



VIH, UNA ENFERMEDAD DE TRANSMISIÓN SEXUAL:

ASPECTOS PSICOSOCIALES

Carlos García Gomáriz.

Psicólogo del CCASCV

Atención Psicológica en Hospitales – CUEI





PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS

- Unas preguntas para introducir
- Aclarando conceptos
- Mitos y Realidades del VIH
- Epidemiología
- El servicio de atención psicológica en hospitales
- Impacto Psicológico del diagnóstico VIH+
- Visibilidad vs Ocultación
- Proceso de afrontamiento
- Conclusiones



¿Mandarías a tu hijo a un colegio donde se sabe que otro estudiante tiene el VIH?

¿Trabajarías en una oficina (o en una obra) en la que uno de tus compañeros tiene VIH?

¿Comprarías en una carnicería si el carnicero es VIH+? ¿Irías a un restaurante si supieras que la cocinera tiene VIH?

¿Crees que las personas seropositivas tienen, como cualquier persona, el derecho a la intimidad y que no se sepa, salvo que ellas así lo decidan, su condición de VIH+?

¿Usarías un baño público si supieras que antes lo ha usado una persona con VIH/SIDA?

¿Compartirías un vaso o una toalla con alguien que tiene VIH?

¿Besarías a una persona si supieras que tiene VIH?

¿Piensas que las personas que contraen el VIH **NO** son culpables de padecer la enfermedad?

En 2015 el **49,2%** de las personas encuestadas contestó **NO** al menos a una de estas preguntas.

La sociedad española continúa manteniendo **prejuicios** basados en **creencias erróneas** en torno a las vías de transmisión (contagio) del VIH, desarrollando **estereotipos negativos** hacia este colectivo

Los prejuicios, las creencias erróneas, y los estereotipos negativos favorecen el estigma, y por tanto el rechazo y la **invisibilización** de las personas con VIH.

ACLARANDO CONCEPTOS

- **VIH:** El virus de inmunodeficiencia humano es un microorganismo que ataca al sistema inmunológico de la persona debilitándolo y haciéndolo más vulnerable a infecciones que pueden ser mortales
- **ETS:** Las enfermedades de transmisión sexual son infecciones que se transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual. Las más comunes son VIH, Sífilis, Herpes genitales, UPH, Gonorrea, ...
- **SIDA:** El síndrome de inmunodeficiencia adquirida es el estado avanzado de la infección por VIH, caracterizado por bajos niveles de defensas y aparición de enfermedades oportunistas (cáncer, neumonía, toxoplasmosis, tuberculosis,...)
- **CARGA VIRAL INDETECTABLE:** Cuando hay muy poco VIH en el organismo, es más difícil que se pueda debilitar el sistema inmunitario y se impide la transmisión a otras personas

MITOS



- El VIH es irremediabilmente mortal
- Las personas con VIH no pueden tener hijos
- Las personas con VIH siempre lo transmitirán en una relación sexual

REALIDADES



- La esperanza de vida, en la actualidad, de una persona con VIH correctamente tratada es muy similar a la de cualquier persona
- Hoy en día, gracias a los tratamientos, las personas con VIH de ambos sexos pueden tener hijos sanos
- En la actualidad, una persona con VIH en tratamiento y con CV indetectable, NO puede transmitir el VIH

MITOS



- El VIH se transmite por picadura de insectos o por contacto con personas afectadas
- A las personas afectadas por el VIH se les nota
- El VIH es cosa de *yonkis*, prostitutas y gais
- Las personas con VIH se lo han buscado

REALIDADES



- Es imposible. El VIH solo se transmite cuando determinados fluidos (sangre, semen, flujo vaginal, leche materna) entra en el cuerpo de otra persona
- El VIH no afecta al aspecto físico de las personas
- La infección por VIH es de transmisión sexual y por tanto puede afectar a cualquier persona sexualmente activa que no emplee medidas preventivas
- El VIH no entiende de moral, edad, profesión u origen. Una sola práctica de riesgo puede conllevar la transmisión del virus.

EPIDEMIOLOGÍA

NUEVOS DIAGNÓSTICOS EN ESPAÑA ÚLTIMOS 5 AÑOS

AÑO	CASOS
2012	3824
2013	4229
2014	4315
2015	4020
2016	3353

Tendencia a la estabilidad, 2016 un resultado ¿esperanzador?

