

# Indetectable=Intransmisible

## Diez claves de una fórmula contra el VIH

### #1 ¿Qué significa I=I?



**I=I** significa “Indetectable es igual a Intransmisible”. Esto quiere decir que una persona que mantiene la carga viral indetectable de forma sostenida en el tiempo gracias al tratamiento antirretroviral no puede transmitir el VIH en sus relaciones sexuales, incluso aunque no utilice preservativos. Esta afirmación está avalada por la comunidad médica y científica. Es muy importante explicarlo y repetirlo a todas las personas.

### #4 ¿I=I es válido para todo el mundo?

**Sí.** En los estudios que han demostrado que I=I han participado **parejas heterosexuales y hombres ga**. En el caso de heterosexuales, en ocasiones era el hombre e que tenía el VIH, mientras que otras veces era la mujer.



### #2 ¿Qué condiciones deben darse para I=I?

Que el tratamiento antirretroviral ofrezca esta protección depende de que lo sigas correctamente, tal y como ha sido prescrito, y de que tengas una **carga viral indetectable durante, como mínimo, seis meses**. Cuando la carga viral del VIH es indetectable, la cantidad de virus en los fluidos sexuales es demasiado baja como para producir una infección.

### #3 ¿I=I es válido para cualquier pauta

**Sí. Cualquier combinación que haga que tu carga viral sea indetectable supone que I=I.**

### #5 ¿I=I es válido para todo tipo de relaciones sexuales?

**Sí. Es válido para todas las relaciones sexuales por vía oral, vaginal o anal.** Tampoco afecta tu rol sexual (activo o pasivo) o si hubo o no eyaculación.

**ERESVIHDA**

www.eresvihda.es

#### RESPONSABILIDAD

La información contenida en esta guía no pretende sustituir la recibida del médico.

Las decisiones sobre tratamiento siempre deberían tomarse tras consultar con un especialista en la infección por el VIH.

## #6 ¿Esto significa que puedo dejar de utilizar preservativos?

Usar condón es una opción personal. **Los preservativos reducen el riesgo de adquirir muchas infecciones de transmisión sexual (ITS) y pueden prevenir los embarazos de forma eficaz.** Pero si tu única preocupación es el VIH, entonces, en el contexto de I=I, **no es necesario usarlos para evitar la transmisión del virus.**

## #7 ¿Y si me olvido la medicación?



Mantener **un buen nivel de adherencia al tratamiento es esencial** para que se cumpla que I=I.

## #8 ¿El concepto de I=I está aceptado de forma generalizada?



**Sí.** ONUSIDA, la Asociación Británica del VIH, la Sociedad Internacional del Sida y el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE UU... Todos los expertos médicos y científicos del ámbito del VIH han avalado la **evidencia científica que subyace al concepto I=I.**

## #9 ¿Cómo sabemos que I=I tiene tanta eficacia?



Hace más de veinte años que se sabe que el tratamiento antirretroviral reduce todos los riesgos de transmisión. Pero los estudios PARTNER han demostrado, más recientemente, que **en situación de I=I el riesgo de transmisión sexual del VIH es nulo.**

## #10 ¿I=I también se aplica a la lactancia?



**No.** Aunque tener una carga viral indetectable con tratamiento también reduce el riesgo de transmisión durante la lactancia, **ese riesgo no es cero.** Se han dado casos de bebés que se infectaron durante la lactancia a pesar de que sus madres tenían una carga viral indetectable.

## REFERENCIAS

• Rodger AJ, Cambiano V, Brunn T, et al. Risk of HIV transmission through condomless sex in serodifferent gay

couples with the HIV-positive partner taking suppressive antiretroviral therapy (PARTNER): final results of a multicentre, prospective, observational

study. Lancet. 2019 May 02. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30418-0]  
• www.preventionaccess.org  
• GTT-VIH: www.gtt-vih.org

