

# tú vida

en tus manos

La Revista de *Juventud al Aire*

En este número:

Conoce a **ELISA**,  
te ayudará a detectar  
el VIH

¿Sabías que VIH y sida no son  
lo mismo?

Discriminación y  
Estigmatización... nunca  
a **NADIE** en ningún momento



El comic



PEDRO,  
un patojo pilas!



2 métodos preventivos

VIH

# Presentación

Esta publicación tiene como fin brindar a las y los jóvenes y adolescentes un compendio de información relacionada con la prevención del VIH y el sida.

Para Asociación COMUNICARES es un compromiso el trabajar por la gente joven y con la gente joven, quienes no significan el futuro, sino son el presente del mundo.

Si las y los jóvenes no tienen acceso a la información, les estamos negando uno de sus derechos fundamentales: estar informados. Para nosotros, la gente joven debe, no solo informarse, sino también tener espacios para expresar con libertad sus pensamientos, sentimientos, dudas y conocimientos. Solo así la sociedad actual, integrada en su mayoría por jóvenes, tendrá la oportunidad de comunicarse y de recibir información en su propio idioma, y desde su propio estilo de ver la vida.

El VIH es una realidad que no podemos ni debemos evadir, y al socializar estos contenidos con la población más vulnerable estaremos haciendo llegar a las y los jóvenes y adolescentes, por medio de un lenguaje sencillo y fácil de comprender, los puntos que deben tomar en cuenta en aras de la prevención del VIH y de la no discriminación de las personas que viven con el virus.

Sabemos que muchas organizaciones e instituciones están haciendo esfuerzos por divulgar esta temática; nosotros nos aunamos a estos esfuerzos y agradecemos a la Organización Panamericana de la Salud OPS su credibilidad en nuestro trabajo y su apoyo para llevar a cabo esta publicación.

**Oneida Rodas**  
**Directora de Proyectos**  
**Asociación COMUNICARES**

Guatemala, junio de 2,008

## Créditos

“Tu vida en tus Manos” es una publicación de Asociación Comunicares, para fortalecer el proyecto Juventud al Aire, financiada por la Organización Panamericana de la Salud OPS con la finalidad de prevenir el VIH entre las y los jóvenes y adolescentes.

Coordinación y redacción: Oneida Rodas. Edición de Textos: Ana Cecilia Escobar. Diseño y Diagramación: Claudia Anleu. Ilustraciones: Norman Maldonado. Impreso en Litografía Guatemalteca. 4,000 ejemplares Guatemala, junio de 2,008

## Índice

¿Conoces a Elisa?.....	3
Patojos pilas.....	4
Entérate.....	6
Tips, tips, tips.....	7
Queremos saber de.....	8
El Intruso.....	10
El pregunton.....	12
Al estilo de los chavos.....	14
En la red.....	15
Notijuventud.....	16
Reflexiona.....	17
Términos importantes.....	18
Test.....	19



Las personas que portan el listón rojo quieren decir que mantienen la esperanza en encontrar una cura para el SIDA. También significa la solidaridad y el apoyo a las personas que se han visto afectadas por esta enfermedad.

# ¿Conoces a Elisa?

No es una chica, ni es el nombre de una famosa cantante. ELISA son las siglas en Inglés de la Enzyme-Linked ImmunoSorbent Assay, que es la prueba sanguínea simple y rápida que se practica para la detección del VIH; en español, se le conoce como inmuno análisis ligado a enzimas o Enzimoimmunoanálisis (EIA).

La prueba de ELISA es la primera que se hace porque resulta barata, sencilla y da resultados confiables. Si la prueba de ELISA sale negativa, no se hacen más pruebas. Cuando sale positiva, es preciso practicar la IFA o la Western Blot para confirmar los resultados.

La prueba ELISA es sumamente sensible (~ 99,5%), lo que significa que puede detectar cantidades muy pequeñas de anticuerpos al VIH. Gracias a eso se reduce la probabilidad de que dé un resultado "falso negativo" cuando hay anticuerpos al VIH.

