

Working to Empower

Presentado por Logan Cochrane

Introducción:

Pregunta. ¿Qué es VIH? Virus de Inmunodeficiencia Humana

Pregunta. ¿Qué es el SIDA? Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida

Ambas están relacionadas. VIH es el virus que ataca el cuerpo. SIDA es cuando el cuerpo se torna incapaz de defenderse por si mismo contra enfermedades secundarias. (Muchas de ellas llamadas “infecciones secundarias oportunistas” ya que las mismas aprovechan la oportunidad para entrar al cuerpo humano cuando sus defensas (sistema inmunológico) están débiles como consecuencia del virus. Una persona puede tener VIH y no tener SIDA, en estos casos se llaman “VIH positivo”. Todas las personas que tienen SIDA

El VIH ataca el sistema inmunológico del cuerpo; este es el sistema que usa el cuerpo para combatir las enfermedades. Por ejemplo cuando nos enfermamos el sistema inmunológico trabaja para detener el avance de la enfermedad, esto ocurre cuando estamos sanos. Pero cuando tenemos VIH y nos enfermamos el sistema inmunológico no puede detener el avance de la enfermedad por que el VIH torna el sistema inmunológico débil. Cuando alguien tiene VIH el virus lentamente ataca el sistema inmunológico y lo vuelve incapaz para detener distintas enfermedades y cuando una o varias de estas enfermedades logran ingresar e instalarse en el cuerpo esto se conoce como SIDA. También hay una definición medica para el SIDA y es que cuando el conteo de las células CD4 está por debajo de 400. Cuando una persona muere de SIDA no muere solamente del virus (VIH), en cambio el VIH debilita el sistema inmunológico y una infección secundaria aprovecha la oportunidad para instalarse en el cuerpo humano y esta se convierte en la causa de muerte. En estos casos la persona no tiene que enfermarse del todo pero como su sistema inmunológico está tan debilitado, al punto que le puede causar la muerte. Una persona que viva con VIH no puede detener propiamente las enfermedades y mueren por infecciones secundarias (tales como Malaria, neumonía o Tuberculosis TB).

Repaso

¿Qué es VIH?

¿Que es SIDA?

¿Cómo se relacionan el VIH y el SIDA?

¿Qué hace el VIH el cuerpo?

¿Cómo muere una persona de SIDA?

Modos de Contagio

1. Contacto sexual sin protección entre una persona con el virus y alguien que no tenga el virus. Esto significa cualquier contacto sexual (anal, oral, vaginal) sin protección (por ejemplo el uso de profilácticos o condones). Los condones son el único método de control de natalidad que puede prevenir el contagio del VIH.

Pero, los condones son efectivos solamente si se usan apropiadamente, son almacenados adecuadamente y no están expirados. Aún así los condones no son 100% seguros, algunos estudios consideran que los condones son 93% efectivos. Si dos personas tiene contacto sexual sin protección y ninguna de las dos tiene el virus pues ninguno de los dos se infectará-esto muestra la importancia de saber el estado de las pruebas de VIH (nuestras y/o nuestras parejas). El virus puede ser transmitido solamente de una persona que tiene el virus a otra que no lo tiene. Las posibilidades de contagio se pueden reducir si también se reducen las parejas sexuales. Tal como se menciona antes conocer el estado de las pruebas VIH de ambas persona es muy importante. Si no se tiene contacto con el virus entonces no se puede ser VIH positivo, por lo tanto varios enfoques (religioso, familia, tradicional, etc.) Se enfocan principalmente en la abstinencia o el atraso del contacto sexual especialmente en la juventud. Es muy importante tener en mente que el 85% de los casos de VIH están relacionados a la transmisión sexual. Los modos de contagio a continuación son importante pero este es crucial.

2. Contacto sanguíneo. Esto significa que la sangre de alguien que es VIH positivo se mezcla o entra en contacto con la sangre de alguien que no es HIV positivo. La persona que no es VIH positivo se tornará VIH positivo a causa de este contacto. Esto puede ocurrir de muchas formas. Por ejemplo el compartir y/o uso de jeringuillas, pequeñas cantidades de sangre pueden ser inyectadas en otra. Por tal razón todas las agujas o jeringuillas deben ser esterilizadas (si los instrumento para esto no están disponibles se puede usar blanqueador o hervir las agujas por treinta minutos). También podemos pensar que esta transferencia de sangre puede ocurrir a través de las navajas de afeitar, instrumentos para tatuar, instrumentos de perforaciones corporales, etc. El factor principalmente ligado a este modo de contagio son las transfusiones de sangre. Si la sangre no es revisada, sangre infectada puede ser insertada en una persona sana. Hoy día las transfusiones de sangre son un modo menos común de contagio.
3. Contagio de madre a hijo, mujeres que sean VIH positivo pueden transmitirle el virus a sus infantes. Esto puede ocurrir durante el periodo de gestación, durante el proceso de nacimiento o durante el periodo de lactancia. Algunos tratamiento puede disminuir esta posibilidad, en muchos lugares estos tratamiento son gratis. Para esto es necesario que la madre tenga conocimiento respecto a si tiene el virus o no. Una mujer que no tenga el virus no pasara el mismo a su infante. Mujeres que sean VIH positivo tienen un 35% de probabilidades de pasar el virus a sus infantes.

