



cesida

Guía sobre VIH para medios:
comunicar sin estigma



¿Se puede estar orgulloso de tener VIH? ¿Qué sentido tiene un Pride+ en 2023?

- 3 VIH ≠ Sida
- 4 Cómo actúa el VIH en el cuerpo
- 5 VIH en cifras en España hoy
- 6 Contagio vs transmisión
- 7 ¿Cómo se transmite el VIH?
- 7 Indetectable = Intransmisible
- 8 95-95-95
- 8 Cuarto 95 – Calidad de vida de las personas con el VIH
- 9 Creencias y actitudes de la población española hacia las personas con VIH
- 10 Nos sobran los motivos para organizar un Pride
- 11 Testimonios

VIH ≠ Sida

VIH = Virus de Inmunodeficiencia Humana

Es un virus que afecta y deteriora el sistema inmunitario.

En España se diagnostican casi 4.000 casos de VIH anualmente.

Se estima que unas 150.000 personas tienen VIH en nuestro país.

SIDA = Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida

Aparece después de tener VIH muchos años sin **diagnóstico y/o sin tratamiento**. El virus debilita el sistema inmunitario y aparecen infecciones oportunistas que suponen un gran riesgo para la salud. Actualmente es una situación reversible. Con el tratamiento antirretroviral la carga viral (número de copias del virus) se reduce y el sistema inmunitario mejora, y la persona deja de estar en fase de sida.

En España, se notifican unos 340 casos anuales debido al retraso diagnóstico. Si se hiciera la prueba del VIH con más frecuencia, el VIH se diagnosticaría y trataría antes, y las personas disfrutarían de un mejor estado de salud.

Cómo actúa el VIH en el cuerpo

El VIH ataca y destruye los linfocitos CD4 del sistema inmunitario. Los linfocitos CD4 son un tipo de glóbulos blancos que desempeñan una función importante en la protección del cuerpo contra las infecciones y los cánceres. El VIH emplea el mecanismo de los linfocitos CD4 para reproducirse y propagarse por todo el cuerpo.

VIH en cifras en España hoy



Dónde informarse
sanidad.gob.es

Datos epidemiológicos 2021: Se notificaron 2.786 nuevos diagnósticos de VIH, lo que supone una tasa de 5,89/100.000 habitantes sin corregir por retraso en la notificación. Tras corregir por este retraso, se estima que la tasa para 2021 será de 7,41 por 100.000 habitantes cuando se haya completado la notificación de todos los diagnósticos realizados ese año.

La transmisión entre HSH(hombres que tienen sexo con hombres) es la mayoritaria. El 86,1% eran hombres y la mediana de edad fue de 36 años.

La vía sexual es el modo de transmisión principal. La transmisión en hombres que mantienen relaciones sexuales con hombres (HSH) fue la más frecuente, 56,3%, seguida de la heterosexual, 25,4%, y la que se produce en personas que se inyectan drogas (PID), 1,6%.

El 49,8% de los nuevos diagnósticos presentaron **diagnóstico tardío**.

La tasa de **nuevos diagnósticos** de VIH es superior a la media de los países de la Unión Europea. Es similar a las de otros países de Europa Occidental (Rumanía, Ucrania, etc)

El diagnóstico tardío es elevado. **¿Por qué supone un problema?** La persona se diagnostica en peor estado de salud y hasta ser diagnosticada no se trata y se producen nuevas infecciones.

El 90,4 de las personas con el VIH en España tiene la carga viral **indetectable**.

Contagio vs transmisión

Es más apropiado hablar de transmisión.
No se recomienda usar contagio.

¿Por qué?

A las entidades comunitarias les importa mucho el uso adecuado de este término. El VIH se transmite por vía sexual o por compartir materiales inyectables. Saber que estas son las únicas vías de transmisión reduce el miedo a este virus y el estigma hacia quien lo tiene. Se puede compartir espacio de trabajo, mesa en el restaurante, piso de estudiantes e incluso el vaso en el bar sin infectarse.

¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH sólo puede transmitirse si el virus entra en tu cuerpo por vía bucal, anal o vaginal o atravesando la piel (p.ej: agujas). La piel sirve como barrera de entrada.

Los fluidos que contienen suficiente virus para poder transmitir el VIH son:

- Sangre
- Semen
- Secreciones vaginales
- Leche materna.

No se transmite por **saliva, lágrimas ni sudor.**

I=I Indetectable = Intransmisible

‘Indetectable’ significa que la carga viral en fluidos como: sangre, semen o flujo vaginal es tan baja que una prueba no puede detectar el virus y, por tanto, esa concentración de virus **no tiene capacidad de transmitirse.**

Es decir, las personas en tratamiento con la carga viral suprimida no transmiten el VIH en ninguna circunstancia. De hecho, pueden ser madres o padres y que sus hijos no tengan el VIH.

