

DÍA MUNDIAL DEL SIDA

El Día

Mundial del Sida (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida) se conmemora el 1 de diciembre en todo el mundo, el cual tiene por objetivo proteger y ayudar a las personas con VIH por sígias (Virus de la Inmunodeficiencia Humana), este ataca el sistema inmunitario y debilita los sistemas de defensa contra las infecciones y contra determinados tipos de cáncer, a medida que el virus destruye las células inmunitarias e impide el normal funcionamiento de la inmunidad, la persona infectada va cayendo gradualmente en una situación de inmunodeficiencia. Actualmente no hay alguna cura y las personas que lo contraen lo padecen durante toda su vida y puede tardar de 2 a 15 años en manifestarse, Organización Panamericana de la Salud (OPS, s.f.).

El VIH se transmite de una persona a otra mediante algunos fluidos corporales como lo son: sangre, semen, fluidos rectales, fluidos vaginales, leche materna, etc. Cabe mencionar que esta enfermedad no es adquirida mediante la saliva, sudor u orina.

Existen mitos y tabús sobre el contagio de este padecimiento, lo que muchas veces propicia una mala información a las personas creando situaciones de desigualdad y discriminación a quienes padecen el virus, de la misma manera es importante referir que este no se contrae mediante las siguientes actividades:

- Contacto casual, como un abrazo o besos con la boca cerrada
- Mosquitos o mascotas
- Participación en deportes
- Tocar cosas que hayan sido tocadas por una persona infectada con el virus
- Comer alimentos manipulados por una persona con VIH

Existen factores de riesgo que contribuyen para contraer el virus como:

- Tener sexo anal o vaginal sin protección. Recibir sexo anal es el más riesgoso. Tener parejas múltiples también incrementa el riesgo. Usar correctamente un condón nuevo cada vez que tenga relaciones sexuales ayudará enormemente a disminuir este riesgo.
- Consumir drogas y compartir agujas o jeringas.
- Tener una pareja sexual con VIH que no esté tomando medicamentos para el VIH o que tenga una carga viral detectable.

• Tener una enfermedad de transmisión sexual (ETS), (Medlineplus, 2023)

En México se estima que tres de cada diez personas que viven con VIH se han abstenido de usar servicio de salud ya que existen prejuicios y actitudes que repercuten en el acceso a los servicios de salud para la prevención, detección y atención del VIH (Gobierno de México, 2020).

Para poder combatir el contagio de este virus se deben considerar las siguientes recomendaciones:

- Uso de condón
- Limitar el número de parejas sexuales
- No inyectarse drogas
- Escoger patrones de comportamiento sexual menos arriesgados.
- Difusión de información correcta y veraz
- Incluir estrategias en el sistema de salud que permitan tener un tratamiento adecuado en caso de contraerlo

En conclusión, este día ayuda a que las personas creen conciencia sobre este padecimiento, evitando así la propagación del sida mediante la prevención, atención y uso adecuado de métodos anticonceptivos, además de promover prácticas seguras en la sexualidad, eliminando toda la desinformación y discriminación, mejorando la calidad de vida de quienes lo padecen. (Organización Panamericana de la Salud, s.f.)

Referencias

Gobierno de México. (2020 de diciembre de 2020). Obtenido de <https://www.gob.mx/censida/es/articulos/estigma-y-discriminacion-relacionados-al-vih?idiom=es>

medlineplus. (19 de mayo de 2023). Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000594.htm>

National Institutes of Health. (s.f.). Obtenido de <https://hivinfo.nih.gov/es/understanding-hiv/fact-sheets/conceptos-basicos-sobre-la-prevencion-de-la-infeccion-por-el-vih#:~:text=Para%20reducir%20su%20riesgo%20de, su%20equipo%20con%20otras%20personas.>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). Obtenido de OPS: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9573:2019-factsheet-hiv-aids&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0

