Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 144
Licenciatura en Intervención Educativa

Prevención del VIH

Jonathan Tonatiuh Bautista García

Director de documento recepccional:
Mtro. Héctor Nicolás Flores Aguiar

Cd. Guzmán. Mpio. Zapotlán el Grande, Jal.; septiembre 2020

Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 144
Licenciatura en Intervención Educativa

Prevención del VIH

Tesina (Monografía) que presenta:

Jonathan Tonathiu Bautista García

Para obtener el título de:

Licenciado en Intervención Educativa

Director de documento recepccional:
Héctor Nicolás Flores Aguiar

Cd. Guzmán. Mpio. Zapotlán el Grande, Jal.; septiembre 2020

Agradecimiento

Gracias a ti ser humano que no te importo si tenías las mejores prendas para asistir a clases o un auto en el cuál podrías movilizarte rápidamente para llegar a la universidad te agradezco por combinar el trabajo en actividades relacionadas con la preparación de alimentos y bebidas, tiendas de auto servicio que te sirvieron como un salvavidas al momento de realizar pagos que fuero empleos que te dieron la oportunidad de tener poco dinero para financiar libros, copias, trasportes y alimentos. Hasta cuántas veces debo de decirte gracias, creo que será cada vez que vea este trabajo porque a pesar de todas las complicaciones lo he logrado, me agradezco a mí mismo, En este apartado lo elegí para ti Orlando gracias por acompañarme y finalizar juntos este proceso ahora es momento de disfrutar los frutos de esta gran profesión.

Tomaré en cuenta a mi madre que me dio la vida gracias por tus retos que me pusiste y las veces que me regañabas por no ser un profesional ya lo soy mamá gracias por el apoyo tus consejos como el darme el apoyo económico en lo poco pudiste y de alimento cuando me viste caído gracias Mamá.

Como a ti joven pardo que me brindaste ayuda al cuidar el café mientras yo realizaba tareas en equipo o te atrevías a llevar algo de alimentos para que las tardes fueran más agradables te fuiste sin decirte gracias, siempre estaré agradecido por la ayuda que me brindaste. Verónica gracias por tus consejos de mamá las veces que me ayudaste económicamente sabes este logro fue también por ti. Víctor Hugo sabes aun que los mapaches y los gatos no son hermanos debo de reconocerte la ayuda que siempre me has brindado estoy en deuda contigo. Marelene Vázquez Carmona sabes mi mejor ejemplo, el mejor apoyo como olvidar esas ganas de crecer y llegar a lo mas alto y tener el éxito en nuestras manos aun que ya no estas tan cerca gracias a ti y tu mama por esas comidas tan ricas que me compartieron gracias

ÍNDICE

INTRODUCIÓN 1

I- DEFINICIÓN Y ESTADÍSTICAS 2

1.1 ¿Qué es el VIH? 2

1.2 El VIH/Sida en el escenario internacional 3

1.3 El VIH/Sida en México 6

II- TRASMISIÓN 8

2.1 Medios de trasmisión 8

2.2 Trasmisión sanguínea 10

2.3 Trasmisión perinatal 12

2.4 Trasmisión sexual 12

2.5 Cómo no se transite el VIH 14

III-PREVENCIÓN 15

3.1 Mediadas de prevención 15

3.2 Abstinencia sexual 16

3.3 Fidelidad en parejas 16

3.4 Sexo seguro 17

IV- PRUEBAS RÁPIDAS 19

4.1 Pruebas para detectar el VIH 19

V-TRATAMIENTO DE LA INFECCIÓN 21

5.1 Tratamiento retroviral para el VIH 21

Vl-RECOMENDACIONES GENERALES SOBRE ELVIH/SIDA 22

Tabla 4- Plan de intervención sobre el VIH 22

CONCLUSIÓN 23

REFERENCIAS 25

GLOSARIO..... 27

INTRODUCIÓN

Esté trabajo tiene como propósito dar a conocer la importancia sobre la prevención de VIH. En esta investigación encontrará las definiciones relacionadas al tema, capítulos y autores que explican cómo se puede contraer y riesgos que tiene este virus al momento de introducirse al sistema inmunológico del ser humano.

El VIH es el virus de inmunodeficiencia humana según los autores y las estadísticas mundiales se cataloga como un tema a nivel mundial de mayor importancia por el número de personas infectadas. En el primer capítulo se encuentra la definición del tema VIH como también antecedentes de la epidemia a nivel internacional y un apartado más donde se plantea la historia del VIH en México.

En el segundo capítulo tenemos información de cómo se trasmite el VIH y se derivan subtemas que dan a conocer cuáles son los fluidos que realmente infectan al organismo del ser humano.

El tercer capítulo se distingue por la prevención y recomendaciones correspondientes que pueden evitar el contagio esto para las personas que desconocen sobre el tema del contagio o estuvieron expuestos una situación de riesgo.

En el cuarto capítulo se encuentra las pruebas que existen en el mercado y las más reconocidas que ayudan a diagnosticar a un paciente si es portador del virus o no.

En las últimas páginas tenemos la parte final de este trabajo académico el cual contiene conclusiones, glosario y referencias.

I- DEFINICIÓN Y ESTADÍSTICAS

En el siguiente apartado se explicará de manera congruente y específica las características de VIH y las consecuencias dentro del sistema inmunológico de los seres humanos como también las estadísticas que existen sobre personas infectadas en el mundo y en nuestro país principalmente. Este virus fue en los años de 1980 y se desconocía las verdaderas causas que los transmitía y fue nombrada como una enfermedad exclusiva de las prostitutas y los homosexuales sin embargo en la actualidad se sabe que fue un error haber clasificado a ese subgrupo de personas es por ello que a continuación explico de una manera detalladamente como nació este virus.

