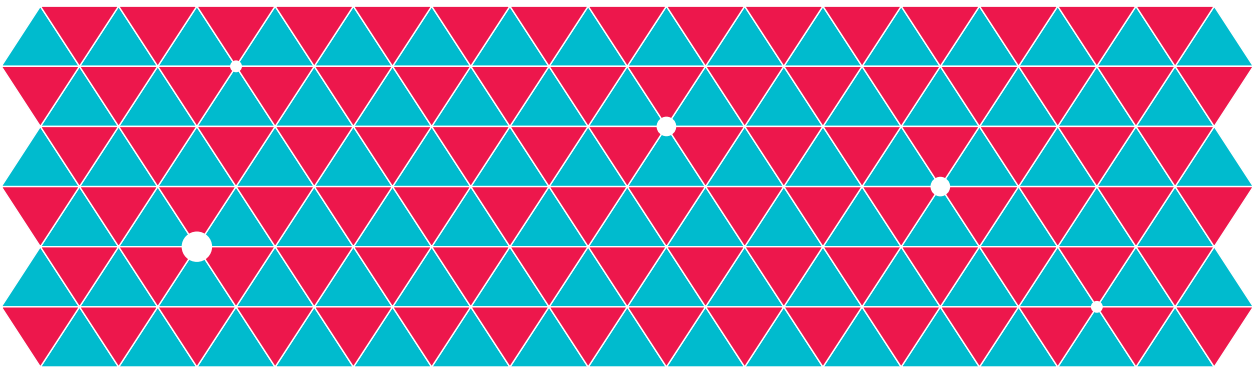


GUÍAS PARA EL DEBATE

DESPUÉS DE UN DIAGNÓSTICO POSITIVO; VIVIR CON VIH






POR VÍCTOR CASTELLANOS

Los orígenes del Virus de Inmunodeficiencia Humano (VIH) son inciertos. Debido al desconocimiento sobre cómo, fue complejo detectar cuáles eran las acciones por instrumentar tanto para su prevención como tratamiento. Por esta razón, recibir un diagnóstico reactivo (positivo) de VIH podía tomarse como una sentencia de muerte debido a que no se contaba con un tratamiento que pudiera evitar el progreso de la enfermedad, ni la manifestación de enfermedades oportunistas. Actualmente existen esquemas de tratamiento e información que permiten tener una respuesta efectiva ante el VIH de manera integral. Sumado a esto, una persona que vive con VIH requiere tener igualdad de oportunidades para acceso o mantenimiento del empleo, calidad de vida, que no haya estigma y discriminación en ningún ámbito. Estos son algunos factores básicos para lograr una vida digna. Esta edición de Guías Para el Debate pretende reflexionar sobre los aspectos que una persona que recién ha recibido un diagnóstico positivo de VIH requiere saber.

El objetivo de la serie **GUÍAS PARA EL DEBATE** es incidir en la formulación, instrumentación y evaluación de programas y políticas públicas a través de lineamientos que encaucen el debate de ideas desde un enfoque progresista. Está dirigido a las generaciones políticas emergentes. La colección ofrece un espacio fresco de intercambio de datos y herramientas teórico-metodológicas para el análisis y la acción.



EMPECEMOS EL DIAGNÓSTICO

¿HAS IMAGINADO QUÉ HARÍAS SI RECIBES UN DIAGNÓSTICO POSITIVO DE VIH?

Piensa que te realizas una prueba para detectar el VIH, la cual arroja un resultado positivo. Haces la prueba que confirma el resultado anterior, por lo que es importante que sepas cuáles son las cosas que tienes que llevar a cabo para evitar el progreso del virus, así como la manifestación de enfermedades oportunistas.¹ De igual forma, es importante que conozcas tus derechos para evitar el estigma y la discriminación que enfrentan las personas que viven con VIH.

DESPUÉS DEL DIAGNÓSTICO SE REQUIERE:

- a)** Obtener lo más pronto posible un conteo de CD4 y otro de carga viral. Los CD4 son las células fundamentales del sistema defensivo del organismo. Asimismo, la carga viral es la cantidad de virus circulante en la sangre, la que indica cuál es el grado de actividad del virus en el organismo. Ambos parámetros son utilizados para determinar si es necesario comenzar a recibir tratamiento y evaluar su eficacia.²
- b)** En México la ley garantiza el acceso gratuito a medicamentos antirretrovirales para todos aquellos que lo requieran.
- c)** La adherencia a los antirretrovirales, es decir, el apego al uso correcto de los medicamentos, es fundamental para poder llevar una buena calidad de vida.
- d)** Llevar un estilo de vida saludable, con buena alimentación, suficiente sueño, haciendo deporte y evitando estrés innecesario, consumo de bebidas alcohólicas u otras drogas.

