

**Extensión
y Vinculación**
UNSAM

Guía positiva

Del reactivo a la adherencia

Pensada por pares viviendo con VIH,
con una perspectiva diversa, para todxs,
todas y todos.



No estás solx, estamos con vos

Es posible que en este momento tengas muchas preguntas, dudas y temores.

Es algo natural cada vez que atravesamos algún cambio en la vida.

Esas inquietudes son consecuencia muchas veces de la falta de acceso a la información sobre el tema, o la sobreexplotación porque no siempre lo que encontramos es correcto o está verificado.

A lo largo de esta guía trataremos de explicar cómo es el proceso y cuestiones básicas que debes tener en cuenta, de ahora en más.

Lo mejor que podés hacer siempre es informarte, saber que existen espacios como el nuestro dónde siempre te vamos a escuchar y acompañar.

Atentamente,

VIHsibles, área de respuesta al VIH de Patria Igualitaria ONG.

Comencemos

De ahora en más todo lo referido a tu salud serológica deberá ser atendido por el servicio de infectología, dónde se harán controles y consultas. Por supuesto que fuera de eso podés tratarte con cualquier otra especialidad clínica si lo querés, depende las circunstancias (si es en el mismo hospital o no) no estás obligado a compartir tu serología, salvo que se te pregunte porque vas a tomar alguna medicación y puede haber una interacción entre las drogas.

Si no te sentís cómodx o te sentís violentadx siempre está la opción de pedir un resumen de tu historia clínica y atenderte dónde te sientas a gusto. Es obligación del servicio de infectología dártela y no retrasarla ya que en el mejor de los casos son unos pocos datos que caben en una receta médica.

Por supuesto que sí decidís hacer algún tipo de denuncia estás habilitadx.

Al final de esta guía se incluyen los espacios correspondientes para esas cuestiones.

TE REALIZASTE UN TEST RÁPIDO DE VIH O LO INCLUYERON EN UN ANÁLISIS CLÍNICO, TE AVISARON QUE EL RESULTADO FUE REACTIVO

¿Qué significa eso?

¿Qué sucede después?

El asesoramiento post diagnóstico

El médico infectólogo, un profesional de salud, o un efector comunitario son quienes podrían explicar cuáles son los pasos a seguir pero solamente un profesional de la salud sugiere realizar el tratamiento crónico correspondiente si hubiera un resultado positivo y te debería explicar de qué se trata.

Es real que el sistema de salud en general no cuenta con herramientas totalmente desarrolladas para llevar a cabo una adecuada contención y el acompañamiento para que no atraveses solo el proceso desde el reactivo hasta el inicio del tratamiento antirretroviral. Muchas veces ese espacio lo ocupamos las organizaciones civiles.

A continuación, te lo explicamos.

¿Qué significa un reactivo de VIH?

¿Qué sucede después?

En tu análisis se encontraron anticuerpos que pueden responder a la presencia del VIH en sangre, lo que corresponde es un análisis confirmatorio.

Generalmente se realiza una carga viral, un análisis de CD4 y un test de resistencia. La efectividad de las tiras reactivas hoy en día es muy alta, entonces es poco probable que hagan un análisis clínico para buscar el virus. Justamente el estudio de carga viral arroja el nivel de virus en sangre para saber cómo está la infección, el CD 4 permite “medir tus defensas” (el sistema inmunológico es el que da respuesta a cualquier virus o bacteria que entra al cuerpo y el VIH se reproduce debilitando éste). Si la carga es no detectable, NO es VIH y el médico puede evaluar otros controles serológicos (otras infecciones de transmisión sexual - ITs-), si la carga es baja, media o alta, lo recomendable es iniciar un tratamiento correspondiente para controlar el virus y puedas llegar a estar clínicamente indetectable y no lo transmitas por vía sexual.

Con el confirmatorio se agrega un test de resistencia para ver qué medicamento es el más indicado para la cepa de tu virus.

El resultado final es positivo

¿Estoy enfermo? ¿Voy a morir?

El resultado de tus análisis confirmatorio fue positivo para VIH, ahora bien, depende de las circunstancias que estás atravesando puede afectar más o menos, pero como mencionamos antes, cualquier cambio en salud es algo que va a modificar nuestra cotidianidad.