1.1 ¿Qué es el VIH?

> Según COESIDA (1999), el síndrome de inmunodeficiencia humana. Afecta al sistema inmunológico del organismo. Disminuye la capacidad de defensas ante los microbios que producen las enfermedades. Existentes el VIH 1 y el VIH 2, ambos generan los mismos síntomas y se detectan por la misma prueba (p. 35).

En la definición sobre síndrome de inmunodeficiencia humana nos indica que es uno de los principales causantes de muertes en todo el mundo. Se ha clasificado como el virus que se ha quedado en el siglo XX y se le conoce actualmente como una de las enfermedades más polémicas a nivel mundial, sin embargo, la mayoría de las personas piensan o tienen el conocimiento erróneo de que si te diagnostican VIH lo relacionan son sinónimo de muerte.

Es por ello que debemos de desmenuzar este tema y dar a conocer las verdaderas causas como consecuencias del ser potador pasivo dentro de la sociedad. Lo que hace realmente este virus dentro de nuestro cuerpo es hacerlo más vulnerable esto quiere decir que afecta al sistema inmunológico de cualquier persona, solo se necesita alguna enfermedad oportunista que se presente en el organismo de la persona infectada, por ejemplo una simple diarrea o un resfriado pueden causar la muerte en una persona infectada, pero para que pueda ocurrir se necesita primero

pasar un tiempo, para que el virus pueda tomar fuerza en nuestro organismo es por ello que los 3 primeros meses son de mayor importancia para poder dar un resultado más certero, con un paciente que tiene la duda o la incertidumbre de estar contagiado. En algunos casos esta enfermedad no presenta ningún síntoma esto por qué cada sistema inmunológico es diferente.

Después de los tres primeros meses de alguna práctica de riesgo. Si la persona ignora o desconoce del tema cualquier bacteria o microbio que se encuentre en cualquier superficie o lugar hace a la persona infectada más propensa a morir de cualquier enfermedad oportunista que se le presente por qué no tiene las defensas necesarias para combatirla dando la oportunidad de que se complique y llegue el paciente infectado a la muerte, puesto que la función del sistema inmunológico es protegernos. Pero sin un sistema inmunológico fuerte y sano no tenemos combatir cualquier enfermedad que se presente.

El autor COESIDA describe dos tipos de VIH uno clasificado con el número 1 y otro con el número 2. Esto hace referencia a que es el mismo virus, sin embargo, tal vez usan esas dos clasificaciones, pero los científicos concluyen en los mismos síntomas para el ser humano infectado.

Se respeta la investigación de las dos clasificaciones del virus, La mayoría de autores que definen el VIH o lo interpretan según la perspectiva y su criterio basado en pruebas científicas o métodos de investigación con grupos de seres humanos que han sido diagnosticados con VIH.

1.2 El VIH/Sida en el escenario internacional

> De acuerdo con el programa conjunto de las naciones unidas para la (ONU sida), las cifras estimadas de casos de VIH y el sida en el mundo indican que, hasta el año del 2005, 40.3 millones de personas están afectadas por esta pandemia (Restrepo, 2005, p. 67).

Es por ello que la prevención es fundamental para tener un conocimiento más amplio del tema que nos ayude a comprender las consecuencias que tiene adquirir este virus y puede perjudicar a todos los seres humanos. En la actualidad hay gran parte personas infectadas en el mundo, con la posibilidad de que algunos no saben que viven con esta esta enfermedad.

Recordaremos que es un virus silencioso y no ataca de la misma manera a todos los seres humanos. Esto puede variar según el tiempo del paciente o en casos muy extremos pueden pasar hasta 10 años sin presentar ningún síntoma, pero no significa que este sano y libre de cualquier enfermedad oportunista de lo contrario pone en riesgo a la persona infectada y lo vuelve más vulnerable facilitando la faceta del SIDA por no haber recibido medicamento a tiempo.

Hasta el momento no existe alguna vacuna que nos pueda poner a salvo, la única alternativa que tenemos es informarnos para no ser parte de esta estadística. Sin embargo, la mayoría de personas infectadas pudieran ser subgrupos de individuos que pudieran estar relacionados con en el mundo de las drogas en el caso de haber tenido una práctica de riesgo o personas que se dedican a la prostitución o mujeres que fueron infectadas por una infidelidad por parte de su pareja, también está muy marcado en personas homosexuales que practican el sexo sin protección, pero recordemos que estos solo son ejemplos.

En la actualidad es una enfermedad que no respeta ni género, clase social o religión. Sólo podemos recurrir a la información que existe que nos servirá de gran ayuda para evitar el contagio.

En la siguiente tabla se describe una estadística mundial con porcentajes de personas infectadas mundialmente.

Tabla 1- Estadísticas Mundiales.

El sida en el mundo en 2019	
Personas infectadas	Personas muertas
• 37.9 millones	• 32 millones

Fuente: ONUSIDA (2020).

En la tabla 1 describe que hasta el 2019 el virus ha infectado a 37.9 millones de personas y 32 millones han fallecido. La mayoría de estas personas se pudieron infectar por diferentes situaciones, pero el vínculo que tienen en común fue estar mal informados del tema.

La siguiente tabla informa la distribución de personas infectadas según su género.

Tabla 2- Personas que viven con VIH.

Estadísticas Mundiales año 2017		
Mujeres	Hombres	Niños
• 17.8 Millones	• 16.8 Millones	• 2.1 Millones
En total son: 36.7 Millones de personas infectadas.		

