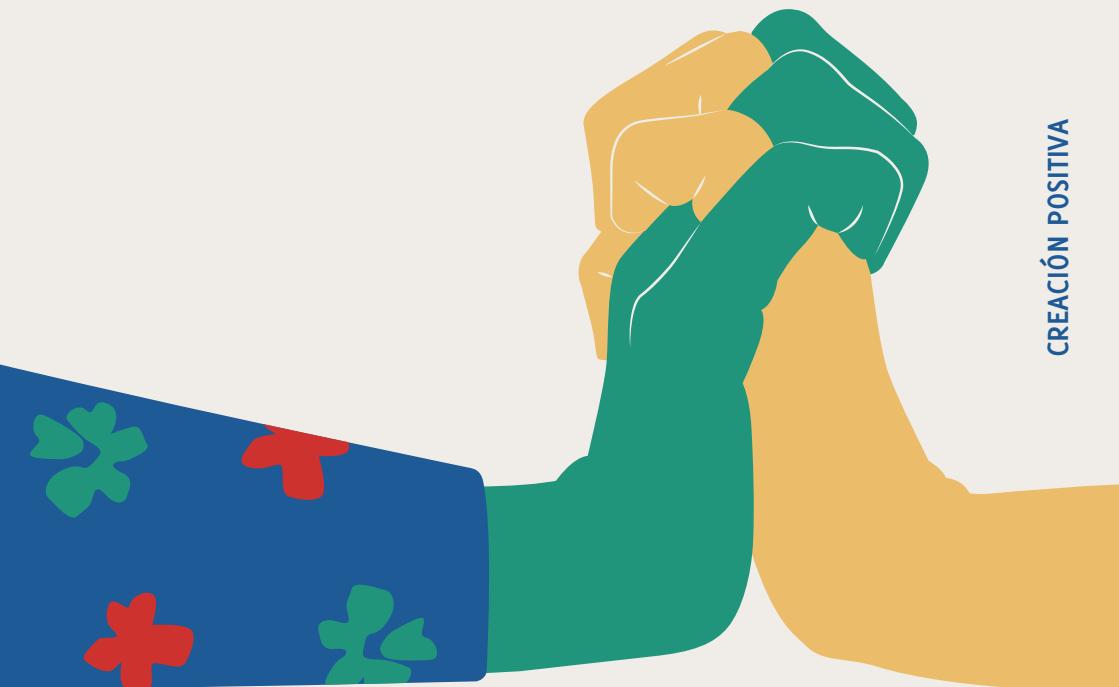


FICHA 6

# DECIR O NO DECIR EL DIAGNÓSTICO DEL VIH

AMPLIANDO APUNTES SOBRE  
SALUD SEXUAL, DERECHOS Y PLACER



CREACIÓN POSITIVA

## Cuando nos dan el diagnóstico del VIH es posible que necesitemos tiempo para asimilar una serie de novedades y cambios en nuestras vidas.

Una de las primeras preguntas que nos podemos hacer cuando conocemos el diagnóstico del VIH y que puede acompañarnos en diferentes momentos de nuestra vida es: ¿decir o no decir el diagnóstico?

Compartir o no el diagnóstico del VIH con otras personas se puede volver una disyuntiva que nos produzca miedo, entre otras cosas, a que nos rechacen, a no poder mantener nuestras relaciones familiares, amistades y/o parejas tal como están, o dificultades en el manejo de la infección y de la enfermedad.

Decir o no decir el diagnóstico del VIH es una **decisión personal**, en la que disponer de la **información** y del **apoyo emocional** que necesitamos se hace imprescindible para que podamos tener un espacio y tiempo en el que valorar las alternativas, las maneras de hacerlo, las emociones que nos provoca la situación y otros elementos que vayan surgiendo en la toma de decisiones. Para esto es importante la relación con el

equipo médico, así como tener información sobre diferentes recursos de atención en los que nos podemos apoyar.

Poder decidir si compartimos el diagnóstico del VIH forma parte del **cuidado** de nuestra **salud emocional** con efectos directos en nuestra **salud sexual** y viceversa.

Es igual de respetable y de lícito compartir el diagnóstico como tomar la decisión de no hacerlo. Lo más importante es que nos sintamos cómodas y seguras con la decisión que tomemos. En el caso de decidir compartirlo, puede sernos útil reflexionar sobre cómo hacerlo y con quiénes queremos compartirlo. Si tomamos en cuenta lo que necesitamos, compartirlo con las

personas que queremos formará parte también de nuestro cuidado.

Para algunas mujeres con VIH compartir el diagnóstico significa perder el control sobre su intimidad y verse expuestas a situaciones de discriminación. Para otras mujeres decir que tienen el VIH significa una forma de control sobre su vida y de activismo frente al estigma y la discriminación.

Tengamos presente que sea cual sea el ámbito de nuestras relaciones (familiar, laboral, amistades, social, etc.), **no estamos obligadas a decir el diagnóstico del VIH**. Compartir forma parte del proceso de vivir con el VIH y del cuidado de nuestra salud sexual y emocional.

Muchas veces la falta y/o inadecuada información, las creencias en torno a las sexualidades y la salud sexual de las mujeres, sumado a la estigmatización de determinados colectivos, tienen como efecto una serie de prácticas de discriminación y vulneración de nuestros **Derechos Sexuales**. Compartir desde el cuidado y de forma elegida, ya sea con profesionales o con personas afectivamente próximas con quienes nos sintamos bien acompañadas, puede ayudarnos a reducir el sufrimiento emocional y el miedo a las situaciones de rechazo y/o abandono que podamos experimentar debido al diagnóstico del VIH; a identificar situaciones de violen-

cia machista o a reconocer aquellos elementos o situaciones que pueden incidir en nuestra toma de decisiones.

---

**Cada persona tiene el derecho a decidir si quiere o no compartir su diagnóstico del VIH en todo momento.**

---

Vivir con el VIH no nos priva de atender nuestras **necesidades**, nuestros **deseos** ni de hacer valer nuestros Derechos Sexuales. El reconocimiento de nuestra salud sexual forma parte del cuidado y del respeto hacia nosotras mismas y a nuestras circunstancias como parte de nuestro **proceso vital**.

Además de la decisión sobre lo que queremos compartir y con quien(es), es importante que nos demos los **tiempos** que necesitemos para reconocer tanto nuestras necesidades emocionales como nuestras dudas con respecto a la infección por VIH. Y recordar que lo que vamos decidiendo, si compartir o no compartir nuestro diagnóstico, está en función de cada una de nosotras, de nuestras necesidades y no en función de lo que los “otros” necesitan o quieren saber.

Tenemos **derecho a decidir y a vivir nuestra vida libre de violencias, estigma y discriminación**.

En Creación Positiva ofrecemos, desde una perspectiva feminista, atención individual, grupos de soporte y talleres de promoción de la salud sexual, poniendo en el centro los cuidados, las diversidades y la defensa de Derechos Sexuales.



93 431 45 48  
crea@creacionpositiva.org  
 @CreaPositiva  
[www.creacionpositiva.org](http://www.creacionpositiva.org)

Financiado por:

