



EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)

¿Que es el VPH?

El virus del papiloma humano, or VPH, es tambien llamado “el virus de las verrugas”. Es la mas comun entre las infecciones de transmisión sexual que son causadas por un virus tanto en hombres asi como en mujeres. Algunos tipos de VPH son la causa de las verrugas que a veces desarrollamos en los dedos. Otros tipos del VPH pueden afectar la piel de las areas genitales. A veces las infecciones genitales causadas por el VPH pueden causar verrugas genitales, cambios precancerosos, o hasta el cancer del cervix (el cuello de la matriz).

¿Cuan comun es el VPH?

El VPH es mas comun de lo que usted podria pensar. Muy pocas de las personas que tienen una infeccion de VPH llegan a desarrollar verrugas vaginales. La mayor parte de las personas que tienen una infeccion de VPH no se percatan de que la tienen.

¿Es la infeccion por HPV algo serio?

Algunas personas pueden preocuparse al enterarse de que tienen una infeccion causada por un virus. Existen muchos tipos distintos del VPH, y la mayor parte de ellos no causan infecciones de importancia. De hecho, la infeccion de por si no causa problemas serios. Sin embargo, la infeccion, cuando ocurre en combinacion con otros factores, puede causar un crecimiento anormal de las celulas superficiales de la piel. Esto puede manifestarse en forma de verrugas. En otras ocasiones muy raras, este crecimiento anormal podria manifestarse como una lesion precancerosa de la piel, la cual eventualmente podria causar problemas mas serios como lo son el cancer del cervix, la vagina, o la vulva.

¿De que manera he adquirido esta infeccion?

Probablemente usted adquirio el VPH cuando su piel estuvo en contacto con la piel de otra persona que ya tenia la infeccion al sostener relaciones sexuales vaginales, orales, o anales con esta persona. Las verrugas genitales en la piel pueden liberar el virus, y este puede ser adquirido por otras personas. El VPH entra en el cuerpo de la persona a traves de pequenas cortaduras en la piel que pueden ser muy difíciles de ver. Tambien es posible tener el VPH en las celulas de nuestra piel y transmitirlo a otras personas aun en casos en que no puedan verse verrugas genitales.

¿Que cosas aumentan el riesgo de adquirir una infeccion genital causada por el VPH?

Según aumenta el numero de parejas sexuales que ha tenido la persona durante su vida, igualmente aumenta el riesgo de adquirir una infeccion causada por el VPH y de desarrollar verrugas genitales. El uso del condon puede reducir este riesgo, pero los condones no siempre ayudan a prevenir la infeccion puesto que el virus puede estar presente en areas que estan protegidas por el condon. Sus propias defensas inmunologicas (las defensas naturales del organismo) tambien determinan si usted habra de desarrollar una infeccion por VPH o verrugas genitales. Sus defensas inmunologicas la ayudan a mantenerse saludable. Aquellas personas cuyas defensas inmunologicas estan disminuidas son mas propensas a adquirir infecciones y verrugas causadas por el VPH. El fumar tambien aumenta su riesgo de adquirir la infeccion si usted fuese expuesta al virus.

¿Cuanto tiempo hace que tengo esta infeccion?

Es difícil saber cuanto tiempo hace que ha tenido el VPH. Si usted ha tenido mas de una pareja sexual durante su vida, es imposible saber cual de sus parejas le ha transmitido el virus. Por lo tanto, es muy difícil determinar cuando ocurrio la infeccion con VPH. Si se tiene contacto sexual con una persona que tiene la infeccion, por lo general toma no menos de tres meses antes de que aparezcan las verrugas genitales. Es posible que usted haya tenido esta infeccion de VPH por bastante tiempo antes de que se descubriese la misma mediante una prueba de Papanicolaou anormal, un examen colposcopico, o una prueba de laboratorio para detectar el VPH.

¿Como se diagnostica el VPH?

El VPH puede diagnosticarse de varias maneras. La prueba mas especifica detecta un fragmento del virus en las celulas afectadas. La prueba de Papanicolaou puede detectar cambios causados por el VPH en las celulas. Las celulas residuales de la prueba de Papanicolaou, el tejido obtenido mediante una biopsia, o un frotis de la piel tambien pueden someterse a exámenes de laboratorio para detectar el VPH. Para poder detectar los cambios causados por el VPH en las areas externas del cuerpo, puede aplicarse una solucion de vinagre a la vulva (el exterior de la vagina) por unos 2-5 minutos. Esto puede causar un poco de ardor. El vinagre puede hacer que las areas arfectadas por el VPH se tornen de un color blanco por varios minutos. Estas pequeñas areas pueden entonces examinarse utilizando distintos instrumentos de aumento. Para poder detectar estos cambios en las partes internas del cuerpo, su proveedor de servicios de salud utilizara un colposcopio para examinar con aumento el cervix y las paredes de la vagina. Las celulas anormales se tornan color blanco cuando se les aplica la solucion de vinagre.

