

DÍA MUNDIAL DEL VIH. 2021

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y CRONOGRAMA:

- Población diana de la intervención: jóvenes y adolescentes.
- Ámbito de la intervención comunitaria: Atención Primaria, ámbito educativo y comunitario (asociaciones, entidades o colectivos).

QUÉ HACER	INSTRUCCIONES	QUÉ TIEMPO EMPLEAR
Presentación e instrucciones de intervención a las/os asistentes.	En caso de hacer la actividad online se abrirá la sesión como anfitrión y se dará permiso de admisión a los centros educativos o sociales invitados. Ver el capítulo "Guía técnica" en este documento para más indicaciones.	5 minutos
Preguntas de apertura y toma de contacto usando el escape room "Misterios de la Transmisión Sexual"	Esta parte funciona como introducción en temas básicos de salud sexual (placer y genitalidad, responsabilidad en la prevención, orientación sexual, consumo de sustancias y prácticas de riesgo) y para no entrar directamente en patología, además de fomentar la participación. Si se realizan online las dinámicas de votación de respuestas propuestas en la web de "Misterios de la Transmisión sexual", una opción para participar es usar la herramienta "levantar la mano" de zoom. Link de acceso: https://view.genial.ly/5fa10d4c46ac520d14f8c95a/game-breakout-misterios-de-la-trasmision-sexual	15 minutos
Lección participada: 1) Ronda de preguntas para evaluación de conocimientos.	Las preguntas exploratorias vienen divididas en 4 bloques que corresponden a los 4 bloques del PPT y pretenden basar la lección posterior en los conocimientos y necesidades de las/os asistentes desde los principios del aprendizaje significativo.	30 minutos

2) Exposición apoyada en la presentación en formato PPT.		
Proyección de material de apoyo.	<p>Se adjuntan varios vídeos que se pueden reproducir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Sabes cómo protegerte si tienes relaciones sexuales? (2 minutos) https://www.youtube.com/watch?v=hVPrYxYS_wo • La vacuna frente al estigma del VIH eres tu (4:29) https://www.youtube.com/watch?v=MEGixPcMtuc • Alza la voz – Imagina Más (0:36) https://www.youtube.com/watch?v=M-mg6jYMO70 <p>Se pueden compartir y mostrar los materiales recomendados, en la última diapositiva del PPT.</p>	5 minutos
Ruegos y preguntas. Despedida.	En caso de ser online, repasar y responder si hay preguntas del chat, y guardar archivo del mismo.	5 minutos

GUÍA TÉCNICA:

PRIMER PASO

Abrir Google Chrome o Firefox

Abrir nuestra sesión de Teams o Zoom

No es compatible Internet Explorer

SEGUNDO PASO

Abrir las siguientes pestañas para que queden disponibles y podamos pasar de una a otra sin abrir y cerrar.

- **Presentación PPT**
- **Misterios de Transmisión Sexual**

<https://view.genial.ly/5fa10d4c46ac520d14f8c95a/game-breakout-misterios-de-la-trasmision-sexual>

- **Vídeos VIH**

¿Sabes cómo protegerte si tienes relaciones sexuales? (2 minutos)

https://www.youtube.com/watch?v=hVPrYxYS_wo

La vacuna frente al estigma del VIH eres tú (4:29)

<https://www.youtube.com/watch?v=MEGixPcMtuc>

Alza la voz – Imagina Más (0:36) <https://www.youtube.com/watch?v=M-mg6iYMO70>

TERCER PASO

Comprobar que el juego y los videos están operativos y se pueden compartir

CUARTO PASO

Seguir el cronograma propuesto inicialmente

RECOMENDACIONES

- **Deberemos dinamizar el aula con preguntas y debates que les interesen.**
- **Nuestro tono y comunicación deben ser cercanos y sencillos favoreciendo la comprensión de los conceptos**
- **Facilitar la resolución de dudas.**
- **Ofrecerles los recursos presentados para conocer más sobre el tema.**

GUÍA DEL JUEGO “MISTERIOS DE LA SALUD SEXUAL”

Este juego es lo que llamamos un Scape Room Virtual, donde las personas que entren a jugar tendrán que ir superando pruebas para pasar a las siguientes pantallas. Para superar estas pruebas deberán contestar preguntas sobre VIH y Salud Sexual. Se recomienda jugar en una sola pantalla a la vista de todo el público, para que sea más dinámico y se favorezca un aprendizaje colaborativo.

