

## EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)

### ¿Qué es el VPH?

El virus del papiloma humano, o VPH, es también llamado “el virus de las verrugas”. Es la más común entre las infecciones de transmisión sexual causadas por un virus tanto en hombres como en mujeres. Algunos tipos de VPH causan las verrugas que afectan los dedos de las manos. Otros tipos de VPH pueden afectar la piel de las áreas genitales. Ocasionalmente estas infecciones genitales del VPH pueden causar las llamadas verrugas genitales (condilomas), cambios precancerosos, o hasta el cáncer del cervix (cuello del útero).

### ¿Es frecuente el VPH?

El VPH es más común de lo que usted podría pensar. Muy pocas personas entre las que adquieren una infección de VPH llegan a desarrollar verrugas vaginales. La mayor parte de las personas afectadas por una infección de VPH no se dan cuenta de que la tienen.

### ¿Qué importancia tiene la infección por HPV?

Algunas personas se preocupan al descubrir que tienen una infección causada por este virus. Existen varios tipos distintos del VPH, y la mayor parte de ellos no causan infecciones de importancia. De hecho, la infección de por sí, no causa problemas serios, porque las propias defensas se encargarán de eliminar el virus.

Sin embargo, esta infección, si ocurre junto a otros factores (tabaquismo, toma de anticoncepción hormonal a largo plazo, y bajas defensas inmunológicas), puede causar crecimiento anormal de las células superficiales de la piel. Esto puede resultar en el desarrollo de verrugas o alteraciones en el cervix (comprobables sólo mediante citologías). Este crecimiento anormal podría causar cambios a largo plazo, precancerosos, que eventualmente podrían resultar en problemas mucho mas serios como el cáncer del cervix, la vagina, o la vulva.

### ¿De qué manera he adquirido esta infección?

Se adquiere el VPH porque la piel estuvo en contacto con la piel de otra persona que ya tenía la infección, al mantener relaciones sexuales vaginales, orales, o anales con esa persona.

Las verrugas genitales en la piel contienen el virus y éste puede ser adquirido de a través de relaciones sexuales por otras personas.

El VPH puede penetrar nuestro cuerpo a través de erosiones pequeñas en la piel. Así, es posible tener el VPH en las células de la piel y transmitirlo a otras personas, aún en aquellos casos en que no existan verrugas genitales visibles.

## **¿Qué cosas aumentan el riesgo de adquirir una infección genital causada por el VPH?**

- El riesgo de adquirir una infección causada por el VPH y de desarrollar verrugas genitales aumenta de acuerdo al número total de parejas sexuales que haya tenido la persona durante su vida. A mayor número de parejas mayor es el contacto y riesgo de ser infectado por el virus.
- El uso del preservativo puede reducir este riesgo, pero no siempre ayudan a prevenir la infección puesto que el virus puede estar presente en áreas que no están protegidas por el mismo. Ayuda a reducir la carga viral que el cuello del útero recibe por las relaciones sexuales y reduce la probabilidad de nuevos contagios, dando más tiempo al organismo para defenderse de los virus que ya tenemos.
- Sus defensas inmunológicas la ayudan a mantenerse saludable. Aquellas personas cuyas defensas inmunológicas están disminuidas son más propensas a adquirir infecciones y verrugas causadas por el VPH.
- Fumar también aumenta el riesgo de adquirir/mantener la infección del virus, ya que las sustancias del tabaco han demostrado que alteran las defensas contra el virus.

## **¿Cuánto tiempo hace que tengo esta infección?**

Es difícil saber cuánto tiempo hace que ha tenido el VPH. Si usted ha tenido más de una pareja sexual durante su vida, es imposible saber cuál de sus parejas le ha transmitido el virus. Por lo tanto, es muy difícil determinar cuando ocurrió la infección con VPH. Si se tiene contacto sexual con una persona que tiene la infección, las verrugas genitales por lo general tardan no menos de tres meses en aparecer. Es posible que usted haya tenido esta infección de VPH bastante tiempo antes de que se descubriese la misma mediante una citología anormal, un examen colposcópico, o una prueba de laboratorio para detectar el VPH.

## **¿Cómo se diagnostica el VPH?**

El VPH puede diagnosticarse de varias maneras.

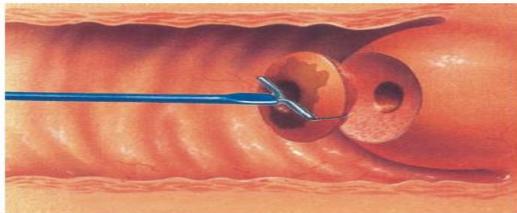
- La prueba más sensible detecta un fragmento del virus en las células afectadas, mediante test del virus del papiloma.
- La prueba de Papanicolaou o citología puede detectar los cambios causados por el VPH en las células. Es el más usado en la práctica. Las células residuales de la citología, el tejido obtenido mediante una biopsia, o un frotis de la piel también pueden someterse a exámenes en el laboratorio para detectar el VPH.
- Colposcopia: se utiliza para poder detectar los cambios causados por el VPH en las áreas externas del cuerpo. En esta prueba se aplica una solución de vinagre llamado ácido acético a la vulva (el exterior de la vagina) y/o al cervix/vagina por unos minutos, (causa un poco de ardor) que hace que las áreas afectadas por el VPH se tornen de un color blanco. Estas pequeñas áreas pueden entonces examinarse, mediante el colposcopio con lentes de aumento.