Está basado en la evidencia científica tras los estudios PARTNER I y II, en los que se analizaron más de 76.088 relaciones sexuales desprotegidas entre parejas serodiscordantes (con distinto estado serológico) sin que se produjera ninguna infección.

95-95-95

Objetivos de Onusida para 2030 para acabar con la epidemia del VIH en el mundo:

“Que el 95% de las personas con VIH estén diagnosticadas; que el 95% de ellas esté en tratamiento; y que el 95% de ellas cuente con carga viral indetectable y, por tanto, intransmisible.”

El 90,4 de las personas con el VIH en España tiene la carga viral indetectable.

Cuarto 95

Calidad de vida de las personas con el VIH

El ‘cuarto 95’ es un objetivo adicional propuesto por **investigadores y activistas** comunitarios a la Estrategia Global de la Organización Mundial de la Salud (95-95-95) y hace referencia a la **calidad de vida** relacionada con la salud de las personas con VIH. Las investigaciones realizadas muestran que existen determinantes de dicha calidad de vida relacionados con factores socio-demográficos, de la infección por VIH, conductuales y psicológicos. Sobre todo, la **influencia del estigma social** de la infección influye muy negativamente en la salud, generando **estrés y ansiedad en el paciente** que sufre por miedo a que la gente cercana conozca su diagnóstico. Además, genera lo que se denomina “**auto-estigma**”, una percepción negativa de uno mismo por tener esta infección.

Creencias y actitudes de la población española hacia las personas con VIH

Estudio elaborado en 2021 por CESIDA para el Ministerio de Sanidad.

Principales resultados

El estigma disminuye significativamente con respecto a los estudios realizados en 2008 y 2012.

Cerca del 90% de los españoles tiene un mejor conocimiento del VIH y el sida y muestra una actitud de mayor aceptación y/o normalización hacia las personas que viven con VIH.

El 10% de personas afirman que no tendrían ninguna relación con personas con VIH, es la fracción más intolerante de la sociedad. En 2008 era el 20% en el 2008, y un 13% en 2012.

Un 36,3% de la población española se sentiría incómoda si un compañero de su hijo tuviera VIH.

Creencias erróneas que perviven:

- Un 11 % piensa que compartir un vaso puede transmitir el VIH
- Un 21,3 % que se puede transmitir por la picadura de un mosquito

Hay 12,6% de los participantes del estudio que cree que el VIH y el sida tienen que ver con colectivos sociales determinados (homosexuales y usuarios de drogas, “gente promiscua” y las personas que practican la prostitución).

Nos sobran los motivos para organizar un Pride+

“Nadie hablará de nuestro estigma cuando seamos VIHsibles.”

- “Soy visible”, documental que aborda el estigma y la discriminación hacia personas con VIH, destacando el primer Pride Positivo donde cientos de personas con VIH desafiaron el estigma, promoviendo la «VIHsibilidad» y la acción contra la discriminación.
- Reivindicamos el derecho de las personas con el VIH a tener una buena vida en todos los ámbitos (profesional y personal), sin sentir vergüenza ni discriminación por tener esta infección.
- Pride+ es una iniciativa para poner en valor los 40 años de activismo y resiliencia que, tras más de cuatro décadas desde el inicio de esta pandemia el VIH ha sido vector de diversos cambios sociales, como la petición del matrimonio igualitario.
- Gran parte de las personas con el VIH viven lo que solo tendría que ser una patología crónica con sentimientos de miedo, culpa, soledad y auto estigma.
- El Pride+ consiste en reivindicar, pero en reivindicar con alegría. Abierto a todas las personas. No tienes por qué ser positivo para unirse a celebrar el Pride+, sino tener ganas de compartir, apoyar o festejar con el colectivo.
- Desde el activismo se reclama que ya nadie se muere de VIH.

Testimonios de las personas participantes en el primer Pride+

“El Pride Positivo me Hizo, por primera vez, sentirme orgullosa de pertenecer a un colectivo de personas tan valientes, luchadoras y supervivientes”

“Ver a tantas personas con VIH juntas, luchando contra el estigma social que aún conlleva tener esta infección. Me ha hecho sentir que no estoy solo”

“Porque no hablar mata, porque no hay enfermedades ni de “buenos” ni de “malos”, ni “merecedores de padecer ni de no padecer”.

**Pride en inglés significa dignidad.
“Orgullo” es lo contrario de “vergüenza”.**