Fuente: Mario (2017).

La información anterior, representa una generalidad de datos de personas infectadas según su género hasta el 2017 la mayoría de infectados son las mujeres esto pudiera ser por ser el género con más cantidad de mujeres en el mundo.

1.3 El VIH/Sida en México

En México hay una gran diversidad de personas es un país que se caracteriza por sus paisajes naturales, climas de todos los tipos y una gran variedad de gastronomía haciendo un lugar muy atractivo para miles de turista de todo el mundo pero como existe un gran intercambió grande de personas que transitan también puede existir la posibilidad de que entren personas infectadas por el VIH sin saber que son portadores de esta enfermedad, ocasionando que por descuidos o situaciones de riesgo una parte de nuestra población se pueda contagiar.

En realidad, nuestro país si a esto le sumamos la des información que existe en sub grupos de personas mexicanas y situaciones que favorecen el contagio por ejemplo relaciones sexuales sin protección, personas portadoras que viven dentro de la población darán como resultado la siguiente estadística a nivel nacional en nuestro país.

> México ocupa en el mundo el 77 lugar a nivel América latina sin embargo metodologías internacionales de ONU sida estiman que en México existen alrededor de 180,000 personas viviendo con el VIH, hasta noviembre del año 2005 los casos acumulados según el género que el 84% de mujeres se encuentra contagiada y solo el 16% en caso de los hombres está infectado por el virus de Inmunodeficiencia Humana. (Restrepo, 2005, p.69).

De acuerdo con la información presentada anteriormente, la ONU SIDA clasifica a México como un país que tiene una epidemia concentrada, esto es que la infección por el VIH se ha difundido rápidamente en algunos subgrupos.

Esto quiere decir que aún no se ha extendido a la población en general. En cuestión de géneros los casos acumulados del VIH-SIDA indica que por cada cinco casos de hombres contagiados solo uno se presenta en mujeres, pero aun así el porcentaje en el género femenino es mayor en casos de personas infectadas. Esto puede variar por el contexto, cultura, economía, religión, educación, entre otros

factores que pueden influir a que se contagie según la necesidades y carencias de los géneros que se vean afectados por este virus. En la actualidad México el VIH/SIDA tiene una mayor incidencia entre la población femenina que hace que el contagio se trasmita rápidamente al género masculino facilitando los subgrupos de personas infectadas dentro del país.

La siguiente tabla nos permite comprender mejor los resultados actuales de las personas que viven infectadas a nivel nacional.

Tabla 3-Estadisticas de VIH en México

VIH/SIDA en México año 2017			
Personas que desconocen que están infectadas.	Infectados por año por VIH.	Infectados por día por VIH.	Personas que están en tratamiento.
➢ 1 de cada 3 personas**.**	➢ 12 mil personas.	➢ 33 personas	➢ 141 mil personas

Según Centro nacional para la Prevención (2020).

La tabla en nuestro país México describe que existen una gran cantidad de personas infectadas y tal vez un factor importante que dispara estos resultados es la desinformación.

Lo cual hace más vulnerable a la población mexicana por desconocer los verdaderos medios de trasmisión que se pueden ocasionar por un descuido dando como resultado una representación numérica de personas que se han infectado en nuestro país según el centro nacional para la prevención. Pero afortunadamente también México es un país que cuenta con el tratamiento gratuito para las personas que son positivas al VIH brindado que su calidad de vida no se vea afectada por la enfermedad.

II- TRASMISIÓN

El siguiente apartado nos explica las a causas de cómo se puede trasmitir la infección, recordemos que una definición de la palabra trasmisión se refiere a un intercambio, trasferir o difundir según la situación o el contexto donde se ejecute en este caso lo relacionaremos con el virus de inmunodeficiencia humana.

2.1 Medios de trasmisión

Para que el virus de inmunodeficiencia humana pueda llegar a nuestro organismo se necesita solo el siguiente procedimiento tener un fluido contaminado por VIH y un medio que facilite la llegada a nuestro organismo facilitando el contagio.

> Según COESIDA (1998), Si no hay VHI no puede haber infección. Esto quiere decir que solamente el Fluido infectado de una persona que vive con VIH puede trasmitirlo. Cuando se desconoce si hay o no presencia de VIH se debe tomar medidas preventivas como si estuviera presente. (p.8).

Todos estamos expuestos a contagiarnos de VIH la mayoría de las personas que viven en la actualidad desconocen las verdaderas causas de cómo se trasmite es por ello que con esta pequeña investigación pudiera ayudar a comprender a adolescentes y jóvenes adultos lectores los puntos entradas que son de total riego si existiera un fluido infectado el cual podría causar que adquieras la enfermedad.

En la actualidad existen una gran variedad de mitos y mentiras de cómo es el contagio, primeramente, se creía que era un virus que se trasmitía de animales a seres humanos con un motón de suposiciones que lo único que generaban en las personas era una idea falsa y errónea como también el clasificar que era una enfermedad exclusiva de los homosexuales o de servidoras sexuales.

La única verdad es que es un virus exclusivo de los seres humanos y existen tres fluidos que los trasminen: sangre contagiada, fluidos de secreción sexual y la

lactancia en caso de estar la madre infectada y al mismo tiempo esté alimentado al bebe directamente de su misma leche.

Pero ¿cómo saber si estamos en una situación de riesgo? solo lo podremos relacionar si estuvimos en una práctica de riesgo, por ejemplo: tener relaciones sexuales sin protección, que no solo te pudieras contagiar del VIH sino también de otras enfermedades de trasmisión sexual como: herpes, gonorrea, el virus del papiloma humano entre otras, puesto que en esta práctica hay presencia de los fluidos tales como el semen, liquidó preeyaculatorio en el caso de los varones y el en caso de las mujeres los fluidos vaginales.