Decir que el VIH es una condición crónica quiere decir que es algo que nos acompañará toda la vida y hoy controlado con regularidad no es algo que significa grandes cambios en nuestra vida. Percibirse como una persona enferma por un diagnóstico de VIH, no es correcto ya que «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades» (OMS, 1948).

Hoy en día el tratamiento antirretroviral tomado de forma ordenada y sostenida en el tiempo permite que luego de unos meses, podamos estar indetectables (clínicamente el virus no se detecta) y sexualmente ya no lo transmitís. La calidad de los medicamentos cada vez es mejor, casi sin toxicidad, los efectos a largo plazo son menores. Por supuesto que cada individuo es único por sus antecedentes y a quien debés consultar siempre es a tu médico infectólogo. La expectativa de vida de alguien que vive con VIH es la misma que una que no vive con el virus.

En lo referido a la mortalidad, hoy en día el porcentaje de personas que fallecen por cuestiones vinculadas al VIH/SIDA es muy baja, y tiene que ver con situaciones muy particulares, de falta de acceso a información o situaciones de abandono del tratamiento antirretroviral durante mucho tiempo.

Aunque se diagnostique VIH en etapa avanzada o estadio de SIDA, hoy en día este es reversible y se puede alcanzar la indetectabilidad.

Soy una persona con capacidad de gestar

¿Qué sucede?

La capacidad de gestar no se altera por un positivo de VIH, y si realizas el tratamiento las posibilidades de transmisión a tu hijo son casi nulas, estadísticamente los niños que nacen de personas que conviven con VIH tienen un bajísimo porcentaje de probabilidad de contraer el virus. Por supuesto que los controles deben ser entre tu médico infectólogo y una obstetra, para garantizar que todo el proceso se lleve con una correcta atención.

Según la nueva ley de VIH, la leche maternizada está garantizada hasta los 18 meses del recién nacido, así como todo el tratamiento.

Hoy en día los controles de serología de VIH se realizan junto al resto si se confirma la gestación y se realizan los tratamientos correspondientes para que en caso de un positivo puedas estar indetectable.

Soy extranjero

¿Me corresponde el tratamiento?

En nuestro país la salud pública es universal, y por supuesto que esto se aplica para el tratamiento antirretroviral. Solo necesitas acercarte al servicio de infectología del hospital más cercano a dónde te encuentres y hablar con un profesional para que te oriente para comenzar.

Si por algún motivo se te niega, podés hacer la denuncia correspondiente con los organismos correspondientes y ponerte en contacto con alguna organización civil para que pueda orientar cómo seguir.

EL TRATAMIENTO ANTIRRETROVIRAL

A tomar la pastilla

¿Qué es la adherencia? ¿Cuándo soy adherente?

Adherencia al tratamiento es tomar pastillas todos los días, cómo indica tu médicx.

Este hábito se crea repitiendo la acción de la toma durante un tiempo de la misma manera, una vez que lo naturalicemos, se incorpora a la rutina.

Puede haber varios factores que pueden llegar a hacer que no queramos tomar la medicación y esto se debe a los prejuicios propios y ajenos acerca del VIH.

Una de las situaciones más frecuentes pasa por el temor al rechazo, de compartir nuestro diagnóstico.

Por supuesto que la discriminación por la serología existe pero también hay herramientas para dar una respuesta. Si tú médicx no te recomienda hablar con un profesional de la salud mental, podés sugerir que te haga una derivación, también hay algunos espacios de asociaciones civiles y organizaciones no gubernamentales que podemos orientar. Al final de esta guía te brindamos información.

Me olvidé de tomar las pastillas, y se pasó el horario ¿Qué hago?

Aclaremos que siempre hay que tratar de tomar la medicación a la misma hora y de forma ordenada, pero si ya pasaron varias horas, lo mejor es no tomarla y al día siguiente continuar como siempre. Nunca tomar más de una dosis diaria si no está indicado y por supuesto nunca “tomar hoy también lo que no tome ayer”.

Por supuesto que tomar las pastillas de forma desordenada, no es conveniente, tampoco saltar la toma por unos días. Si notas que “te colgas” y crees que no pasa nada, deberías saber que puede haber una consecuencia. La ingesta de las pastillas mantiene indetectable la carga viral. Si olvidas frecuentemente tomarla puede ser un indicador que necesites ayuda, porque a veces el proceso cuesta internalizar que nuestra salud está asociada a un tratamiento crónico.

