TuSalud

El nuevo coronavirus y el COVID-19

El VIH en sí mismo no aumenta el riesgo de contraer el nuevo virus, pero algunas personas VIH positivas son propensas a desarrollar una enfermedad grave.

October 26, 2020 Por Liz Highleyman

El nuevo coronavirus que surgió a finales de 2019 (oficialmente conocido como SARS-CoV-2) presenta nuevos motivos de preocupación para las personas que viven con el VIH, que van desde el temor a contraer el nuevo virus hasta la interrupción del acceso a la atención médica.

En la mayoría de los casos el COVID-19, la enfermedad causada por el nuevo coronavirus, es leve a moderada. Síntomas comunes incluyen tos, dificultad para respirar, fiebre, escalofríos, dolor muscular, dolor de garganta y pérdida del sentido del gusto y el olfato, pero algunas personas no tienen síntomas. Aproximadamente una de cada cinco personas desarrollará una enfermedad grave que puede llevar a la pulmonía y al síndrome de dificultad respiratoria aguda, que requiere un respirador mecánico. El daño del COVID-19 en los pulmones y en otros órganos es causado en parte por el virus y en parte por la respuesta hiperactiva del sistema inmunitario al mismo.

Si bien cualquiera puede desarrollar COVID-19 grave, ciertas personas corren mayor riesgo, concretamente las personas mayores de 60 años, aquellos con un sistema inmunitario afectado y las personas con otros problemas de salud, incluyendo enfermedad pulmonar crónica, enfermedad cardiovascular, diabetes, presión arterial alta y obesidad. En los Estados Unidos, COVID-19 ha golpeado más fuerte a los latinos. Los latinos son tres veces más propensos que los blancos a contraer COVID-19, y les afecta a edades más tempranas.

La mayoría de los expertos coinciden en que las personas VIH positivas que se encuentran en tratamiento antirretroviral y que tienen un nivel de carga viral indetectable y un recuento alto de CD4, no corren un mayor riesgo de contraer el coronavirus o de desarrollar una enfermedad grave.

Sin embargo, las personas con VIH no controlado y aquellos con un bajo recuento de CD4 a pesar de un tratamiento efectivo, pueden ser más susceptibles. Además, muchas personas que viven con el VIH son mayores y tienen otras afecciones de salud que las ponen a riesgo. Reducir el riesgo de COVID-19 es una razón más para comenzar la terapia antirretroviral inmediatamente manteniendo una buena adherencia.

Todas las personas que viven con el VIH deben tomar precauciones para prevenir el COVID-19, pero estas son especialmente importantes para aquellas que están en las categorías de alto riesgo. Las pruebas de anticuerpos pueden determinar si alguien ha desarrollado inmunidad que

pueda ofrecer cierta protección contra futuras infecciones, pero aún no queda claro cuánto tiempo puede durar dicha inmunidad.

Las medidas de protección incluyen mantenerse alejado/a de personas que están enfermas, y evitar el contacto con otros si tú estás enfermo/a, lavarte las manos minuciosamente, usar desinfectante para manos, usar un barbijo o mascarilla y no tocarte la boca, la nariz ni los ojos. Date tu vacuna antigripal anual y pregúntale a tu doctor si deberías darte una vacuna para prevenir la neumonía bacteriana.

Si corres mayor riesgo, la distancia social sigue siendo importante, aún después de que se hayan flexibilizado las órdenes de permanecer en casa. Evita las multitudes, si puedes trabaja desde casa y trata de mantenerte al menos a seis pies de distancia de personas que no vivan contigo.

Si crees que te has expuesto al virus, quédate en casa y consulta con tu proveedor de salud. Si tienes síntomas leves puedes controlarlos en casa tomando mucho líquido y con medicamentos de venta libre para la fiebre, la tos y el dolor. Si tienes dificultad para respirar busca atención adicional. Llama antes de ir a una clínica u hospital.

Los expertos recomiendan tener suministros de tus medicamentos para al menos 30 días, en caso de que haya desabastecimiento o si tienes que quedarte confinado en tu casa. Esto puede ser difícil debido a los costos y a los requisitos del seguro, pero algunas aseguradoras han cambiado sus políticas a partir de la crisis.

Muchas personas que viven o que corren riesgo de contraer el VIH están teniendo menos sexo debido al distanciamiento social. Si estás en profilaxis pre-exposición (PrEP) y no estás teniendo sexo, puedes dejar de tomar el medicamento preventivo. Cuando sea el momento de reiniciarlo, tomar PrEP durante una semana debería proveer una protección completa. Algunas personas pueden usar Truvada (tenofovir disoproxil fumarate/emtricitabine) intermitentemente, o en un horario de 2-1-1 (tomando dos dosis de dos a 24 horas antes de tener sexo cuando lo pueden anticipar, una dosis 24 horas después de la doble dosis inicial y una dosis final 24 horas después de esta).

En este momento no existen tratamientos aprobados para el COVID-19, pero se están llevando a cabo cientos de estudios. Ten cuidado con los rumores y con información demasiado optimista sobre tratamientos cuya efectividad no se haya comprobado en estudios clínicos aleatorizados. En la actualidad no existe evidencia certera de que los medicamentos anti-VIH puedan prevenir la infección con el coronavirus o el desarrollo grave de la enfermedad COVID-19.

Se están llevando a cabo muchos estudios de vacunas contra el SARS-CoV-2, y algunos candidatos han demostrado producir anticuerpos e inmunidad de células T. Algunos expertos predicen que tendremos una vacuna disponible para principios de 2021.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.