## **¿Cómo puede tratarse esta infección por el VPH?**

La infección en sí, no requiere tratamiento alguno. Si los cambios ocasionados por el virus son leves y de poca 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 son suficientes para eliminar estas anomalías leves. De descubrirse cambios más severos, existen varios métodos que podrían ser utilizados por su médico para tratar estas áreas anormales. Algunos de estos tratamientos pueden aplicarse en su propio hogar, pero otros deberán administrarse en la consulta o la clínica. Algunas lesiones de la piel causadas por el VPH pueden ser tratadas. El tratamiento dependerá de su localización, el número de lesiones y la naturaleza de los cambios causados en la piel. Es muy importante que siga las indicaciones y acuda a las citas de la consulta de colposcopia.

### ¿Puede persistir el virus luego de someterme a una conización?

El propósito del tratamiento con una conización es eliminar el área anormal que contiene el virus sin causar daño a los tejidos normales adyacentes, pero **sólo** se utiliza con criterios médicos cuando la lesión es de alto grado. 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.

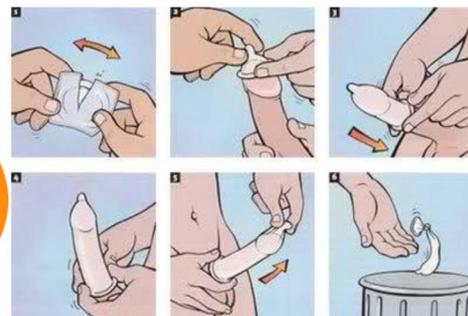


### ¿Qué debo hacer para cuidarme?

Si tiene verrugas, y han sido tratadas, puede autoexaminarse para notar si desarrolla nuevas verrugas. No se depile en esas zonas de condilomas, ya que su corte, hace que se propaguen fácilmente a otras áreas.

Si descubre nuevas verrugas, asegúrese de que sean tratadas lo antes posible, acuda al médico del centro de salud que le derivará al dermatólogo. Cuanto mas temprano se descubren las verrugas, más fácil es tratarlas.

**¡Si usted fuma, deje de fumar! Y si toma anticoncepción hormonal, su médico le indicará que deje de utilizarla,** ya que ambos hábitos se han relacionado como factores de riesgo con más difícil eliminación del virus por parte de nuestras defensas inmunológicas.. **Utilice el preservativo,** para prevenir el contacto con nuevos virus, y para evitar el contagio de parejas nuevas.



Mantenga su nivel de estrés lo más bajo posible, duerma lo suficiente, y lleve una dieta adecuada y equilibrada.

### ¿Cómo puedo enfrentarme mejor al problema del VPH?

Es común que las personas afectadas por el virus del papiloma humano (VPH) sientan coraje, ansiedad, depresión, o incluso vergüenza. Algunas mujeres también pueden sentirse preocupadas por el riesgo de cáncer. El sentirse de esta manera es completamente normal.

El saber que el VPH puede ser tratado y que el cáncer del cérvix puede prevenirse puede ser de gran ayuda en estos casos. Preocuparse no es saludable. Pregunte lo que le preocupe en la consulta. Manteniendo un estilo de vida saludable, no utilizando anticoncepción hormonal, y no fumando, se ayuda a aumentar las propias defensas naturales para hacer frente al virus.

### **¿Cómo puedo evitar contagiar a otras personas?**

Puede prevenir la transmisión del VPH a otras personas asegurándose de que las lesiones en la piel o los condilomas que se hubieran diagnosticado, sean tratadas hasta que desaparezcan completamente. El uso del preservativo durante las relaciones sexuales ayuda a evitar la transmisión de la infección. Sin embargo, los condones no siempre evitan 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. En el caso de los varones, sólo si tienen lesiones visibles (condilomas) acudirán a su médico de atención primaria para que sean derivados al dermatólogo, donde se las tratarán.

### **¿Puede causar problemas el VPH si quedo embarazada?**

Es muy difícil que el VPH cause problemas durante el embarazo. Existe un riesgo muy leve de que usted pueda contagiar a su hijo/a con el VPH. Por lo general, la mujer que tiene el VPH puede tener un parto vaginal normal. Sólo aquellas que tengan una gran cantidad de verrugas vaginales obstruyendo la vagina pueden requerir una cesárea.

### **He oído hablar de una vacuna contra el VPH ¿De qué se trata?**

Se trata de una vacuna desarrollada para prevenir la infección por virus de VPH.

Es una vacuna SEGURA y EFICAZ, que ofrece protección casi total frente a los virus incluidos en la vacuna en cuanto a cánceres de cuello de útero, vulva y vagina, así como otros cánceres extragenitales. Opcionalmente protege frente a las verrugas genitales.

No es TERAPEUTICA, es PREVENTIVA. La vacuna no tiene efecto sobre la evolución de las lesiones presentes en el momento de la vacuna.

Al vacunar la paciente queda protegida frente a los virus VPH de la vacuna, pero no frente a los que ya esta infectada (aunque estén en la vacuna).

Pregunte a su ginecólogo en su próxima visita si desea vacunarse. El le indicará si en su caso es adecuado.