Recordando el 85% de los contagios ocurren por vía del contacto sexual. Las demás vías de contagio merecen nuestra atención pero la vía sexual sigue siendo la principal.

Repaso

¿Cuál es la vía de contagio más común del VIH?

¿De que formas se puede reducir o prevenir este tipo de contagio?

¿Qué es el contacto sanguíneo?

¿De que formas de puede reducir o prevenir este tipo de contagio?

¿Qué es el contagio madre a hijo?

¿De que formas se puede reducir o prevenir este tipo de contagio?

¿Cuál es la clave para prevenir las tres vías de contagio?

¿Por qué debemos enfocarnos en el contagio por la vía sexual?

La nutrición y la salud juegan un rol importante en la habilidad de nuestro cuerpo para protegerse y sanarse así mismo en contra de las enfermedades. Una persona puede o no puede convertirse en VIH positivo por haberse expuesto al VIH. Hay quienes se convierten VIH positivo con un mero contacto sexual, mientras otros a pesar de exponerse al VIH no se contagian. Se piensa que esto esta relacionado con la salud. El cuerpo de una persona saludable tiene mayores posibilidades de detener las enfermedades. Se piensa que una persona saludable tiene más oportunidades de detener las infecciones del VIH que una persona que no goce de buena salud. Esto también es un factor a considerar en otras enfermedades tales como Malarío o Tuberculosis TB.

Nuestros cuerpos necesitan proteínas (Se encuentran en carnes, leche, huevos, lentejas y habichuelas) para construir y fortalecer los músculos y fortalecer el sistema inmunológico. Pero no solo las proteínas ayudan a fortalecer el sistema inmunológico y por eso también el cuerpo necesita grasas (Se encuentran en aceites, carnes, vegetales y otros. Ayudan a almacenar energías y protegen el cuerpo. También son necesarios los carbohidratos pues proveen energía a nuestros cuerpos (Se encuentran en cereales, panes, azucares, frutas y otros) También el cuerpo necesita agua limpia.

La higiene personal y la curación de heridas también están relacionadas a la buena salud. Es bien importante mantenernos limpios, esto incluye bañarse regularmente y tratar propiamente las heridas. Tal como se menciona arriba, el VIH/SIDA debilita nuestros cuerpos (sistema inmunológico) y permite que otras enfermedades dañen nuestros cuerpos. Una vez el VIH empieza a debilitar el sistema inmunológico para combatir y sanar enfermedades es muy importante recibir asistencia médica para cualquier enfermedad.

Por que las personas continúan contagiándose con VIH

Negación: “Yo no me voy a contagiar” pensamientos como este manifiestan negación respecto a aceptar que el VIH/SIDA es realmente un problema.

Género: Abuso sexual, subordinación de la mujer, la desigualdad social y económica, factores biológicos.

Educación: Escasos recursos, concepto erróneos, restricciones a la educación y estigmas.

Medios de Comunicación: Exposición global de la sexualidad y el sexo en los medios de comunicación, no prestar atención a la protección.

Servicios Médicos: Altos costos, falta de los mismos, falta de accesibilidad, estimas, corto horario de atención, falta de acceso a los métodos de protección, falta de acceso a los tratamientos de enfermedades de transmisión sexual (altos costos, estigmas).

Cultura: Inhabilidad para hablar de sexo o negociar el sexo seguro respecto a las desigualdades.

Socio-Económico: La mala nutrición, costos de los servicios de salud, estilos de vida.

Enfermedades de Transmisión Sexual: Al igual que las infecciones son un co-factor, aumentan las posibilidades de contagio del VIH.

Guerras: Abuso sexuales, movimientos masivos de personas (rebeldes, refugiados, militares).

VIH/SIDA en una perspectiva global

UNAIDS (Reporte Dic. 2005) Se estima que 40 millones de personas viven con VIH/SIDA. Hasta el momento se estima que 25 millones de personas han muerto, se estima que el 90% desconoce que están contagiados y la vasta mayoría viven en los países en desarrollo. Los jóvenes y los jóvenes adultos son la población más propensa a contagiarse (aún que el contagio puede ocurrir a cualquier edad). En el 2005, sobre el 50% de los recién contagiados sus edades fluctuaban entre 15 y 24 años. Diariamente sobre 8000 personas mueren de VIH/SIDA y 14,000 personas diariamente se contagian. Algunos estudios sugieren que de estos nuevos contagiados 250 (otros estudios sugieren que pueden ser hasta 2000) son infantes contagiados por el alumbramiento por vía de la lactancia. El VIH/SIDA afecta de muchas maneras a la sociedad. Se estima que 14 millones de infantes enfrentan la orfandad como consecuencia de la muerte de sus padres a consecuencia del VIH/SIDA. El 85% de las muertes en África del sur están relacionadas con el VIH/SIDA. El sistema médico de la zona está desprovisto de los recursos necesarios para llevar el mensaje de prevención. Entre el 50-85% de las camas en los hospitales están ocupadas con pacientes con VIH/SIDA.