NUEVOS DIAGNÓSTICOS DE VIH EN LA CV EN 2016

SEXO	CASOS
HOMBRES	324
MUJERES	55
TOTAL	379

Más de un nuevo caso al día en la Comunidad Valenciana

EPIDEMIOLOGÍA

MODO DE TRANSMISIÓN

Modo de transmisión	CASOS	%
Transmisión Homo/bisexual	183	48,3%
PID	12	3,2%
Transmisión Heterosexual	64	16,9%
Otros	13	3,4%
Sin información	107	28,2%
TOTAL	379	100,%

Si consideramos solo los casos con modo de transmisión conocido entonces la proporción de casos de **transmisión por vía sexual se eleva al 90,1%.**

Las 3 caras del VIH



Física	Social	Psicológica
<ul style="list-style-type: none">- Tratamiento- Prevención (deterioro, reinfecciones)- Estilo de vida saludable	<ul style="list-style-type: none">- Ocultación- Estigma- Desinformación = Rechazo	<ul style="list-style-type: none">- Emociones- Pensamientos- Acciones

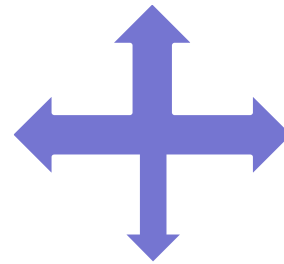


ATENCIÓN PSICOLÓGICA HOSPITALARIA



Prevención Autoestigma / Afrontamiento Estigma

**Apoyo
Psicológico
(Diagnóstico
Reciente)**



**Psicoeducación
“Paciente informado,
paciente motivado”**

**Gestión Emocional
(Favorecer respuestas adaptativas)**

En 2017, 156 personas atendidas en este programa que se realiza en tres hospitales de Valencia: Clínico, La Fe y Dr. Peset. Y C.I.P.S. Especialmente dirigido a personas recién diagnosticadas y sus familias.

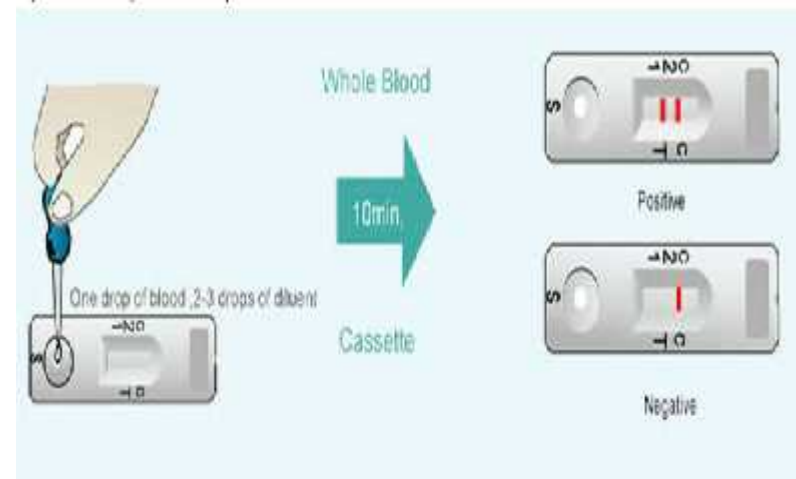
HACERSE LA PRUEBA → ACTO DE VALOR

- **Miedo**: Componente **irracional** que condiciona la **conducta** de no hacer la prueba para evitar un resultado + y tener que enfrentarse a él.