Opciones posibles son buscar una grupalidad de pares, o comenzar una terapia focalizada en el tratamiento antirretroviral. No te sientas mal, no todas las personas somos iguales a la hora del cuidado de la salud y una ayuda externa siempre puede sumar.

MEDICAMENTOS ANTIRRETROVIRALES Y LAS INTERACCIONES CON OTRAS SUSTANCIAS

Te compartimos este link para que puedas leer con tiempo. Creemos que la mejor opción es brindar este tipo de información para abordar el tema con una perspectiva de reducción de riesgos y daños.

[AQUÍ](#)

INDETECTABLE ES INTRANSMISIBLE

Una vez que estamos en tratamiento y logramos estar Indetectables, está demostrado que sexualmente no se transmite. Esto solo se aplica para VIH y no para otras infecciones de transmisión sexual.

El uso de métodos barrera es algo que cada quien decide si utilizar o no, y el cuidado con nuestra pareja/parejas vinculares/sexuales es algo que siempre se consensua entre quienes están en la relación, y por supuesto que podés elegir no compartir tu serología con tus parejas sexuales ocasionales y es recomendable, cuidarse y cuidar al otrx/lxs otrxs.

La legislación es compleja en nuestro país, por un lado tenemos derechos que nos preservan y por otro, existe la criminalización. Es recomendable pero también completamente personal ser honestx, plantear nuestra serología a nuestra pareja. No siempre la reacción es la que unx espera pero cuidar al otrx también es un acto de amor.

¿Qué sucede si no uso un método barrera?

Siempre se recomienda que si unx no conoce la serología de quién o quiénes participan una relación sexual, se deba usar alguno para evitar contraer alguna ITs o evitar la infección de VIH con una cepa distinta, ya que en ese caso podríamos re infectarnos y hay que empezar todo el tratamiento antirretroviral de nuevo con otra medicación.

Parejas serodiscordantes

Una pareja serodiscordante es aquella dónde unx de lxs integrantes convive con VIH y otrx no. La decisión entre ellxs de no usar un método de prevención es una cuestión totalmente personal. La monogamia es solo una forma más de vinculación entre personas y ni más ni menos válida que cualquier otra. Creer que la fidelidad sexual es algo inquebrantable así como la exclusividad sexual es un método de prevención, no es acertado. La transmisión de otras ITs es algo que puede llegar a suceder, así como una posible reinfección para la persona con un diagnóstico positivo. La herramienta más útil siempre es un diálogo sincero y entender que los cuidados siempre se pueden consensuar.

ALGUNAS CUESTIONES MUY IMPORTANTES, COMPARTIR EL DIAGNÓSTICO, TUS DERECHOS, EL TRATO DIGNO

¿Estoy obligadx a contarlo?

En nuestro país, la ley 27675 de respuesta integral al VIH establece que el diagnóstico positivo es algo privado. Cada quien elige cómo, cuándo, a quién y de qué forma lo socializa.

Se recomienda que si tenés una pareja estable o estás en contacto con las últimas personas con las que tuviste algún contacto sexual, les avises de tu resultado para que puedan también hacerse un test.

Quiero contarlo, ¿Cómo lo digo?

Comunicar y compartir nuestra serología es un proceso único y personal, no hay protocolos o fórmulas preestablecidas para hacerlo. Como dijimos, los prejuicios y el rechazo son una realidad. Claramente quien nos quiere, no se va a ver afectadx por esta noticia y estará dispuestx a acompañar durante el proceso inicial y siempre. Si alguien, amigxs, familia, pareja, novix, decide cortar el vínculo, analicemos las circunstancias. A veces la falta de información que todavía existe puede hacer que al otrx, le cause rechazo. Si nuevamente se acerca, escuchemos que tiene para decir. Buscar juntxs información o compartir una consulta con tu médicx es una práctica que puede fortalecer lazos afectivos.

Si la otra persona decide terminar el vínculo, y lo consideras necesario, permitirte hacer un duelo personal está bien. Buscar algún grupo de pares de personas que conviven con VIH o espacios de contención con algún profesional de la salud son herramientas que pueden ayudar.