**¿Cómo se realiza el examen?** La sangre se extrae de una vena, usualmente de la parte interior del codo o del dorso de la mano. El sitio de punción se limpia con un antiséptico. El médico coloca una banda elástica alrededor de la parte superior del brazo con el fin de aplicar presión en el área y hacer que la vena se llene de sangre.

Luego, el médico introduce suavemente una aguja en la vena y recoge la sangre en un frasco hermético o en un tubo adherido a la aguja. La banda elástica se retira del brazo.

Una vez que se ha recogido la muestra de sangre, se retira la aguja y se cubre el sitio de punción para detener cualquier sangrado.

**¿Qué se siente durante el examen?**

Cuando se inserta la aguja para extraer la sangre, algunas personas sienten un dolor moderado, mientras que otras sólo sienten un pinchazo o sensación de picadura.

**¿Quiénes se practican la prueba de ELISA?**

Es recomendable que todas las personas que tienen una vida sexual activa se practiquen la prueba. También es recomendable que si una pareja decide mantener relaciones sexuales, ambos se practiquen la prueba antes de su primer encuentro sexual. Solamente así estarán seguros del estado de salud de sí mismos o de la pareja.





# PATOJOS PILAS

*A principios del mes de junio del año 2,008, tuve la oportunidad de conocer a varias personas que trabajan como educadoras en diferentes comunidades del país. Estas personas se encargan de facilitar talleres a niños, jóvenes y adultos, sobre la prevención del Virus de Inmunodeficiencia Humana, VIH. Particularmente, pude conversar con Pedro, quien me compartió que es una persona con VIH.*

*Le solicité una entrevista con el objetivo de poder compartir con los jóvenes, el testimonio de una persona que vive con el virus. Él accedió amablemente y me contó parte de su vida, que describo a continuación.*

## **Pedro: un hombre positivo.**

por Nohemí García

“Soy una persona de 33 años, que lucha por sobrevivir porque estoy infectado con el VIH. Estudié la carrera técnica de Periodismo en la Universidad de San Carlos de Guatemala, trabajé con poblaciones del área rural, informando y orientando a la población sobre la infección del VIH.

Me infecté del virus por tener relaciones sexuales sin protección; esto sucedió en mi último año de la carrera de diversificado, en el año de 1999. Como yo sabía que había estado en riesgo, decidí hacerme la prueba de Elisa, que se hace por medio de

un examen de sangre. El resultado dio positivo, supe que estaba infectado con el VIH.

Al principio no podía, ni quería creerlo. Mis amigos y familiares me motivaron a buscar ayuda. Los médicos que me examinaron dijeron que me encontraba en período de ventana, lo que significa que la persona sólo es portadora de VIH, es un período asintomático porque no presenta síntomas.

Psicológicamente me afectó mucho porque sabía que ya no tenía la misma libertad de antes, mi vida cambió

por completo. El ser una persona con VIH, ha limitado varios aspectos de mi vida. Pasé casi seis años sin encontrar un trabajo fijo, yo iba a entrevistas y ya no me llamaban para seguir en el proceso de reclutamiento. Esto era por consecuencia de mi estado anímico y físico. Me puse muy flaco, mi color de piel cambió de moreno a oscuro, mi cara tenía manchas y me veía muy demacrado.

Con la ayuda de médicos y de mis seres queridos, pude asimilar mi nueva situación de vida. Tengo una pareja que conoce mi situación. Le

soy fiel y tomo precauciones para no infectarla. Evito comer fuera de casa, ya que estoy propenso a las enfermedades y bacterias que puedan contener los alimentos. Ahora como saludable, es decir; frutas y verduras, consumo comidas con poca grasa y no muy condimentadas, también es importante no ingerir bebidas alcohólicas. No me expongo a temperaturas muy altas porque el calor intenso me causa deshidratación, también me protejo del frío porque me produce enfermedades respiratorias.