Repaso

¿Que rol juega la nutrición en la prevención?

¿Por que los tratamientos son importantes?

¿Por qué el VIH/SIDA continúa avanzando?

¿Qué otras razones puedes añadir?

¿Cuáles son los factores más importantes localmente?

¿Cómo se relacionan los factores globales?

¿Cuáles son los efectos inmediatos del VIH/SIDA?

¿Cuales son los efectos a largo plazo?

Prevención

Personas contagiadas con VIH/SIDA pueden ser ayudadas de varias formas: (1) tratamiento anti-retroviral, esto no es una cura, (2) restauración del sistema inmunológico, (3) tratamiento para las infecciones y enfermedades secundarias.

Los tratamientos anti-retrovirales no son curas para el VIH/SIDA. Estos tratamientos ayudan al sistema inmunológico y disminuyen el avance del VIH/SIDA. Esto puede extender la vida de un paciente. Con tan solo dos meses de tratamiento se pueden observar mejorías en los pacientes.

Los tratamientos anti-retrovirales tienen algunos aspectos negativos. Algunos de estos son: Tienen un alto costo. Son difíciles de encontrar en países en desarrollo y también tienen efectos secundarios (20-30% de las personas contagiadas con VIH/SIDA en América no reciben medicamentos anti-retrovirales. También los tratamientos anti-retrovirales se tornan menos efectivos en la medida que el virus se vuelve más resistente a los medicamentos.

Los tratamientos anti-retrovirales pueden ayudar a una persona muy enferma de VIH/SIDA pero no son una cura, también una buena salud y nutrición pueden ayudar.

RECORDEMOS, las muertes asociadas al VIH/SIDA son causadas por enfermedades e infecciones secundarias u oportunistas ya que el VIH/SIDA debilita el sistema inmunológico. Por tal razón el tratamiento a estas enfermedades e infecciones secundarias u oportunistas es muy importante para la salud y la calidad de vida de los pacientes con VIH/SIDA.

Prevención del contagio madre a hijo (MTCT por sus siglas en inglés)

Mujeres que son VIH positivas y quedan embarazadas tienen un 35% de probabilidades de contagiar a su infante. Tal como se ha mencionado antes algunos tratamientos están disponibles para prevenir esta forma de contagio. El medicamento Nevirapine puede ser administrado a la madre para reducir las probabilidades de transmisión a un bajo costo (aprox. \$4 USD). A menudo este tratamiento es usado por su bajo costo y por que es fácil de administrar. Algunas compañías farmacéuticas hasta ofrecen el tratamiento de forma gratuita. La clave para la madre y para el infante es conocer el estatus del VIH.

Repaso

¿Cuáles son las tres opciones que tienen los pacientes de VIH/SIDA?

¿Qué son los tratamientos anti-retrovirales?

¿Cómo actúan estos tratamientos?

¿Son una cura?

¿Cuáles son sus aspectos negativos?

¿Cuáles son los problemas adicionales?

¿Qué es el contagio madre a hijo?

¿Qué es Nevirapine?

¿Cuál es la clave para todos para prevenir el contagio del VIH?

Género

El VIH/SIDA comenzó desproporcionadamente a afectando a los hombres, sin embargo recientemente las mujeres han aumentado los casos de contagio en mujeres. En el 2005 50% de las personas recientemente contagiadas son mujeres. Esto está relacionado con la estructura física y biológica, su posición socio-económica, derechos y estatus de la mujer. Al igual que los hombres la vasta mayoría de los contagios ocurren por la vía heterosexual. En años recientes los casos de mujeres que son VIH positivo se duplican anualmente. Cada 20 segundos se contagia una mujer con VIH en los países en desarrollo. El creciente riesgo de que mujeres se conviertan en VIH positivo esta relacionado con:

1. Características biológicas de las mujeres: Ellas son actúan como recipiente durante las relaciones sexuales heterosexuales, sus cuerpos tienen áreas más sensitivas que los hombres. Su constitución física las coloca en riesgos adicionales. En adición durante el proceso de alumbramiento las mujeres pueden contagiar a sus infantes.
2. Factores sociales y culturales: Las mujeres encaran la subordinación sexual por sus desventajas sociales relacionadas a los valores culturales. Esta subordinación ocurre a través de la coerción sexual a través de la dominación, abuso y violencia-todo esto puede ocurrir por la fuerza, también a través de los trabajos sexuales (prostitución). Algunas mujeres se sienten incapaces, faltas de permiso o sin derecho de hablar de sexo y a negociar prácticas sexuales seguras.
3. Factores económicos: En algunos lugares las mujeres son forzadas a trabajar como prostitutas por que no se les permite formar parte de la fuerza laboral. Son económicamente dependientes de los hombres (en algunos países). Las chicas jóvenes se ven forzadas a unirse a los “SUGAR DADDIES” para que las mantengan.
4. Factores epidemiológicos: Por concepto de ser las mujeres quienes pueden dar a luz, se exponen a ser infectadas después del alumbramiento si es que necesitan una transfusión de sangre.