PANTALLA DE INICIO



En esta pantalla pueden ver los recursos previos al juego:

- Misterios
- COVID
- Personas de Apoyo

Y la entrada al juego en sí:

- Mapa de Desealia
- Misiones

PRIMER PASO. MISTERIOS DEL VIH

Entramos en la página. Hay información inicial sobre el VIH. Deben leerla.



SEGUNDO PASO. COVID Y RELACIONES

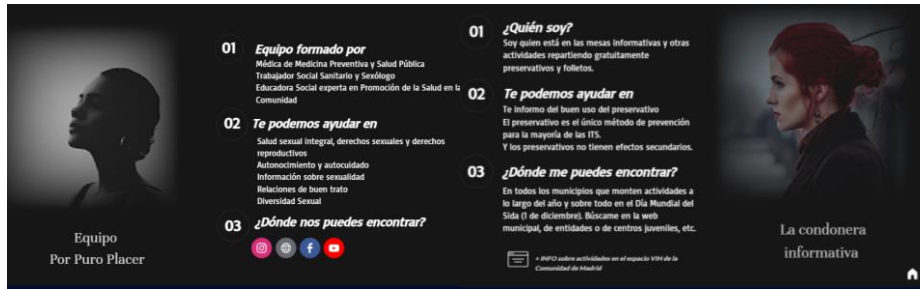
En esta pantalla acceden a información sobre como relacionarnos con COVID y podéis acceder a los enlaces de www.porpuroplacer.es



TERCER PASO. PERSONAS DE APOYO

En esta pantalla deben entrar en cada personaje para saber donde están, qué servicios ofrecen y cómo pueden acceder a ellos.





CUARTO PASO. MAPA DE DESEALIA Y MISIONES. EMPIEZA EL JUEGO

En esta pantalla EMPIEZA EL JUEGO. Podrán ver cada misión y cada prueba que tienen que pasar.

Mapa de Desealia

Aquí podrán pinchar en cada localización o en donde pone Misión y empezar a jugar. Cada vez que pasen una prueba irán a la siguiente prueba.



Misiones

En cada misión tendrán que responder una pregunta con 3 opciones.



1º Misión superada

Cada vez que avancen en una misión pasarán a la siguiente, no pueden saltarse misiones.



FIN DEL JUEGO



GUÍA DE CONTENIDOS PPT:

PRIMER BLOQUE. PRESENTACIÓN Y DATOS.

DIAPOSITIVA 5. Situación del VIH en el mundo y España.

- Se estima que en el mundo, en 2020, 37,7 millones de personas vivían con VIH en todo el mundo en 2020 y 1,5 millones contrajeron el VIH en 2020. 680.000 personas murieron de enfermedades relacionadas con el sida el año pasado y un 27% (10,2 millones) de los 37,7 millones de personas que viven con el VIH no tuvieron acceso al tratamiento.
- Mapa: en España se diagnostican 5-10 casos por 100.000 habitantes. En el periodo 2017-2019, se estimó que había 151.387 personas viviendo con VIH en España. De ellos, aproximadamente uno de cada siete no lo saben (13%).
- Uno de los principales problemas es el considerable retraso diagnóstico, las personas están siendo diagnosticadas cuando llevan mucho tiempo viviendo con la infección, lo que perjudica su estado de salud y pronóstico, además de favorecer la transmisión. El éxito del tratamiento depende de la precocidad en el diagnóstico.

DIAPOSITIVA 6. Situación del VIH en la Comunidad de Madrid.

- Cada año se diagnostican alrededor de 1.000 nuevas infecciones por VIH en la Comunidad de Madrid, un 25% de ellas con un estado avanzado de enfermedad.
- Por procedencia, más de un 50% son de nacionalidad española. En población extranjera es más frecuente en América Latina y África Subsahariana.

DIAPOSITIVA 7. Situación del VIH en la Comunidad de Madrid.

- La mayoría de los diagnósticos se realizan en personas de 30 a 39 años (36,4%) y de 20 a 29 años (32%). Casi un 2,5% en menores de 20 años.