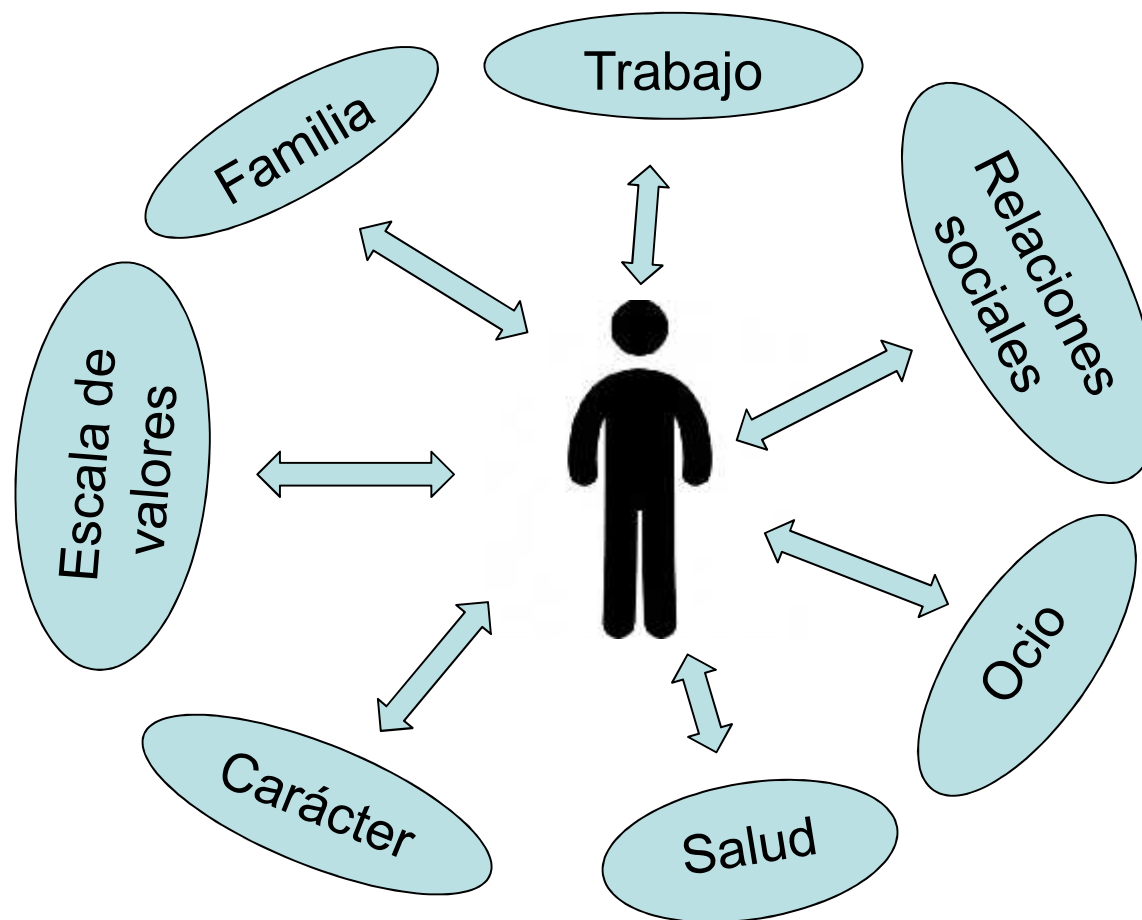
- Prueba rápida: accesible, anónima, gratuita y confidencial

- Enfrentarse al rechazo social / estigma

- Consecuencias para la salud (propia y de los demás)



Un diagnóstico **VIH+** afecta a todas las áreas de la esfera personal en mayor o menor medida



Diagnóstico es trauma pero también es cambio

La comunicación del diagnóstico es un momento clave,
la persona se enfrenta a una crisis vital.



Necesidad y conveniencia de apoyo psicológico por parte de profesionales especializados, tanto en la comunicación (Impacto inicial) como para afrontar y adaptarse a los cambios.

ALGUNOS CONSEJOS Y RECOMENDACIONES

- Evitar el aislamiento

- No tomar decisiones precipitadas

- Realizar actividades, aunque cueste

-Hacer un listado de cuestiones y preocupaciones

-Ocio: Mantener reforzadores del estado de ánimo

- Confianza en los profesionales (Médicos internistas, Enfermeras,.....)

Alteraciones psicológicas relacionadas directa o indirectamente con el diagnóstico VIH

- Trastorno adaptativo mixto (con estado de ánimo deprimido y ansiedad)
- Trastorno depresivo persistente (distimia)
- Trastorno de Ansiedad Generalizada
- Trastorno de depresión mayor de episodio único
- Trastorno de estrés agudo
- Trastorno de angustia con y sin agorafobia
- Trastorno de Ansiedad por enfermedad (hipocondría)

Y en menor medida: TOC, TEP, trastorno del control de impulsos y la conducta (chemsex), trastorno dismórfico corporal, y trastorno explosivo intermitente.

