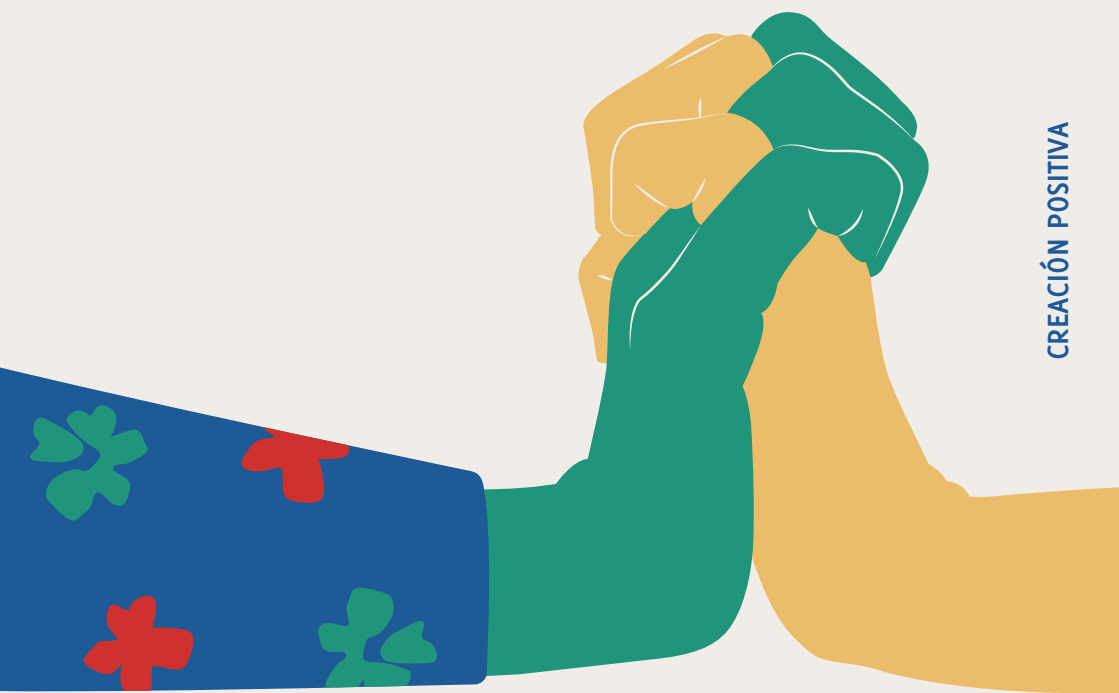


FITXA 6

DIR O NO DIR EL DIAGNÒSTIC DEL VIH

AMPLIANT APUNTS SOBRE
SALUT SEXUAL, DRETS I PLAER



CREACIÓ POSITIVA

Quan ens donen el diagnòstic del VIH és possible que necessitem temps per assimilar una sèrie de novetats i canvis en les nostres vides.

Una de les primeres preguntes que ens podem fer quan coneixem el diagnòstic del VIH i que ens pot acompanyar en diferents moments de la nostra vida és: dir o no dir el diagnòstic?

Compartir o no el diagnòstic del VIH amb altres persones pot esdevenir una disjuntiva que ens produeixi por, entre d'altres coses, al rebuig, a no poder mantenir les nostres relacions familiars, amistats i/o parelles tal i com estan, o dificultats en el maneig de la infecció i de la malaltia.

Dir o no dir el diagnòstic del VIH és una **decisió personal**, en la qual es fa imprescindible disposar de la **informació** i el **recolzament emocional** que necessitem per tal de poder tenir un espai i temps on valorar les alternatives, les maneres de fer-ho, les emocions que ens provoca la situació i altres elements que vagin sorgint en la presa de decisions. Per això és important la relació amb l'equip mèdic, així com tenir infor-

mació sobre diferents recursos d'atenció en els quals ens podem recolzar.

Poder decidir si compartim el diagnòstic del VIH forma part del tenir **cura** de la nostra **salut emocional** amb efectes directes en la nostra **salut sexual** i viceversa.

És tan respectable i lícit compartir el diagnòstic com prendre la decisió de no fer-ho. El més important és que ens sentim còmodes i segures amb la decisió que prenguem. Si decidim compartir-lo, ens pot ser útil reflexionar sobre com fer-ho i amb qui volem compartir-lo. Si tenim en compte el que necessitem, compartir-ho amb les persones que estimem també formarà part de com ens cuidem.

Per algunes dones amb VIH compartir el diagnòstic significa perdre el control sobre la seva intimitat i veure's exposades a situacions de discriminació. Per altres dones dir que tenen el VIH significa una forma de control sobre la seva vida i d'activisme davant l'estigma i la discriminació.

Tinguem present que sigui quin sigui l'àmbit de les nostres relacions (familiar, laboral, amistats, social, etc.), **no estem obligades a dir el diagnòstic del VIH**. Compartir forma part del procés de viure amb el VIH i del tenir cura de la nostra salut sexual i emocional.

Moltes vegades la manca i/o inadequada informació, les creences entorn de les sexualitats i la salut sexual de les dones, sumat a l'estigmatització de determinats col·lectius, tenen com efecte un seguit de pràctiques de discriminació i vulneració dels nostres **Drets Sexuals**. Compartir des de la cura i des de la manera que escollim, ja sigui amb professionals o amb persones afectivament properes amb les quals ens sentim ben acompanyades, pot ajudar-nos a reduir el patiment emocional i la por a les situacions de rebuig i/o abandonament que puguem experimentar degut al diagnòstic del VIH; a identificar situacions de violència masclista o a reconèixer aquells elements o situacions que poden incidir en la nostra presa de decisions.

Viure amb el VIH no ens priva d'atendre les nostres **necessitats**, els nostres **desitjos**, ni de fer valer els nostres Drets Sexuals. El reconeixement de la nostra salut sexual forma part de l'autocura i del respecte cap a nosaltres mateixes i les nostres circumstàncies com a part del nostre **procés vital**.

Cada persona té el dret a decidir si vol o no vol compartir el seu diagnòstic del VIH en tot moment.

A més a més de la decisió sobre el que volem compartir i amb qui, és important que ens donem els **temps** que necessitem per a reconèixer tant les nostres necessitats emocionals com els nostres dubtes respecte a la infecció per VIH. I recordeu que el que anem dient, si compartir o no compartir el nostre diagnòstic, dependrà de cadascuna de nosaltres, de les nostres necessitats i no pas en funció del que els "altres" necessiten o volen saber.

Tenim **dret a decidir i viure la nostra vida lliure de violències, estigma i discriminació**.

A Creación Positiva oferim atenció individual, grups de suport i tallers de promoció de la salut sexual des d'una perspectiva feminista, posant al centre les cures, les diversitats i la defensa dels Drets Sexuals.



Creación
Positiva

93 431 45 48

crea@creacionpositiva.org

   @CreaPositiva

www.creacionpositiva.org

Finançat per:



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