SEGUNDO BLOQUE. TRANSMISIÓN Y PROTECCIÓN.

DIAPOSITIVA 11. CÓMO SE TRANSMITE.

El VIH se transmite por:

- Relaciones sexuales con penetración vaginal, anal y oral sin preservativo. Es la vía de transmisión más frecuente. El coito anal receptivo es la práctica de mayor riesgo.
- Compartiendo un objeto punzante sin esterilizar que haya estado en contacto con sangre infectada: jeringas, agujas, instrumentos para acupuntura, tatuajes, piercing, etc.
- De una madre con VIH a su hijo/a durante el embarazo, el parto o la lactancia.
- A través de productos sanguíneos no controlados.

En países desarrollados como España, las dos últimas formas de transmisión representan una parte muy pequeña debido a mecanismos de control.

DIAPOSITIVA 12. CÓMO SE TRANSMITE.

Los fluidos que pueden transmitir el VIH son:

- Sangre
- Fluido vaginal
- Semen y líquido preseminal (insistir en no efectividad de marcha atrás como mecanismo de prevención)

Los lugares del cuerpo que pueden actuar como puerta de entrada del virus en caso de que un fluido infectivo se ponga en contacto con ellos son:

- Una herida abierta
- Mucosa vaginal
- Mucosa rectal
- Otras mucosas: oral, conjuntiva...

DIAPPOSITIVA 13. CÓMO SE TRANSMITE.

El uso del preservativo en las relaciones vaginales, anales y orales previene de la transmisión por la mayoría de los fluidos y puertas de entrada.

Se pueden recomendar otros materiales y vídeos del canal de youtube de Por Puro Placer más extensos que los utilizados en esta sesión para visionado en casa, como el de la Psicowoman <https://www.youtube.com/watch?v=ZFjmvJEvqi8>.

La transmisión/adquisición de la infección depende de nuestros comportamientos, pero dichos comportamientos y prácticas están a su vez condicionados por nuestras actitudes y conocimientos, y por cuestiones sociales y culturales que hacen que algunas sociedades, grupos de población e individuos se encuentren en una situación de mayor vulnerabilidad a la transmisión del virus. La desigualdad entre hombres y mujeres, la discriminación que sufren algunos colectivos, el estigma de las personas afectadas o la pobreza son factores determinantes en la aparición y repetición de estos comportamientos que ponen en riesgo a las personas.

DIAPPOSITIVA 14. CÓMO NO SE TRANSMITE.

Desmontar mitos en torno a falsas vías de transmisión.

Se puede favorecer que pregunten por vías que les generen dudas.

TERCER BLOQUE. SÍNTOMAS.

DIAPPOSITIVA 17. DIFERENCIACIÓN ENTRE VIH Y SIDA.

No son la misma cosa.

El sida es una enfermedad producida por el virus del VIH (Virus de la inmunodeficiencia Humana). Aparece cuando el virus ha destruido las defensas del organismo hasta tal punto que facilita la aparición de infecciones oportunistas y de algunos tipos de cáncer.

Al entrar el virus en el cuerpo, generalmente, no aparece ningún síntoma de enfermedad o estos son muy inespecíficos (como una gripe), pero las personas infectadas por el virus producen

anticuerpos frente al mismo y estos pueden ser detectados en su sangre mediante un análisis. Sin embargo, es necesario que pase un tiempo largo (años) hasta que aparezcan infecciones oportunistas o determinados cánceres (debido a que el virus se mantiene activo durante ese periodo, incidiendo gravemente en el sistema inmunológico del paciente), momento en el que decimos que la persona con VIH tiene sida.

DIAPOSITIVA 18. CUÁNDO REALIZAR PRUEBAS DE VIH.

Es recomendable realizarse una prueba de VIH si:

- Has tenido relaciones sexuales con penetración (vaginal, anal u oral) SIN PRESERVATIVO.
- Tienes una pareja estable y quieres dejar de usar el preservativo en tus relaciones sexuales.
- Has compartido material para inyectarse drogas (jeringuillas, agujas, cucharas, filtros...)
- Si has padecido alguna infección de transmisión sexual, tuberculosis o hepatitis.