SEGUIMOS LA PRUEBA Y TRATAMIENTO

Si de realizarse la prueba de detección de VIH hablamos, existe un gran número de personas que no se considera en riesgo de haber adquirido el virus aún cuando haya tenido prácticas de riesgo como una relación sexual sin protección. Por otro lado, el estigma, la discriminación y la falta de información accesible sobre el cómo y dónde acudir a realizarse la prueba, obstaculizan el acceso a un diagnóstico y eventual atención oportunas. Por lo anterior, realizarte la prueba de VIH y conocer tu diagnóstico es una manera de cuidarte y cuidar a tu(s) pareja(s), de tener una vida sexual más asertiva y de contribuir a la respuesta ante el VIH. Asimismo, debes saber que la prueba debe ser voluntaria, informada, confidencial y gratuita, mientras que un resultado reactivo (positivo) no determina ni limita el ejercicio y reconocimiento de tus derechos como persona.

Es preciso mencionar que VIH y Sida no son lo mismo, pero existe una relación del uno con el otro. El VIH es el virus que provoca ataques al sistema inmunológico, lo cual hace posible la afectación por enfermedades oportunistas. Mientras tanto, el Sida es el síndrome (entendido este como un conjunto de síntomas) de inmunodeficiencia adquirida que deprime el sistema inmunológico.

Actualmente existen medicamentos que impiden que el virus se replique y dañe el sistema inmunológico. De esta forma retrasan o impiden el desarrollo del Sida. Estos medicamentos son llamados “retrovirales” o “antiretrovirales”. Se les administran a las personas con VIH en combinaciones de múltiples medicamentos que son llamados “cocteles”. Se espera que el pronóstico mejore si la persona inicia el tratamiento poco tiempo después de la infección.³

Como se mencionó anteriormente la detección del VIH no se debe solicitar como condicionante para el ejercicio de derechos. Por lo que la condición serológica, no es una limitante para tener una pareja, vivir con ésta, o casarte. Asimismo, una persona con VIH puede tener hijos o recurrir a la adopción, actualmente existen diversos métodos para lograr el embarazo y asegurarse que la niña o el niño nazca sin el VIH.



DINÁMICA 1 POR AHÍ ME DIJERON QUE...

Reúne un grupo de personas para discutir las siguientes preguntas. Cada cuestionamiento será respondido con **CIERTO** o **FALSO** y se expondrán los argumentos que acompañen el porqué de la respuesta (mínimo dos personas). La o el facilitador responderá cada pregunta con los argumentos aquí señalados y de ser necesario, ampliará los argumentos de la respuesta correcta.⁴

¿EL VIH ES COSA DEL PASADO?

Muchas personas creen que el VIH es algo del siglo pasado. No es cierto, en 2011 hubo 2.5 millones de nuevas transmisiones del virus, y 1.7 millones de personas murieron por esta causa. El día de hoy 34 millones de personas viven con VIH en el planeta. Tan sólo en México, según datos del Censida, hubo en 2012 un total de 11,352 nuevos casos de VIH y Sida.

¿LA GENERACIÓN LIBRE DE SIDA ESTÁ POR LLEGAR?

La medicina aspira en lograr una cura para el VIH pero, lamentablemente, ello no sucederá pronto. Los “países en desarrollo” enfrentan grandes obstáculos para reducir la prevalencia de VIH entre sus poblaciones. Para responder al VIH es necesario instrumentar prevención efectiva, garantizar la atención médica y el acceso a pruebas de detección.

¿EL VIH ES UNA SENTENCIA DE MUERTE?

El VIH no es una sentencia de muerte, así como un resultado negativo tampoco es garantía de vida. Pensar que el VIH es una sentencia de muerte es el más común y el más grande mito que tienen las personas quienes reciben un diagnóstico reactivo. Lo que estas personas no saben es que existe tratamiento médico, programas y un mayor entendimiento acerca del VIH y SIDA, lo cual coadyuva en una mejor calidad de vida.

¿EL VIH ES CURABLE?