**ANSIEDAD BAJA AUTOESTIMA DEPRESIÓN DÉFICITS
NEURO-COGNITIVOS**

GRUPOS TERAPÉUTICOS Y DE AYUDA MUTUA

- Favorecen una actitud positiva hacia el VIH y dan apoyo emocional
- Modelado / Empatía / Identificación / Comunicación / Información /
Aprenden unos de otros
- ↑ autoestima al ayudar a otras personas con problemas similares



DOS MOMENTOS CLAVE A EFECTOS PSICOLÓGICOS

A) Impacto emocional ante el diagnóstico VIH

MIEDO

Preocupación
Incertidumbre
Pensamientos Anticipatorios

IRA

¿Por qué yo?
Injusticia

TRISTEZA

Pérdida
Lamento
Queja

ANSIEDAD



**CICLOTIMIA
TDE TEI**



DEPRESIÓN



GESTIÓN EMOCIONAL ———> RESPUESTAS ADAPTATIVAS

B) TOMA DE DECISIONES

VISIBILIDAD vs OCULTACIÓN

VENTAJAS +	VENTAJAS +
INCONVENIENTES -	INCONVENIENTES -

B) TOMA DE DECISIONES

VISIBILIDAD vs OCULTACIÓN

VENTAJAS +	VENTAJAS +
<ul style="list-style-type: none">- Comprensión- Aceptación- Empoderamiento- Refuerza autoestima- ...	<ul style="list-style-type: none">- Evitar estigma social- ...
INCONVENIENTES -	INCONVENIENTES -
<ul style="list-style-type: none">- Rechazo- Estigma social- ...	<ul style="list-style-type: none">- Autoestigma- Baja autoestima- ...

- Analizar, racionalizar, generar alternativas, anticipar consecuencias...
- Factores que intervienen:
 - ¿Porqué? ¿A quién? ¿Cuándo? ¿Cómo? ¿Dónde?...

- La aceptación del diagnóstico entendida como un proceso por el que toda persona debe pasar
- Diferencias individuales: edad, género, habilidades sociales, recursos de afrontamiento.....



SENTIMIENTO DE INDEFENSIÓN	SENTIMIENTO DE CONTROL
Conductas reactivas	Conductas pro-activas

FRASES: Manifestaciones expresadas en la consulta por los propios pacientes.

REFLEJAN: Actitudes, pensamientos, deseos, reacciones, emociones, sentimientos, afectos,... relacionados con el diagnóstico del VIH +.

- Generar empatía, identificación, comprensión
- Romper estereotipos
- Confidencialidad

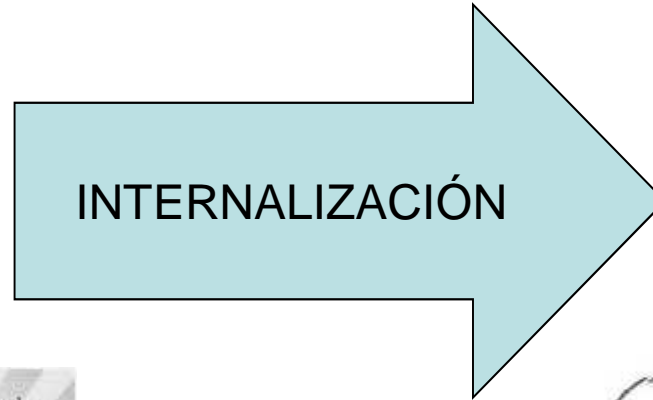
“No me pongo el lazo del VIH porque tengo la sensación que llevo una marca que dice: soy una sidoso”. Ángela, ama de casa

ESTIGMA: “Marca” en función de atribuciones negativas. Se desprende la culpabilización y el miedo al “contagio”.