Otra situación de riesgo o punto de entrada para este virus es estar expuesto a un material punzo cortante no esterilizado en este caso sangre contaminada y el último caso sería de una la mujer en gestación que desconozca si está contagiada pone en riesgo al bebé al momento del parto si es de manera natural por la presencia de sangre y al momento de la lactancia si él bebé es alimentado directamente por su madre. El último escenario como ejemplo sería algo raro puesto que en las clínicas medicas están obligadas a conocer el historial médico del paciente entre ellas el diagnóstico previo de detección del VIH para no poner en riesgo al grupo de médicos al momento de la intervención médica que estará presente en el trabajo de parto.

> De acuerdo a lo descrito por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) la mortal presencia del VIH/SIDA está sobre pasando la gente joven de 14 años a 24 años de edad. (Caballero,2006, p.20) cita a(Hawken,2002).

En la información expuesta anteriormente se dice que los adolescentes y jóvenes adultos son los más propensos en algunos casos por querer experimentar su vida sexual sin antes un conocimiento previo sobre los métodos de prevención es por ello que un sub grupo entra el rango de las edades de los 14 años a 24 años de edad afectado a la población adolécete y joven adulta.

En las edades ya antes mencionadas el contagio del VIH puede ser más facilidad por la ignorancia del tema que los sujetos conozcan acerca del tema, es por ello que en las instituciones educativas se le orienta con materias relacionadas al VIH/ SIDA con la intención de trabajar la prevención.

Desde nivel secundaria y bachillerato se imparten materias con trabajos, investigaciones o proyectos educativos con el propósito de que los alumnos obtengan un aprendizaje significativo sobre la prevención de enfermedades de trasmisión sexual como también disminuir el índice de personas infectadas por medio de la educación.

Sin embargo, existe otro sub grupo de individuos que por situaciones del contexto, economía o creencias no tuvieron la oportunidad de estar dentro de una formación educativa y desconocen e ignoran este tema, es ahí el problema que por unos cuantos podemos perder todos.

En estos casos entra la participación de los programas sociales o campañas que existen en cada municipio o en las grandes ciudades donde se les brindan pláticas gratuitas de la prevención del VIH/ SIDA y la realización de pruebas rápidas para descartar algún contagio aún con las estrategias ya mencionadas el rango de las edades sigue siendo vulnerable tal vez por falta de responsabilidad

.

2.2 Trasmisión sanguínea

La mayoría de los seres humanos se han visto obligado alguna vez a requerir un procedimiento de trasfusión de sangre el cual consiste en pasar el líquido sanguíneo de un paciente sano a una persona que se encuentra con una carecía de componentes sanguíneos es importante siempre verificar o solicitar un antecedente que demuestre la sangre está totalmente limpia recordemos que de lo contrario se verá afectado quien reciba la trasfusión.

> Según COESIDA (1998), la principal manera de trasmisión sanguínea de VIH/ SIDA es la trasfusión de sangre, productos sanguíneos y órganos de trasplantes que contengan el VIH/ SIDA. Desdé 1987 se encuentra legislado en la ley General de salud y desde 1995 en la norma oficial mexicana para el control y prevención de la infección por el virus de inmunodeficiencia humana (p.37).

Si el fluido está contaminado de e VIH/ SIDA. Entonces cualquier trasfusión o donación de órganos estarán contagiados, por ello se establece esta ley para proteger a los pacientes que requieran de este servicio.

Es muy importante que las personas que requieran trasfusión de sangre verifiquen que el líquido sanguíneo esté libre del VIH, de lo contario vivirán contagiados para el resto de su vida. Otro escenario eficaz que se pudiera trasmitir el contagio es la introducción de sangre infectada en el torrente sanguíneo lo más erróneo sería utilizar material punzo cortante reciclado, por ejemplo, jeringas o materiales que han sido utilizados y expuestos al contacto de la sangre humana.

Los ejemplos más críticos son las personas que comparten rastrillos, navajas de uso personal que tienen como función recortar o cortar, otra situación que puede facilitar el contagio pudieran ser establecimientos donde se realizan tatuajes y perforaciones desconociendo si cuentan con la sanidad establecida para realizar este tipo de trabajos o en otros casos de personas que se drogan o se comparten las mismas jeringas para inyectarse.

Lo más conveniente es evitar el contacto directo con sangre y siempre verificar los sellos de salubridad en caso de requerir un material cortante para así no solo el VIH sino también la hepatitis y otras infecciones.

2.3 Trasmisión perinatal

> Según COESIDA (1998), “si la madre vive con VIH/SIDA existen de un 8 % a un 30% de probabilidad de que ocurra la trasfusión del virus a su bebe, dependiendo si la madre recibió o no tratamiento antirretroviral durante su embarazo”. (p.9)

Es importante que la madre se realice una prueba de laboratorio que le notifique y descarte cualquier contagio de presencia del VIH en su organismo. Así mismo pueda darle una formación sana a su futuro bebé desafortunadamente existen casos en la actualidad en donde no se lleva un chequeo médico hasta la labor del parto en algunos casos y se desconoce la presencia del virus dentro del organismo de la madre. Esto pudiera pasar según el contexto, economía y creencia de la futura madre.

En la actualidad es obligatorio que las pacientes que se encuentran en gestación se les realice una prueba de detección de VIH para así poder llevar un embarazo que no se encuentre clasificado de alto riesgo.