El VIH no es curable el día de hoy. Algunos tratamientos como el trasplante de células madre o de médula ósea muestran con cierta reserva la eliminación del VIH. Sin embargo, no podemos decir que estas operaciones son la cura al VIH. Por el contrario, estos procedimientos conllevan enormes riesgos comparados con los tratamientos antiretrovirales, y pueden ocasionar daños irreversibles o incluso la muerte.

¿EL SEXO ORAL NO NECESITA USO DE CONDÓN?

Aunque en menor riesgo, el VIH puede ser transmitido vía sexo oral, especialmente si la persona tiene encías sangrantes, llagas bucales o si el pene, la vagina o el ano presentan lesiones o infecciones de transmisión sexual. El condón sigue siendo el mejor método de prevención del VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS), su buen uso y empleo garantizan su efectividad.

¿LAS PAREJAS SEXUALES QUE VIVEN CON VIH NO NECESITAN USAR CONDÓN?

La reinfección y mutación puede ser un riesgo para personas que viven con VIH que practican sexo sin protección. Dos personas que viven con VIH pueden tener diferentes cepas del virus, por lo que una relación sexual sin protección determina la posibilidad de nuevas mutaciones del virus que sean resistentes a

tratamientos antiretrovirales para controlar la replicación del virus. También existe el riesgo de adquirir otras ITS, por ello se recomienda usar condón en toda relación sexual.

¿EL VIH SÓLO AFECTA A HOMOSEXUALES Y PERSONAS USUARIAS DE DROGAS?

Al VIH no le importa tu orientación o práctica sexual, ocupación, edad o religión. Toda persona es susceptible a la transmisión del virus. Sin embargo, existen ciertas prácticas denominadas “de riesgo” que pueden incrementar la probabilidad de transmisión. El caso de grupos vulnerabilizados que sufren violencia constante como l@s trabajador@s sexuales, l@s trans, las personas que usan drogas y las mujeres les coloca en riesgo ante el VIH.



DINÁMICA 2 ¿QUIÉN SOY YO?

En esta dinámica tendrás la oportunidad de empatizar, mediante un socio-drama, con uno de los personajes sugeridos. Se podrá elegir alguno de los escenarios en los que el VIH y Sida funcionan como un elemento clave.

Se podrán elegir o asignar los personajes. Se sugiere que se les **ESPECIFIQUEN DETALLES DE LA PERSONALIDAD** de los personajes como los siguientes: impulsivx, alegre, introvertidx, calladx, etc.

Se sugieren los siguientes escenarios:

- **UNA PERSONA JOVEN** Compartirá con la madre, padre, amig@s y herman@s que vive con VIH.
- **UN/A NIÑ@** le pregunta a su mamá y papá qué es el VIH y Sida.
- **UNA PERSONA** le pregunta sobre su condición serológica a su pareja.
- **UN CONSEJO DE TUTORES** que desean expulsar a una persona con VIH de la escuela de sus hij@s.
- **UNA PERSONA QUE VIVE CON VIH** no lo quieren contratar en una empresa por dar positivo en sus pruebas de sangre.

CONCLUSIONES

Además de las medidas de salud necesarias para responder efectivamente al VIH, la información es esencial. El desconocimiento ocasiona estigma y discriminación que se traduce en un pobre ejercicio de los derechos humanos o en la violación de los mismos. Por eso, es importante saber que vivir con VIH/Sida no limita tus derechos.

Según el Índice de Estigma en Personas que Viven con VIH podemos entender estigma como “un signo de desgracia o vergüenza”;⁵ las personas estigmatizadas son desacreditadas por la sociedad debido a su forma de actuar, pensar o por diversos factores como lo son la condición social, económica y de salud y por lo tanto, son evitadas por los miembros de la misma. Por otro lado, la discriminación se refiere a “toda distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, talla pequeña, discapacidad, condición social o económica, condición de salud, embarazo, lengua, religión, opinión, orientación sexual, estado civil o cualquier otra, tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas.”⁶

Lo anterior impacta en los derechos humanos y obstaculiza el acceso al empleo decente, la educación y los servicios de salud.

Recibir un resultado positivo pudiera conllevar ansiedad, temor y frustración. Durante este proceso es importante contar con el acompañamiento y asesoría de amig@s, familiares y especialistas que ayuden a asimilar el proceso y entender que

puedes seguir adelante con tu vida. También existen instituciones y asociaciones civiles especializadas en ello y que se encuentran a tu disposición.

Si bien aún existen muchas personas que no saben que viven con VIH, recuerda que conocer tu condición serológica es el primer paso para responder efectivamente ante el VIH.

