole, S. & Charialertsak, S. for the HPTN 052 Study Team. (2016). Terapia Antirretroviral para la Prevención de la Transmisión del VIH-1. N Engl J Med. 375, 830-839. Disponible en: <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa1600693>.

PAREJA 1 – Actividad Sexual sin Preservativo y Riesgo de Transmisión del VIH en Parejas Serodiferentes cuando la Pareja VIH-Positiva Utiliza Terapia Antirretroviral Supresiva

Rodger, AJ., Cambiano, V., Bruun, T. et al (2016). Actividad Sexual sin Preservativo y Riesgo de Transmisión del VIH en Parejas Serodiferentes cuando la Pareja VIH-Positiva está usando Terapia Antirretroviral Supresiva. JAMA. 316(2), 171-181. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27404185>.

Estudio sobre los Opuestos se Atraen - Supresión Viral y Transmisión del VIH en Parejas Homosexuales Masculinas Serodiscordantes: Un Estudio de Cohorte Internacional

Bavinton, B., Pinto, A., Phanuphak, N., Grinsztejn, B., Prestage, G., Zablotska-Manos, I., Jin, F., Fairley, C., Moore, R., Roth, N., Bloch, M., Pell, C., McNulty, A., Baker, D., Hoy, J., Tee, B., Templeton, D., Cooper, D., Emery, S., Kelleher, A., Grulich, A. y el Grupo de Estudio de los Opuestos se Atraen. (2018). Supresión viral y transmisión del VIH en parejas homosexuales masculinas serodiscordantes: un estudio de cohorte internacional. Lancet HIV. 5(8): e438-447.

PAREJA 2 - Riesgo de Transmisión del VIH a Través del Sexo sin Preservativo en Parejas Homosexuales Serodiferentes con la Pareja VIH-positiva Tomando Terapia Antirretroviral Supresiva (PAREJA): Resultados Definitivos de un Estudio Multicéntrico, Prospectivo y Observacional

Rodger, A., Cambiano, V., Bruun, T. et al (2019). Riesgo de Transmisión del VIH a Través del Sexo sin Preservativo en Parejas Homosexuales Serodiferentes con la Pareja VIH-positiva Tomando Terapia Antirretroviral Supresiva (PAREJA): Resultados Definitivos de un Estudio Multicéntrico, Prospectivo y Observacional. The Lancet. 393(10189): p2428-2438.