¿Qué Pasa si la persona en gestación está contagiada del VIH/ SIDA? Primeramente, debe de recibir tratamiento retroviral que ayude a disminuir la carga viral de VIH haciendo casi nula la trasmisión del virus al recién nacido teniendo en cuenta que cuando se inicie la labor del parto tendrá que ser por parte de cesárea para proteger al bebé de cualquier herida que la madre pudiera ocasionar y se prohibirá amamantar al recién nacido por medio de la leche materna.

2.4 Trasmisión sexual

La práctica más común y la más peligrosa consiste es en que se practiquen las relaciones sexuales sin protección si no se realizan de manera responsable podrán tener un resultado negativo como enfermedades de trasmisión sexual entre ellas el VIH.

Según COESIDA (1998), la vía más común de trasmisión del VIH es la sexual. Las relaciones sexuales en las que existen intercambio de semen, liquido preeyaculatorio, moco anal o vaginal, tanto en relaciones hombre-mujer, mujer-hombre. Como en relaciones hombre-hombre o mujer-mujer implica riesgos de adquirir el VIH, tanto para la persona que penetra como para la que es penetrada, cuando hay intercambio de fluidos que contengan el VIH (p. 9 y 10).

Las relaciones sexuales como penetración vaginal o anal sean heteros sexuales u homosexuales pueden trasmitir el VIH si estas personas se encuentran infectadas.

Todas las prácticas sexuales pueden favorecer a lesiones, fisuras, irritaciones que aumentan el riesgo de puertas de entrada. Las recomendaciones más requeridas y lógicas serían que en caso de penetración usar el condón de forma correcta ayudaría a prevenir el contagio, si se practica el coito anal, además de usar el condón debe emplearse lubricante a base de agua para evitar cortadas en los genitales y que esto disminuya las posibles entradas de riesgo.

Es importante recordar que cada vez que se realiza una práctica sexual es sinónimo de riesgo por ejemplo al realiza sexo oral debe acudirse al uso de barreras que impidan el intercambio de líquidos en fisuras o úlceras que podrían encontrarse en el área vocal es conveniente recurrir al preservativo para así poner una barrera que ayude a disminuir el posible contagio si la persona se encuentra infectada o desconoce del contagio.

Actualmente está de moda el intercambio de parejas en los jóvenes adultos y cualquier práctica sexual pone en riesgo el contagio es por ello que si se practica el sexo anal, sexo oral o el famoso “fajé” siempre se recomienda que recurran al preservativo una manera segura y eficaz de no contraer el contagio del VIH sino también de otras enfermedades de trasmisión sexual.

2.5 Cómo no se transite el VIH

> Según COESIDA (1998), las secreciones y excreciones corporales que no pueden trasmitir la infección por VIH las cuales son: saliva, sudor, lágrimas, orina y heces, excepto si alguna de ellas contiene sangre, semen, líquido preeyaculatorio, secreción vaginal o leche materna, por lo tanto, el VIH no se trasmite por besos, abrazos, caricias ni por apretón de manos. Tampoco por compartir cubiertos alimentos o bebidas: por usar sanitarios, manejar dinero, usar regaderas, teléfonos públicos compartir albercas o gimnasios (p.11).

Está comprobado científicamente que la infección por el VIH no es posible trasmitirse al momento de saludar a una persona que sea portador, toser o estornudar, usar un teléfono público, visitar un hospital, abrir una puerta, compartir comida, trastes, cubiertos o vasos, beber en fuentes de agua potables, usar baños o duchas, bañarse en piscinas públicas, ser picado por un mosquito o insectos y por último trabajar o tener una amistad con personas que viven con el VIH.

Recordemos que para que esto pueda ocurrir debe haber un fluido que esté infectado y después tiene que existir una puerta de entrada para que este pueda llegar al organismo y así cumplir el procedimiento correcto para infectar a la persona.

En la actualidad aún existen la discriminación por parte de un sinfín de sub grupos que desconocen del tema esto pudiera ser por varios factores como el contexto, religión, costumbres que sin darse cuenta podrían causar un daño psicológico en la persona que vive con esta enfermedad que con un tratamiento retroviral a tiempo tiene la misma calidad vida como una persona normal.

Dejemos de etiquetar a las personas que viven con este estilo de vida y fomentemos una información correcta acerca del tema que ayude a comprender la importancia de la prevención del VIH.

III-PREVENCIÓN

Se refiere a la serie de cuidados que se deben seguir anticipadamente para no contraer el VIH/SIDA. Que pueda dañar el bienestar y tranquilidad del paciente que pudiera dar un resultado positivo al virus nos enfocaremos en las maneras correctas de como ´podemos ejercer una vida sexual responsablemente.

3.1 Mediadas de prevención

> Según COESIDA (1998), “todavía no existe una vacuna efectiva anti-VIH por lo cual nuestra única opción es la prevención por medio de la educación. Las medidas de prevención van en función de los mecanismos de trasmisión del VIH descrito anteriormente” (p.13).

Es necesario partir principalmente del tema central que es definir ¿Qué es el VIH ¿Después comprender el impacto que causa dentro el sistema inmunológico y analizar cómo lo podemos prevenir?

En este momento la única forma que hay en el mundo para no contraer la enfermedad es informándonos y comprender detalladamente cuales son los fluidos que pueden contagiar al momento de estar en una práctica de riesgo. Los subgrupos más vulnerables son los adolescentes y jóvenes adultos es por ello que en México se realizan proyectos educativos o se relacionan materias con tema de salud que tienen como propósito la prevención.