PARA APOYO O INFORMACIÓN RELACIONADA CON EL VIH Y SIDA

- Centro Nacional para la Prevención y el Control del VIH y el sida. Secretaria de Salud Federal.

Herschel No.119, Col. Anzures, Delegación Miguel Hidalgo., 11590 México, D. F.

52074077 ó 018007120886 y 018007120889

www.censida.salud.gob.mx

- El Programa de VIH/SIDA de la Ciudad de México, de la Clínica Especializada Condesa.

Benjamin Hill #24 col. Condesa, 06140 Cuauhtémoc, Distrito Federal, Mexico.

5515-8311

condesadf.mx

- Comisión Nacional de los Derechos Humanos

Periferico Sur 3469, La Magdalena Contreras, 10370 Ciudad de México, Distrito Federal

01 800 715 2000

www.cndh.org.mx

- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación

Dante No. 14, Col. Anzures. Del. Miguel Hidalgo. C.P. 11590, México D.F.

52621490

quejasyr@conapred.org.mx

www.conapred.org.mx

- Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal.

Av. Universidad 1449, Col. Florida, pueblo de Axotla, Del. Álvaro Obregón, C.P. 01030, México D.F.

52295600

www.cd hdf.org.mx

- Consejo para Prevenir y Erradicar la Discriminación del Distrito Federal

Calz. México Tacuba 592, Col. Popotla, C.P. 04100 México D.F.

53967285 y 53413010

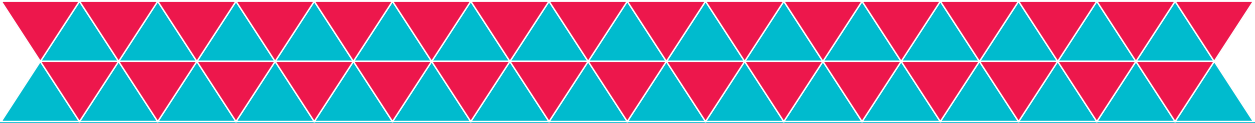
www.copred.df.gob.mx



FUENTES Y SITIOS RELACIONADOS

- www.aidsmeds.com/articulos/Lecciones_7638.shtml, AIDS MEDS
- Mitos sobre el VIH y el SIDA, <http://www.espolea.org/3/post/2013/08/mitos-sobre-el-vih-y-el-sida.html>, en au.ibtimes.com/articulos/495100/20130729/top-15-hiv-aids-myths-believed-many.htm#.UgBCzRar30Q
- Infecciones de Transmisión Sexual: Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), www.unfpa.or.cr/component/content/76?task=view
- Norma Oficial Mexicana NOM-010-SSA2-1993, Para la prevención y control de la infección por Virus de la Inmunodeficiencia Humana. www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/m010ssa23.html

1. Se denominan Enfermedades oportunistas a aquellas que toman ventaja de un cuerpo con las defensas debilitadas debido a un sistema inmunológico colapsado. www.aidsmeds.com/articulos/Lecciones_7638.shtml.
2. Mitos sobre el VIH y el SIDA, www.espolea.org/3/post/2013/08/mitos-sobre-el-vih-y-el-sida.html, en au.ibtimes.com/articulos/495100/20130729/top-15-hiv-aids-myths-believed-many.htm#.UgBCzRar30Q.
3. Infecciones de Transmisión Sexual: Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), www.unfpa.or.cr/component/content/76?task=view
4. Índice de Estigma en Personas que Viven con VIH, IPPF, ONUSIDA, ICW & GNP+
5. Estigma y discriminación enfocado a poblaciones clave www.espolea.org/uploads/8/7/2/7/8727772/ddt-estigmadiscriminacion.pdf
6. Preguntas más comunes sobre VIH www.apoyopositivo.org/preguntas.html



Las opiniones vertidas en los textos que se presentan, las cuales no han sido sometidas a revisión editorial, así como los análisis y las interpretaciones que en ellos se contienen, son de exclusiva responsabilidad de sus autores y pueden no coincidir con las opiniones y puntos de vista de Espolea A.C.

Espolea A.C.

Mazatlán 154A-1, Col. Condesa, 06140, México, D.F. Tel. +52(55) 6265-4078

www.espolea.org info@espolea.org

ISBN: 978-607-9162-22-1

Primera edición: 2014. Impreso en México. Diseño y formación: Enrico Gianfranchi