Al decirlo, seamos claros y si alguien quiere información hay organismos estatales con redes sociales, organizaciones civiles formadas por pares donde se ofrece información para familiares o cualquier persona cercana a nosotrxs.

¿A dónde comunicar si tenés un trabajo registrado?

En nuestro país el tratamiento está garantizado para todas las personas tengan un trabajo registrado o no. En caso de contar con una obra social o una prepaga, deberás asesorarte con Recursos Humanos para saber cómo es el trámite para que te cubran el tratamiento. Por supuesto que no deberías especificar cuál es la patolo-

gía pero sí comentar que se trata de un tratamiento crónico. Generalmente se trata de firmar una declaración jurada y ellos deberán informarte cuáles son los pasos a seguir. En caso de una respuesta no satisfactoria o demoras existen organismos estatales para denunciar y que se resuelva.

Importante

Si bien unx puede optar por compartir, y hay quienes después de un proceso de asimilación deciden hacer público su diagnóstico, tenés que saber que si alguien difunde tu diagnóstico sin tu consentimiento, o se enteran en tu trabajo y te despiden sin motivo claro y justificado, hay leyes que te protegen y podés hacer una demanda legal. La ley antidiscriminación 23592, pena la discriminación por serología y esto contempla las cuestiones laborales, asimismo la nueva ley de VIH también hace jurisprudencia sobre el asunto.

¿Qué es el Trato Digno, y por qué es importante?

Cuando hablamos de Trato Digno, hablamos de nuestros derechos como pacientes, tiene que ver con la forma en que recibimos orientación de parte del personal de salud, puede suceder que compartamos cierta información con el médicx, o que este haga algunas preguntas que NO vienen al caso. Si bien hay excelentes profesionales a veces la postura suele ser moralista/paternalista y podemos sentirnos vulneradxs. No se trata de pelear ni discutir, se trata de poder hacer las preguntas que creamos necesarias y NO recibir ningún tipo de hostigamiento ni violencia verbal. Un mal trato, una vulneración a quien está pasando por un momento complejo significa que esa persona no regrese, y no pueda seguir el tránsito hacia el inicio de tratamientos antirretrovirales.

Cómo aclaramos al principio de este instructivo es tu derecho recibir atención médica donde estés cómodx y te sientas respetadx.

FINALMENTE, LOS CONTROLES

Ahora que ya estás en tratamiento, que tenés un panorama sobre ciertas cuestiones fundamentales, unos detalles más antes de concluir

Al principio dijimos que al inicio del tratamiento para ver en qué situación estaba el virus en tu cuerpo se necesitaba una carga viral y un recuento de linfocitos CD4, y también explicamos para qué sirve. A partir de ahora estos controles son fundamentales para ver cómo vas con tu tratamiento. Mientras mantengas la adherencia y la Indetectabilidad, el recuento o control de tus sistema inmunológico (las defensas) es algo que puede variar mucho. Esto depende de varios factores, la alimentación, el estrés, la situación anímica, etcétera.

Estos controles se recomiendan realizarlos dos veces al año pero siempre, la mejor opción es hablar con tu médicx.

Una nueva perspectiva

No todo es malo cuando debemos atravesar cambios y algo interesante, a partir de ahora, es que podemos empezar a replantearnos la visión sobre lo que entendemos sobre nuestra salud, el vínculo con nuestro cuerpo.

Si bien las pastillas son fundamentales para controlar al virus y que este no se reproduzca, otros pilares son fundamentales. Afortunadamente cada vez existe una perspectiva más integral de salud.

El estrés que nos resulta del ritmo propio de nuestra cotidianidad, es algo que puede bajar nuestras defensas independientemente de una dieta balanceada.

El estado anímico también es importante. Realizar actividades que nos hagan sentir plenamente felices, generar vínculos sanos y de calidad también es vital para el equilibrio de la buena salud.

Nunca es tarde para comenzar a cambiar de hábitos y generar una mejor calidad de vida. Algo tan simple como caminar ayuda a liberar el estrés, libera buenas endorfinas en el cuerpo y fomenta nuevos enfoques, ideas y formas de pensar.

Hay que entender también que vamos a seguir atravesando otras cuestiones de salud, cómo cualquier otra persona, y es importante tener en cuenta nuestros antecedentes médicos y mantener siempre los cuidados pertinentes.