Invitemos a la población a romper mitos sobre esta enfermedad con la intención de ayudar a la sociedad a no ser parte de las estadísticas brindando información que ayude a comprender y a crear responsabilidad como conciencia sobre el tema según mi investigación y los autores que respaldan mi información son las formas correctas de cómo podemos prevenir el VIH.

3.2 Abstinencia sexual

Tener una vida sexual activa es una actividad que varios sub grupos de persona disfrutan, pero también hay otro porcentaje de individuos que no ejercen esta actividad por prevención esto puede variar según las experiencias de vida de cada persona.

> “La abstinencia sexual consiste en no mantener relaciones sexuales. Una persona que decide practicar la abstinencia sexual ha decidido no mantener relaciones sexuales o ningún tipo de contacto sexual íntimo”. (Nemous,2018, párr. 1)

Debido al gran porcentaje de personas infectadas por el virus de inmunodeficiencia humana una reacomodación que se les hace a las personas es retrasar su actividad sexual para no verse expuesto ante una situación de riesgo con la finalidad de no contraer ningún tipo de enfermedad de trasmisión para otro subgrupo de población la abstinencia también se puede ejecutar como tener relaciones sexuales sin penetración utilizando solo los besos, caricias y masajes.

3.3 Fidelidad en parejas

En la actualidad el termino de fidelidad está perdiendo provocando en algunas parejas el riesgo de contraer una enfermedad de trasmisión sexual o problemas de bajo autoestima por existir un tercero en la relación, lo ideal es que al momento de ejercer una vida sexual activa lo más recomendable es realizarla con alguien de confianza que vele por el interés y bienestar de ambos.

> La fidelidad hacia la pareja tiene diferentes razones se atiende: propiedad privada y exclusiva necesaria para sacar adelante a hijos de familia si existe un matrimonio de por medio, la seguridad que otorga tener a un compañero incondicional al lado, la necesidad de sentir nuevas experiencias (enamorarse, seducir) competir por agradar la capacidad para negociar necesidades y afrontar conflictos y por supuesto la compatibilidad real entre miembros de la pareja. (Psicología clínica, 2018, párr. 2)

Una manera de prevenir este virus es llevando una vida sexual responsablemente lo cual es una problemática actual donde existe una gran mayoría de las personas no tienen el cuidado ni el compromiso de establecer una fidelidad con su pareja por inconformidad en ocasiones se recurre a los engaños y por consecuencias también el riesgo de contraer la infección por tener diversidad de parejas.

Es muy de moda en algunos sub grupos de personas que ya no buscan la exclusividad de una sola pareja, sino que pasan al segundo término de tener una relación clasificada como amigos con derechos en algunos casos o en ocasiones solo se busca satisfacer la necesidad sexual exponiendo su vida al no saber ni conocer los antecedentes de salud de la pareja con la cual están ejerciendo su vida sexual con el único de propósito de contraer diferentes enfermedades por la diversidad de parejas.

No es malo ejercer el coito sexual, pero si se realizara de una manera más consciente y responsable usando las medidas de prevención disminuiría las estadísticas. Sin embargo, el adquirir este virus siempre será un misterio si no cuentas con la información y el conocimiento previo del contagio que ayude comprender las causas que te pudiera llevar a una situación de riesgo.

3.4 Sexo seguro

Tener sexo es una actividad que los seres humanos utilizamos como medio de reproducción, pero en ocasiones no se ejecuta responsablemente dando oportunidad a situaciones no deseables como embarazos no planeados o infecciones de trasmisión sexual.

> La expresión “sexo seguro” se refiere a mantener relaciones sexuales sin riesgo de un embarazo imprevisto o de contraer una infección de transmisión sexual (ITS). En la práctica, algunas campañas y gobiernos identifican el “sexo seguro” con el uso del preservativo en todas las relaciones sexuales. De este modo

llegan a afirmar que cualquier tipo de actividad sexual es igual de aceptable o “segura” por el solo hecho de usar preservativos. (Jóvenes, s.f., párr. 1).

Lo que se presenta en la siguiente cita es que lo ideal es tener sexo con protección para disminuir las estadísticas de enfermedades de transmisión sexual es por ello que se realizan campañas con el propósito de informar y disminuir los casos como embarazos no deseados o enfermedades de trasmisión sexual.

La población más vulnerable se encuentra en los adolescentes y jóvenes adultos debido a diferentes causas entre ellas: no saber cómo utilizar los métodos anticonceptivos de manera correcta, no llevar una vida sexual responsable ponen en riesgo la vida de personas que no utilizan ningún tipo de protección al momento de realizar un acto sexual.

Entonces podemos definir como sexo seguro aquellas personas que ejecuten su vida sexual de la siguiente manera: al momento de realizar una actividad sexual con su pareja evitaran el contacto de fluidos el sexo será seguro porque no implicara ningún tipo de penetración.

En esta actividad solo está permitido caricias de cuerpo a cuerpo sin incluir los genitales, dar masajes con aceites relajantes, utilización de juguetes sexuales sin compartirnos.

IV- PRUEBAS RÁPIDAS

Estas pruebas se crearon con la finalidad para detectar la infección causadas por el virus VIH por medio de una muestra de sangre en la actualidad es muy sencillo diagnosticar a un paciente positivo o negativo y obtener un resultado rápido y eficaz por medio de una pequeña muestra de sangre y un par de minutos dar un resultado verídico.

4.1 Pruebas para detectar el VIH

En esta década es mucho más fácil poder conocer un resultado positivo de algún paciente que desconozca si vive con el virus de inmunodeficiencia humana por lo cual las pruebas rápidas se han implementado con la función de ayudar a descartar posibles contagios en alguna situación de riesgo.