¿Como puede tratarse esta infeccion por el VPH?

La infeccion en si no requiere tratamiento alguno. Sin embargo, algunas lesiones de la piel causadas por el VPH pueden ser tratadas. El tratamiento dependera de su localizacion, el numero de lesiones, y la naturaleza de estos cambios causados en la piel. Si los cambios ocasionados por el virus son leves y de menor importancia, muchas veces el tratamiento no es necesario en ese momento. En estos casos, solo es necesario un seguimiento cuidadoso mediante el autoexamen por la persona afectada, repetir periódicamente la prueba de Papanicolaou, o posiblemente la colposcopia. Muchas veces las defensas

naturales del organismo de la persona son suficientes para eliminar estas anomalías leves. De descubrirse cambios más severos, existen varios métodos que podrían ser utilizados por su proveedor de servicios de salud para tratar estas áreas anormales. Algunos de estos tratamientos pueden aplicarse en su propio hogar, pero otros deberán administrarse en la consulta o clínica. De ser necesario, su proveedor de servicios de salud discutirá con usted estas distintas opciones.

¿Todavía tendré el virus luego de someterme a un tratamiento?

No existe una cura definitiva para el VPH. El propósito del tratamiento es eliminar el área anormal que contiene el virus sin causar daño a los tejidos normales adyacentes. Es posible que persista una pequeña cantidad de virus luego del tratamiento. Por lo general, sus propias defensas inmunológicas se encargaran de eliminar el virus restante.

¿Que debo hacer para cuidarme?

- Usted puede autoexaminarse luego del tratamiento para notar si desarrolla nuevas verrugas.
- Si descubre nuevas verrugas, asegúrese de que sean tratadas lo antes posible.
- Mientras más temprano se descubren las verrugas, más fácil es tratarlas.
- Tener verrugas genitales puede causar que sea usted un poco más propensa al cáncer del cervix.
- ¡Si usted fuma, deje de fumar!
- Mantenga su nivel de estrés lo más bajo posible, duerma lo suficiente, y lleve una dieta adecuada y balanceada.

¿Como puedo evitar contagiar a otras personas?

Usted puede prevenir la transmisión del VPH a otras personas asegurándose de que cualquier lesión en la piel o verrugas genitales sean tratadas hasta que desaparezcan completamente. El uso del condón durante las relaciones sexuales puede ayudar a evitar la transmisión de la infección. Sin embargo, los condones no siempre son efectivos para evitar la transmisión del VPH, puesto que la infección puede estar presente en otras áreas de la piel no cubiertas por el condón. Ahora que usted ya sabe que tiene VPH, debe dejárselo saber también a su pareja sexual actual y a sus parejas anteriores para que estas personas puedan ser examinadas y tratadas apropiadamente.

¿Puede causar problemas el VPH si quedo embarazada?

Es muy poco probable que el VPH cause problemas durante el embarazo. Existe un riesgo muy leve de que usted pueda contagiar a la criatura con el VPH. La criatura puede tragar durante el parto algunas células vaginales que contengan el VPH. En muy raras ocasiones, el virus puede afectar las cuerdas vocales de la criatura. Por lo general, la mujer que tiene el VPH puede tener un parto vaginal normal. Solo aquellas que tienen una gran cantidad de verrugas vaginales obstruyendo la vagina pueden requerir un parto por Cesarea.

¿Como puedo enfrentarme mejor al problema del VPH?

Es comun que las personas afectadas por el VPH sientan coraje, ansiedad, depresion, o vergüenza debido a esta condicion. Algunas mujeres tambien pueden sentirse preocupadas por el riesgo de cancer. El sentirse de esta manera es completamente normal. El saber que el HPV puede ser tratado y que el cancer del cervix puede prevenirse puede ser de gran ayuda en estos casos. Preocuparse no es saludable. Discuta lo que le preocupe con su proveedor de servicios de salud. Manteniendose saludable, y no fumando, se ayudara usted misma a aumentar sus propias defensas naturales para hacer frente al virus.