En la Comunidad de Madrid (periodo 2007-2017), el 25 % de las personas diagnosticadas de VIH presentaban retraso en el momento del diagnóstico. Este retraso es mayor en mujeres, si la vía de transmisión es heterosexual, también en personas nacidas fuera de España y aumenta en las personas con mayor edad.

El diagnóstico precoz tiene dos consecuencias positivas claramente diferenciadas:

- Beneficio a nivel individual. En el momento actual, está comúnmente aceptado por la comunidad científica que el diagnóstico precoz de la infección por el VIH reduce la morbilidad y la mortalidad de los pacientes.
- Beneficio a nivel poblacional. Las personas que con infección por VIH que desconocen su status y por tanto, no han recibido tratamiento, suponen un reservorio que potencialmente puede transmitir la infección a sus parejas sexuales.

DIAPOSITIVA 19. CÓMO HACERSE PRUEBAS DEL VIH.

La infección se detecta mediante la realización de la prueba del VIH en sangre.

Estas pruebas se pueden realizar en el centro de salud. Además, existen pruebas rápidas de VIH que consisten en la detección de anticuerpos y/o antígenos en sangre a través de punción capilar o en fluido oral. Se obtienen resultados en un plazo máximo de 30 minutos, a diferencia de la prueba de VIH convencional, que requiere de un tiempo de espera de días para el resultado. No obstante, en aquellos casos en los que el resultado es preliminarmente positivo, se necesita realizar una prueba de laboratorio de confirmación.

- Habla con un profesional sanitario en tu centro de salud.
- Centros de salud que realizan pruebas rápidas > listado en la imagen.

CUARTO BLOQUE. VIVIR CON EL VIH.

DIAPOSITIVA 23. TRATAMIENTOS Y VACUNA.

Los tratamientos actuales han permitido disminuir la mortalidad, pero de momento no son curativos. Con un tratamiento adecuado, el VIH es una enfermedad crónica.

Se ha mejorado la calidad de vida de las personas con VIH.

Se está investigando para encontrar una vacuna contra el VIH, pero de momento no existe ninguna.

DIAPOSITIVA 24. INDETECTABLE = INTRANSMISIBLE.

Las personas con VIH que mantengan una buena adherencia al tratamiento antirretroviral les permitirá tener una carga viral indetectable y los riesgos de transmisión sexual del VIH son prácticamente cero.

Los avances en el tratamiento antirretroviral se han asociado con la imposibilidad de transmitir el VIH, pero no significa que hemos erradicado el virus del organismo.

El tratamiento antirretroviral sólo protege frente a la transmisión por vía sexual del VIH, pero no frente a otras infecciones de transmisión sexual, como la sífilis, la gonococia, la clamidiasis, el virus del papiloma humano, el virus herpes simple tipo 2, la hepatitis C, etc.

DIAPOSITIVA 25. ESTIGMA.

El estigma social hace referencia a las actitudes y creencias que conducen a las personas a rechazar, evitar y temer a aquellos a quienes perciben como diferentes. El estigma social es un atributo que “convierte” a una persona en distinta de las demás, en alguien “menos apetecible” y hasta inferior con respecto a la figura de una “persona normal y corriente”.

Se puede realizar una reflexión sobre cómo se imaginan a una persona con VIH y deconstruir estereotipos.

En relación a la imagen social del VIH y del sida aún persisten estereotipos y creencias erróneas por parte de la población, que provocan situaciones de discriminación hacia las personas con el VIH.

DIAPOSITIVA 26. RESUMEN.

- El VIH continúa siendo un importante problema de salud pública. Todos y todas somos susceptibles a la infección por VIH.
- El preservativo masculino y el femenino han demostrado ser los métodos más eficaces en la prevención de la transmisión del VIH.
- Su uso también es una forma muy eficaz para prevenir otras ITS.
- Usar el preservativo no debería ser un asunto de confianza o desconfianza sino de responsabilidad y cuidado.