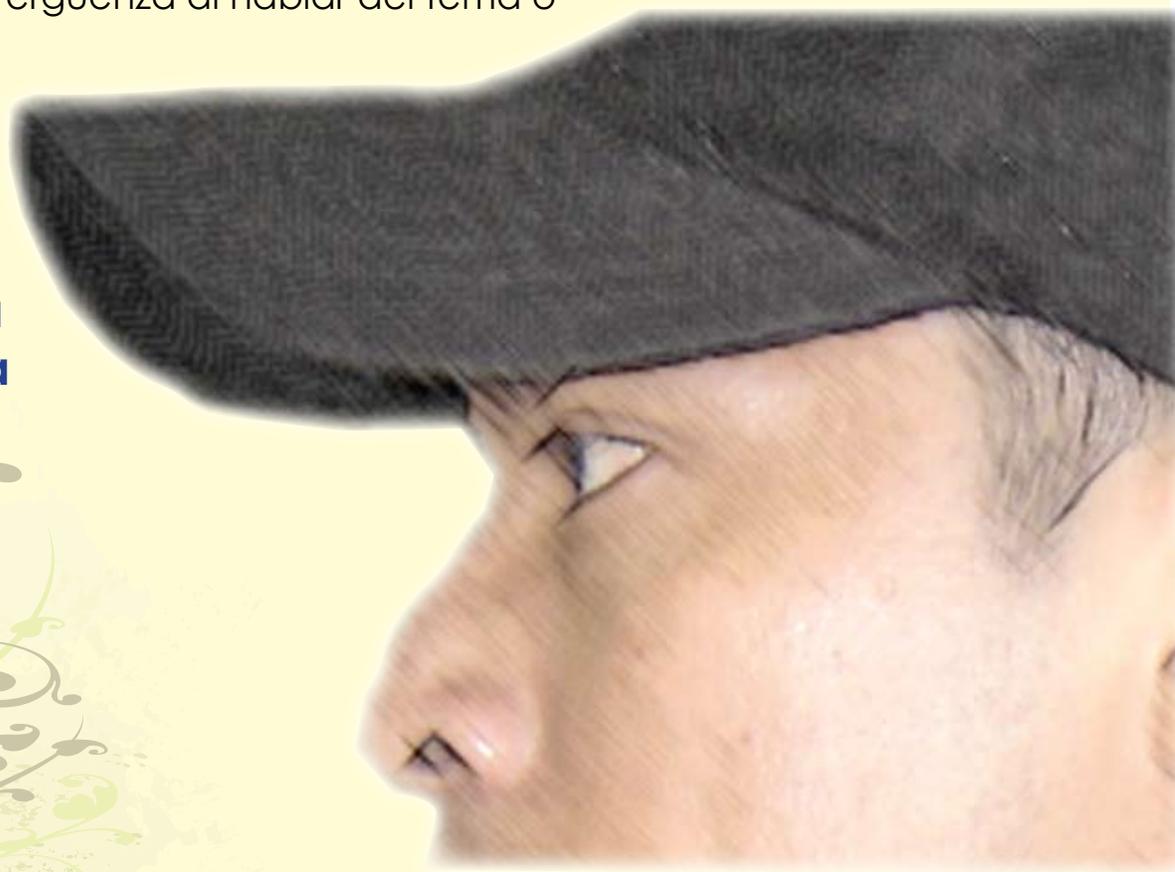
Para mantener mi calidad de vida, además de comer saludable, hago ejercicio y tomo antirretrovirales de generación dos por la mañana y por la noche. Los antirretrovirales me los proporciona el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, IGSS. Las personas que no tienen acceso al IGSS pueden avocarse con otras instituciones que brindan apoyo a las personas que viven con VIH.

Para prevenir el Virus de Inmunodeficiencia Humana, recomiendo a los jóvenes y la población en general que se protejan y se informen, porque en el área rural varias personas no creen que exista el VIH y otros sienten vergüenza al hablar del tema o les da miedo.

**En mi caso,  
yo seguiré  
informando y  
orientando a la  
población para  
prevenir el VIH.**

Aprovecho para decirles que las personas que viven con VIH, también tenemos derechos y merecemos tener el mismo trato de los demás."