Entre pares

La finalidad de hacer esta guía es que al leerla, te sientas más tranquilo, poder compartirte un panorama general de cómo puede ir todo a partir de ahora. El hecho de que esté escrita por pares que ya atravesamos distintas situaciones de vulneración o discriminación y que hoy ocupamos espacios de activismo, permite compartirla desde un lugar de paridad, poder ofrecer información sin que te sientas obligado a nada, sino al contrario, se trata poder interpelar para que sientas que un diagnóstico positivo no es el fin, sino un principio de un camino que no tenes que atravesar solx.

Organizaciones civiles y Organismos Estatales que dan respuesta al VIH




ORGANIZACIONES NO GUBERNAMENTALES:

VIHsibles, área de respuesta al VIH de Patria Igualitaria ONG

-  VIHsibles.ar
-  @vihsibles.argentina
-  vihspatriaigualitariaok@gmail.com

Fundación Huésped

Área legal y psicologxs con terapia focalizada en VIH, grupos de pares de personas que conviven con VIH.

-  Fundación Huésped
-  @fundhuesped
-  info@huesped.org.ar

Red Argentina de Jóvenes y Adolescentes Positivos (RAJAP).

Grupos de pares para personas que conviven con VIH para personas de 14 a 30 años

-  @rajaporg

Secretaría de VIH de la Federación Argentina LGBT

-  @vihfalgbt

ORGANISMOS ESTATALES:

Servicios de Infectología en el área de San Martín

Hospital Diego Thompson - Servicio de Infectología

WhatsApp para solicitar turnos +54 9 11 2583-6778

Hospital Eva Perón - Servicio de infectología

WhatsApp para solicitar turno +54 9 11 30841060

Instituto Nacional contra Discriminación, la Xenofobia y el Racismo (INADI).

Avenida de Mayo 1401, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, CP: C1085ABE

Teléfono: (011) 4380-5600 / 5700

Defensoría LGBT, Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Av. Belgrano 673, CABA.

Días y horarios de atención: Lunes a viernes de 10 a 18 h

Autoridad: Flavia Massenzio (Coordinadora)

Teléfono: (011) 4338-4900 internos 8106/8109

 defensorialgbt

 defensoria@lgbt.org.ar

Dirección de VIH , hepatitis virales e ITs del Ministerio de Salud de la Nación

Av. 9 de Julio 1925 - 9º piso, Ala Moreno, CABA, CP: 1900

Teléfono: (011) 4379-9000 int. 4841 / 4379-9017

 direcciondevih@gmail.com

 Asesoramiento y consultas: consultasdsyets@gmail

Superintendencia de Servicios de Salud

Dirección: Av. Pdte. Roque Sáenz Peña 530, CABA, CP: C1035AAN

(011) 4344-2800

Línea Gratuita para consultas de beneficiarios y usuarios del Sistema Nacional de Salud

Horario: 9 a 17 h

0800-222-72583 (SALUD)

Ingreso de beneficiarios para trámites y consultas

(Exclusivamente con Turno previo)

Av. Pdte. Roque Sáenz Peña esquina Av. Rivadavia

"Pregunte SIDA" **0800 333 444**

Edificio Container 2º piso,
Campus Miguelete,
Av. 25 de Mayo y Francia,
c.p.: 1650. San Martín,
Provincia de Buenos Aires, Argentina
te.: 4006-1500 - (int. 6146)

Punto Bienestar
6a etapa, Edificio Tornavía, Campus Miguelete,
Av. 25 de Mayo y Francia,
c.p.: 1650. San Martín,
Provincia de Buenos Aires, Argentina
Tel: 2033-1400 (int. 6151/ 6155)

Sede Manuel Belgrano,
Peatonal Belgrano 3563,
c.p.: 1650. San Martín,
Provincia de Buenos Aires, Argentina
te.: 2033-1460

contacto:
extension.unsam@unsam.edu.ar

www.extension.unsam.edu.ar

 [secretariade.extensionuniversitaria](https://www.facebook.com/secretariade.extensionuniversitaria)

 [extensionunsam](https://www.instagram.com/extensionunsam)

 [ExtensionUNSAM](https://twitter.com/ExtensionUNSAM)



Extensión
y Vinculación
UNSAM