Otros mensajes:

- Conviene utilizar siempre el preservativo, también con la pareja estable, a no ser que las dos personas sepan que no tienen el VIH.
- Si eres mujer, no temas ser protagonista, lleva preservativos y acuerda un sexo más seguro. Si eres hombre, cuídate y sé cuidadoso con tu pareja, usa preservativo.
- El empleo de lubricantes con los preservativos disminuye el riesgo de transmisión del VIH en las relaciones sexuales porque disminuye la probabilidad de que se produzcan lesiones en las mucosas.
- La presencia de otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) favorece la transmisión del VIH. Muchas de estas ITS pueden ser asintomáticas, es decir, pasar desapercibidas si no se hace un diagnóstico médico. Si tienes sospecha de estar padeciendo una ITS acude a tu centro de salud o a los centros monográficos de ITS ([Centro Sanitario Sandoval](#) y [Centro de ITS Montesa del Ayuntamiento de Madrid](#)) o a los servicios de pruebas rápidas, para su diagnóstico y tratamiento.
- No compartas agujas y jeringuillas que haya podido usar otra persona.
- Todos los instrumentos que perforan la piel (instrumentos para poner pendientes y piercings, para hacer tatuajes o las agujas de acupuntura, por ejemplo) deben ser de un solo uso o deben poder esterilizarse. Si no lo son, pueden transmitir infecciones como el VIH y la hepatitis.
- El consumo de alcohol y otras drogas pueden alterar la percepción del riesgo y la capacidad de control, por lo que es más fácil no usar preservativo.

DIAPOSITIVA 27. RECURSOS VIH COMUNIDAD DE MADRID.

Desde esta diapositiva pueden ver la entrada la web de la Comunidad de Madrid al área de VIH. Donde pueden encontrar:

- Datos epidemiológicos.
- Recursos y materiales divulgativos.
- Servicios de prueba rápida, horarios y centros donde se realiza. Explicitar que este servicio es gratuito, confidencial y consta de las propias pruebas, pero también de un asesoramiento en salud sexual por profesionales especializados.
- COVID y VIH.

DIAPOSITIVA 28. POR PURO PLACER PROGRAMA

Desde esta diapositiva pueden ver el acceso a la web y a las RRSS de Por Puro Placer, así como a alguno de los servicios que ofrecemos. Por ejemplo:

- Página web con recursos audiovisuales, materiales educativos, actividades online, sexual tips, etc.
- RRSS como Instagram y Facebook donde se realizan IG Live y se crean post semanales sobre salud sexual, prevención de violencias, VIH, diversidad, etc.
- Días conmemorativos por DMS, 25N Violencia de Género, etc.
- Plataforma E-learning donde se ofrecen cursos de Agentes de Salud Sexual, Píldoras formativas de Sexting, Stalking, violencias sexuales, etc.

Animamos a familiarizarse con el contenido de ambos recursos previamente a la sesión, ya que existen muchas más posibilidades y materiales de las que se muestran en esta diapositiva. Se recomienda animar a las/os asistentes a mirarlas en casa tras la sesión.

DIAPOSITIVA 29. RECURSOS INTERESANTES POBLACIÓN ADOLESCENTE Y JÓVEN

Desde esta diapositiva ofrecemos webs y RRSS de los programas más actuales y específicos en salud sexual y VIH para la población joven y adolescente.

BIBLIOGRAFÍA

- Unidad de vigilancia del VIH, ITS y hepatitis. Actualización del continuo de atención del VIH en España, 2017-2019. Madrid: Centro Nacional de Epidemiología – Instituto de Salud Carlos III / Plan Nacional sobre el Sida – Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación; 2020
- ONUSIDA, Resumen datos 2020:
https://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_FactSheet_es.pdf
- Informe Epidemiológico-Vigilancia VIH/sida- Septiembre 2021:
https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/epid/informe_mensual_vih_web.pdf
- Pacto de Estado por la No discriminación y la Igualdad de Trato asociada al VIH
<https://www.msbs.gob.es/gabinetePrensa/notaPrensa/pdf/27.11271118163102909.pdf>

AUTORAS:

Clara Benedicto Subirá. Técnica de Salud Pública. Servicio de Promoción de la Salud. Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid.

Soraya Martín Morales. Técnica del Proyecto Por Puro Placer. Servicio de Promoción de la Salud. Dirección General de Salud Pública.

Mónica Morán Arribas. Jefa del Programa de Prevención y Diagnóstico Precoz del VIH y otras ITS. Servicio de Promoción de la Salud. Dirección General de Salud Pública.