*Pedro nos regaló una gran experiencia de vida, nos compartió sus sentimientos y nos ayudó a conocer el VIH desde una perspectiva humana y vivencial. Si tú quieres conocer más sobre el VIH, no dudes en entrar a nuestra página electrónica: [www.comunicares.com](http://www.comunicares.com)*



# Entérate

## Nuestro DERECHO a estar informados

**Mito:** El sida es una enfermedad que es principalmente de homosexuales.

**Realidad:** Cualquiera puede ser susceptible al VIH. No importa la preferencia sexual, todos estamos en riesgo.

**Realidad:** Los antirretrovirales pueden controlar la reproducción del virus, siempre y cuando no desarrolle resistencia al medicamento. NO te confundas, por ahora NO EXISTE UNA CURA PARA EL SIDA

**Mito:** No importa si me infecto, los antirretrovirales actualmente me pueden curar.

**Mito:** Si beso a alguien que tiene sida, me contagiaré

**Realidad:** Un beso no transmite el VIH. En la saliva no existe el virus en cantidad suficiente para transmitirse. Se debería tragar al menos 2 litros de saliva en un beso con una persona infectada para estar expuesto al riesgo.

**Realidad:** Una persona con VIH puede que no muestre síntomas por muchos años. Como el VIH afecta a cada persona de manera diferente, muchas personas pueden verse y sentirse saludables por años.

**Mito:** Es posible saber a simple vista si alguien tiene VIH.

# tips, tips, tips

## Conoce las diferencias entre VIH y sida

**1** El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana. Es un virus que ataca al sistema inmunológico, disminuyendo la capacidad del organismo para defenderse frente a enfermedades o infecciones llamadas "oportunistas".

**3** Con frecuencia oímos hablar del VIH y del sida como si fueran sinónimos, pero, tener VIH no quiere decir que se tenga sida. El estar infectado con el VIH significa que uno ha estado expuesto al virus y no es definitivo que vaya a desarrollar la enfermedad del sida. Se puede permanecer sin síntomas, por mucho tiempo. Es importante resaltar que con el avance de los nuevos tratamientos se puede vivir con el VIH sin desarrollar las manifestaciones clínicas del sida.

**4** El VIH ingresa al organismo a través del torrente sanguíneo y como cualquier otro virus, no puede sobrevivir en forma independiente, sino que debe hacerlo en el interior de una célula. El VIH tiene la particularidad de invadir y destruir a los linfocitos CD4, subgrupo de los glóbulos blancos, encargados de dirigir el funcionamiento de todo el sistema inmunológico.

Dentro del linfocito CD4 el virus comenzará a reproducirse hasta destruirlo, transmitiendo su información genética de forma tal que se crearán nuevas células, que en lugar de defender al individuo destruirán las células que deberían defenderlo. De este modo, a medida que el virus se reproduce, el organismo se hace cada vez más vulnerable quedando disminuida su capacidad de defensa ante la presencia de otras enfermedades.

**2** El sida, síndrome de inmunodeficiencia adquirida, es la etapa avanzada de la infección por VIH que se caracteriza por la aparición de síntomas de enfermedades llamadas marcadoras, es decir, aquellas que típicamente están relacionadas con el avance de la infección ante el deterioro del sistema inmunológico..

# Queremos saber de...



## Abstinencia y Condones contra el VIH



Antes de iniciar una vida sexual activa, es importante que las y los jóvenes conozcamos las opciones que tenemos para evitar infectarnos con el Virus de Inmunodeficiencia Humana, VIH, durante una relación sexual. Aquí te compartimos las alternativas más seguras:

### Abstinencia

¿Para qué correr si aún no sabes gatear? Eso decía mi abuelita cuando yo quería hacer algo para lo que aún no estaba preparada. Cuando apenas tu cuerpo está cambiando, y eres todavía una o un adolescente, pensar en tener una vida sexual activa es una situación complicada.

Tu cuerpo puede estar listo fisiológicamente, pero tu mente y tus emociones no lo están. Recuerda que las relaciones sexuales son la causa más frecuente de la transmisión del virus. La abstinencia es una decisión personal, y nadie puede obligarte a tener relaciones sexuales.