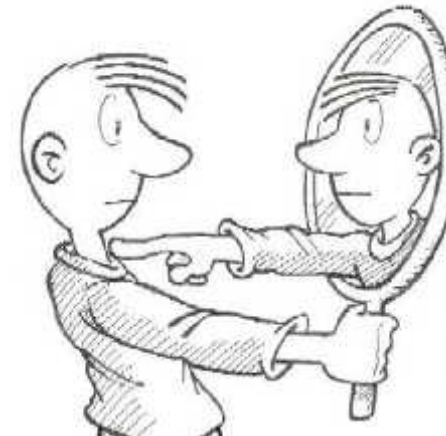
ESTIGMA



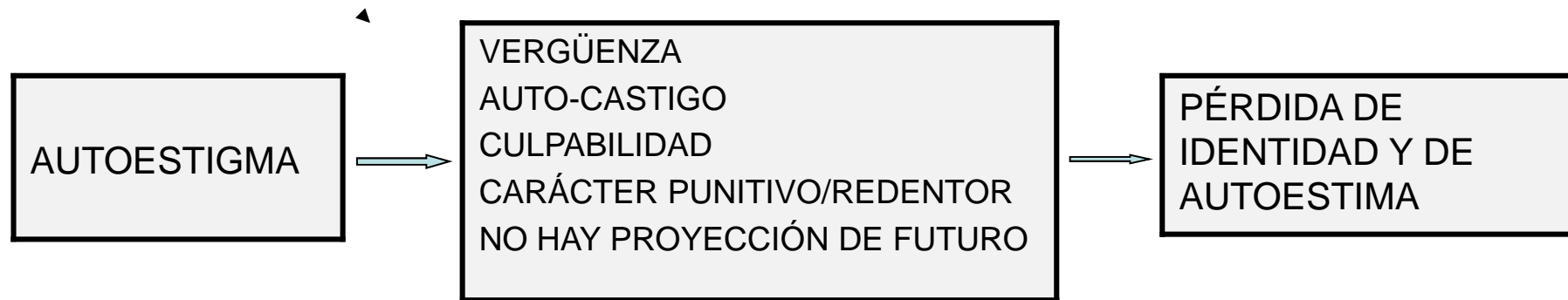
INTERNALIZACIÓN



AUTOESTIGMA



“No puedo mirarme al espejo sin sentir asco de mí mismo, me siento sucio por dentro”. Alberto, comercial.



“Aceptar que pasamos por una situación que no hemos elegido, cuando entiendes la enfermedad y la aceptas ya puedes hacer una vida normal”. Rodolfo, empleado de banca.

AUTOACEPTACIÓN

INFORMACIÓN

NORMALIZACIÓN

“Yo no sé si teniendo miedo ganan ellos, lo que si sé es que teniendo miedo pierdo yo”. Bautista, profesor de secundaria.

NO VICTIMIZACIÓN

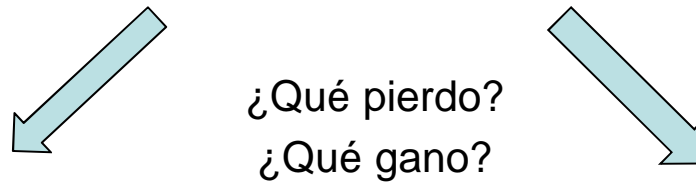
NO CULPABILIDAD

AUTOESTIMA. Valor del “YO” como individuo.

LOCUS DE CONTROL INTERNO

“No tengo miedo al rechazo, tengo miedo a la soledad, a no tener a alguien para contarle las cosas que para mi son importantes”. Emilia, empleada de limpieza.

BALANCE DECISIONAL



Evitación / Ocultación

Exposición / Visibilidad

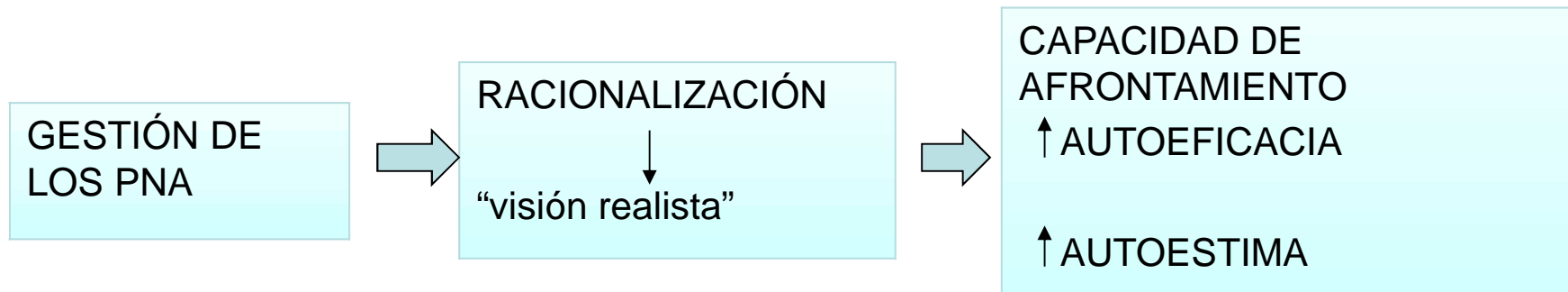
R-

R+

Evitar el rechazo
(Se protege la autoestima)