> Las pruebas rápidas para el VIH ganaron mucha popularidad a partir de los años 2000. El examen rápido es aquel capaz de liberar el resultado en apenas 30 minutos. Este examen puede ser realizado con una pequeña muestra de sangre colectada a través de un agujerito en el dedo o a través de la saliva, dependiendo del tipo de examen usado. Pinheiro (2017).

En la actualidad estas pruebas son las más solicitadas para detectar o diagnosticar un paciente positivo o negativo de VIH según su resultado estas pruebas se pueden otorgar gratuitamente en los centros médicos tales como centros de salud o el seguro social mexicano.

El proceso es el siguiente: obtener una pequeña muestra de sangre por medio de un pequeño piquete en el dedo con la ayuda de un instrumento clínico llamado lanceta el cual contiene una pequeña Abuja se recoge la muestra de sangre y se coloca en una caja pequeña que simula la aparecía de una prueba de embarazo con el objetivo de dar un diagnóstico rápido y eficaz a la persona que se encontró expuesta al virus.

¿Por qué es importante realizarse una prueba de VIH? realizar una prueba rápida ayudara a descartar cualquier tipo de contagio a las personas que tienen una vida sexual activa que para salir de cualquier duda si el paciente estuvo en alguna situación de riesgo relacionada con los tres fluidos que la trasmiten.

El dado que la prueba salga positiva la persona contara con el tratamiento retroviral adecuado para combatir la enfermedad y tener una vida plena y sana recordemos que en la actualidad nadie muere de VIH solo cuando no es detectado a tiempo.

V-TRATAMIENTO DE LA INFECCIÓN

Se define una serie de combinaciones de medicamentos de gran utilidad para dar un alivio o solución alguna enfermedad en términos médicos en este caso relacionado a dar una mejor calidad de vida al paciente que fue diagnosticado por VIH con la finalidad de que tenga una calidad de vida como un ser humano común.

5.1 Tratamiento retroviral para el VIH

En la actualidad no existe una cura para el virus de inmunodeficiencia humana es por ellos que se requiere utilizar un retroviral cuales tienes la función de brindar un bienestar y calidad al paciente que este bajo este tratamiento que será de por vida.

> Según COESIDA (1998), “el manejo del paciente con infección por VIH es complejo y requiere del uso de combinaciones de medicamentos, potencialmente toxico, por lo cual se recomienda sea realizado por médicos con experiencia” (p.39).

Se recibirá el tratamiento con la finalidad de bajar la carga viral de paciente infectado que quiere decir esto que se pretende reducir la concentración del VIH en la sangre del paciente diagnosticado con el virus de inmunodeficiencia humana.

La función de los medicamentos es impedir que el virus se siga reproduciendo dentro del organismo del paciente infectado al momento de lograr que el virus tenga una carga viral baja en el organismo se puede tomar la decisión de tener una vida sexual activa puesto que los retrovirales lograron una carga viral indetectable lo cual significa no tienen riesgo alguno de trasmitir el VIH a su pareja.

VI-RECOMENDACIONES GENERALES SOBRE ELVIH/SIDA

Las personas pueden contraer o transmitir el VIH solo a través de actividades específicas, como el sexo o el uso de drogas inyectables. El VIH solo se puede transmitir en ciertos fluidos corporales de una persona que tiene el virus. Estos fluidos son sangre, semen, líquido prese minal, secreción rectal, secreción vaginal y leche materna.

Tabla 4- Plan de intervención sobre el VIH

Plan de intervención		
Fluido	Actividad	Recomendación
Sangre.	Trasfusiones de líquido sanguíneo.	No compartir material punzo córate de uso personal.
Semen o liquido vaginal.	Relaciones sexuales	Usar siempre condones. Tener una pareja estable evitar la diversidad de parejas al momento de tener una actividad sexual.
Lactancia.	Etapa de gestación.	Evitar alimentar al bebe durante la lactancia en caso de que la madre este infectada.

CONCLUSIÓN

El síndrome de inmunodeficiencia humana es una de las enfermedades más críticas a nivel mundial es por el motivo que debemos ser precavidos al momento de estar en alguna situación de riesgo puesto que si este virus llegara a entrar al organismo de cualquier ser humano, tendría que vivir con una serie de cuidados para no fallecer de una enfermedad oportunista, la finalidad del VIH es hacer más vulnerable al sistema inmunológico de los seres humanos. Cualquier tipo de bacterias o microbios que entren al organismo darán una desventaja por ya no tener las defensas necesarias para combatir y poder defender a nuestro cuerpo.

Es muy importante trabajar el tema de VIH. siempre con la finalidad de ayudar a las personas que tengan duda sobre ¿Qué es ?, ¿Cómo se trasmite?, ¿Como no se puede transmitir?, ¿Como lo podemos prevenir?, ¿Cómo lo podemos detectar? ¿Y cuál es el tratamiento que se debe seguir? Estas fueron las interrogantes más importantes por lo cual me motivo a realizar esta monografía en especial por dos subgrupos de personas que se ven muy afectadas por este virus esto en los adolescentes y jóvenes adultos.

Con la intención de dirigir este trabajo a lectores entre edades que se encuentran en nivel se secundaria por lo siguiente muchos de estos adolescentes comienzan una vida sexual activa sin saber cómo utilizar bien un método anticonceptivo y carecen una información básica de cómo se puede contraer el VIH como la combinación de drogas y alcohol.