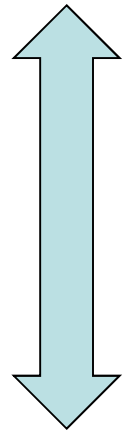
Aceptación y comprensión
(Se refuerza la autoestima)

“Se puede vivir con VIH, se puede ser feliz con VIH, la vida puede ser igual o mejor que antes de saberlo, nada está escrito”.
José María, agricultor.



“Lo que no nos mata nos hará más fuertes”. Eduardo, pintor y escultor.

RESILIENCIA: Capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas .



EMPODERAMIENTO: Adquisición de poder por parte de un grupo social desfavorecido para mejorar su situación.



“El otro día ví Philadelphia y no me sentí identificado con el personaje, yo nunca saldría con Antonio Banderas”. Santiago, camarero.

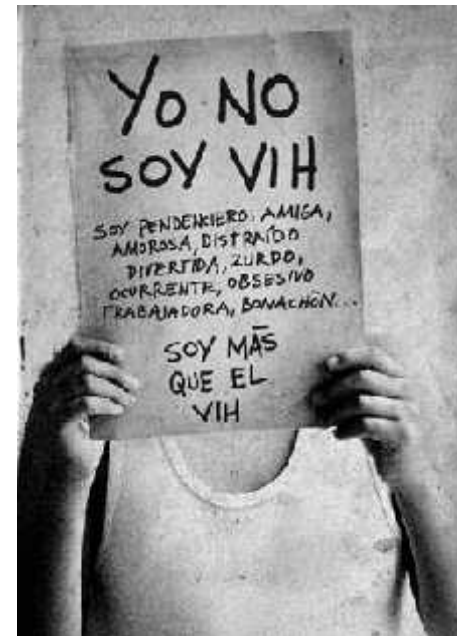
EL HUMOR CONTRA EL MIEDO

ESTEREOTIPOS ———> ETIQUETAS

PREJUICIOS ———> ESTIGMAS

“¿Porqué me tengo que identificar, necesariamente, con alguien que tenga VIH?”

↓
AFECTIVIDAD NEGATIVA
E vih ———> R neutra



“Hacer visible mi condición me ha servido para saber que personas valen realmente la pena”. Rosa, profesora de ed. infantil.

ACEPTAR LA POSIBILIDAD DEL
RECHAZO

Pragmatismo

Adaptación

Autoestima

Autoeficacia

“Al igual que yo necesité tiempo para asumirlo, el entorno también lo puede necesitar”. Vicente, jubilado.

EMPATÍA

~~PREJUCIO~~

INFORMACIÓN

COMUNICACIÓN

Sentimientos de
indefensión,
culpabilidad, rechazo,...

Sentimientos de control,
aceptación,
normalización,...



Frase de Alberto:
*“No puedo mirarme al
espejo sin sentir asco de
mi mismo, me siento sucio
por dentro”*

Frase de José María:
*“Se puede vivir con VIH,
se puede ser feliz con
VIH”*

CONCLUSIONES

- ✓ Hoy en día el VIH es una ETS, por lo que puede afectar a cualquier persona sexualmente activa
- ✓ En la actualidad las personas con VIH tienen más miedo a las consecuencias sociales que a la enfermedad. Afrontar el diagnóstico es, ante todo, un acto de valor.
- ✓ La aceptación del diagnóstico debe entenderse como un proceso psicológico, por lo que se necesita tiempo; la ayuda profesional facilita el proceso.
- ✓ La visibilidad / ocultación del VIH debe ser una decisión, aunque no se trata de ACERTAR sino de ACEPTAR.
- ✓ El VIH no discrimina, discrimina la sociedad. La ignorancia y la falta de información favorece el rechazo social y dificulta la aceptación individual.
- ✓ Por tanto, minimizar el impacto y facilitar el proceso del diagnóstico es responsabilidad de TOD@S

**MUCHAS
GRACIAS POR
VUESTRA
ATENCIÓN**