En nivel medio superior influyen muchos factores y situaciones de riesgo desde tener relación sexual es sin protección hasta el uso de drogas que favorecen en algunos casos el contagio al instante por no tener bien definido que es la prevención y vivir una vida llena de excesos.

Con jóvenes adultos en Educación superior, por no usar bien los las barreras de métodos anticonceptivos, los embarazos no deseados y en contagio de otras

enfermedades de trasmisión sexual se ven muy marcadas en las edades de los 18 a los 24 años por situaciones de la irresponsabilidad que llevan a las siguientes de las estadísticas a nivel mundial por contraer el VIH.

Como futuro profesionista en la educación me gustaría ser partícipe de programas que brinden asesoría y orientación a personas que requieran información sobre el Virus de Inmunodeficiencia Humana por la experiencia que adquirido dentro del departamento COMUSIDA Cd. Guzmán y por la investigación de este trabajo académico me he dado cuenta la gran importancia que tiene entre la sociedad fomentar sobre la prevención como elaborar actividades relacionadas con el tema que sean dinámicas y no tediosas e incomprensibles.

Crear un poco de conciencia es mi objetivo con el tema de VIH y que con la información que redacte y cite en mi documentó pueda ayudar a comprender mejor que es esta enfermad que nació esclusivamte quedarse para los seres humanos lamentablemente no existe aún una vacuna para detener esta epidemia como recordarles también que nadie muere por el VIH si realiza un diagnóstico médico a tiempo y un medicamentó que ayude al paciente a brindar una calidad de vida común como la de cualquier persona.

Existen miles de recomendaciones sobre el tema sin embargo ya depende de cada sujeto o de las personas involucradas que practiquen una actividad de riesgo por que desafortunadamente es como una cadena que no se puede cortar al contrario si se suman más personas en silencio más personas pueden salir afectadas.

REFERENCIAS

COESIDA. (1999). Información básica sobre VIH/SIDA. *Guía en el abordaje sindrómico de las enfermedades de transmisión sexual.* México, DF: Editorial del País México.

COESIDA. (1998). Métodos de transmisión. *Guía práctica para el personal de salud con trabajo en VIH/SIDA* (p.8) Ed. No 1. Guadalajara, México: Editorial del País México.

COESIDA. (1998). Métodos de Transmision.*Guia practica para el personal de salud con trabajo en VIH/SIDA* (pp.9 -10) Ed. No 1. Guadalajara, México: Editorial del País México.

COESIDA. (1998). Especificidad en el Tratamiento de la Infección por VIH/SIDA. *Guía practica para el personal de salud con trabajo en VIH/SIDA* (p.39) Ed. No.

COESIDA. (1998). Medidas de Prevención. Guía *práctica para el personal de salud con trabajo en VIH/SIDA* (p.37) Ed. No. Guadalajara, México: Editorial del País México.

CENTRO DE PREVENCION Y CONTROL DEL VIH /SIDA, (2020). Recuperado el 21 de febrero de 2020, de: https://www.gob.mx/censida/documentos/epidemiologia-registro-nacional-de-casos-de-sida

Caballero, J. (2006). VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA "*ITS Y VIH/SIDA EN ADOLECENTES Y ADULTOS JOVENES"* (pp56) *Ed. No 1.* Jalisco, México: Editorial del país México.

Jóvenes, (S/F). Recuperado el 02 de diciembre 2017, de: https://www.joveneshoy.org/8/736/-a-que- le-llaman-sexo-seguro

Mario, C. (2017). Recuperado el 23 de febrero de 2020, de: https://www.lavanguardia.com/vida/20171201/433286944688/dia-mundial-sida-pobreza-africa.html

(Nemous,2018, parr1) Recuperado el 28 de mayo 2018 de: https://kidshealth.org/es/teens/abstinence-esp.html

ONUSIDA, (2012). Recuperado el 20 de marzo de 2020, de https://www.unaids.org/es/resources/fact-sheet:

Pinheiro, P. (S/F). Recuperado el 02 de diciembre 2017, de: http://www.mdsaude.com/es/2015/10/prueba-de-deteccion-del-vih.html

(Psicología clínica, (2018). disponible en: http://gabinetedepsicologia.com/formula-la-fidelidad-pareja-puede-fielpsicologos-madrid-tres-cantos.

GLOSARIO

Epidemia: Enfermedad que ataca a un gran número de personas o de animales en un mismo lugar y durante un mismo período de tiempo.

Fidelidad: Firmeza y constancia en los afectos, ideas y obligaciones, y en el cumplimiento de los compromisos establecidos. Disponible en https://definicion.de/epidemia.

Fidelidad: en el matrimonio o las relaciones de pareja; apreciamos su fidelidad a la empresa; a través del vínculo de fidelidad, los reyes hacían jurar a sus súbditos, entre ellos la oligarquía aristocrática, fidelidad al monarca, implicando obediencia y sumisión. disponible en: https://www.significados.com/fidelidad/

Género: Conjunto de personas o cosas que tienen características generales comunes.

Prevención: Medida o disposición que se toma de manera anticipada para evitar que suceda una cosa considerada negativa disponible en: https://definicion.de/prevencion

Sexo seguro: significa tomar precauciones durante las relaciones sexuales que le impidan contraer enfermedades de transmisión **sexual** (ETS) o transmitirlas a la pareja. Disponible en: https://www.ecured.cu/Sexo_seguro

Virus: Microorganismo compuesto de material genético protegido por un envoltorio proteico, que causa diversas enfermedades introduciéndose como parásito en una célula para reproducirse en ella.

"el virus del sida; los virus tienen formas y tamaños muy diversos"
Disponible en: https://definicion.de/virus