Si eres hombre, no te dejes presionar por el resto del grupo: ¿sabías que la mayoría

de patojos que dicen que “ya lo han hecho”, solo están mintiendo? Lo hacen para presumir, o para presionar a otro y así obligarlo a tener relaciones sexuales prematuramente.

Si eres mujer, no te dejes seducir por el primer patojo que te pida la famosa “prueba de amor”; nadie, bajo ninguna circunstancia puede obligarte a mantener relaciones sexuales. Esa debe ser tu decisión.

Sabemos que por ser joven la presión de grupo es muy fuerte, pero en esta publicación te invitamos a pensar, antes de actuar.

**Espera...**

**¡ No corras antes de gatear!**

## Preservativos

Condomes, gorras, “con don guayo”, “con don lencho”, ¿con qué otros nombres has conocido a esta funda delgada de látex que se utiliza sobre el pene?

Los condones son recomendados para ser utilizados SIEMPRE que se mantengan relaciones sexuales, ya que al evitar el intercambio de fluidos corporales también estaremos evitando infectarnos con el VIH.

Pueden decirte muchas cosas: que no se siente lo mismo, que no es igual, que al natural es mejor, pero te recomendamos que simplemente no experimentes. Si ya has decidido conscientemente mantener una vida sexual activa, lo mejor es que siempre tengas un condón a la mano, y que lo uses en forma correcta.

**Tener relaciones sexuales con preservativo no significa desconfiar de la pareja, simplemente quiere decir que uno se cuida y cuida a su pareja.**

Un preservativo o condón puede salvarte la vida, y no importa si eres hombre o mujer, igualmente debes saber cómo colocarlo, cómo retirarlo del pene y otras reglas básicas como: no utilizar dos condones juntos y utilizar un condón nuevo para cada relación sexual.

Adquiere el compromiso con tu pareja de detenerse y colocar un condón antes de tener relaciones. Los condones pueden conseguirse sin receta y a precios accesibles en farmacias o tiendas, también puedes obtenerlos en los centros de salud. Recuerda que con poco dinero y mucha responsabilidad puedes salvar tu vida.



# EL INTRUSO

¡CÓMPORTE DEL VIH... LLEGA PARA QUEDARSE!

## LA PRUEBA DE AMOR



¿CÓMO CREÉS INOCENCIA?  
CORRÉS MUCHOS  
RIESGOS, PODÉS  
QUEDAR EMBARA-  
ZADA O TE  
PODÉS INFECTAR  
CON EL VIH

PERO EL YON MAYCOL DICE  
QUE SON Puros CUENTOS,  
QUE SON INVENTOS  
PARA QUE LOS JÓVENES  
NO TENGAMOS RELACIONES  
SEXUALES

NO LE CREÁS NADA,  
VAMOS AL CENTRO  
DE SALUD, ALLI ESTÁ  
ALFREDO, TALVEZ  
A ÉL SI LE CREÉS

AY ROSITA, PERO  
HABLAR ESAS COSAS  
CON ALFREDO A MI  
ME DA VERGÜENZA

MEJOR  
AGUANTATE  
LA VERGÜENZA,  
QUE INFECTARTE  
DE VIH

ALFREDO, TALVEZ TU LE  
PUEDES EXPLICAR MEJOR  
A INOCENCIA DE LOS RIES-  
GOS DE LAS RELACIONES  
SEXUALES SIN PROTECCIÓN

LO QUE DICE ROSITA ES  
CIERTO, EL VIH PUEDE  
ENTRAR EN TU CUER-  
PO SI TIENES RELACIO-  
NES CON ALGUIEN QUE  
SEA PORTADOR

¿Y YON MAYCOL  
ES PORTADOR  
PÜES?

PÉRO YO QUIERO A  
YON MAYCOL, Y SI NO  
LO HACEMOS, ÉL ME VA  
A DEJAR

NO PUEDES  
ARRIESGARTE, EL  
VIH ES UN INTRUSO  
QUE SI LLEGA A TU  
VIDA LO HARÁ  
PARA QUEDARSE

NADIE PUEDE  
OBLIGARTE A  
TENER RELACIO-  
NES  
SEXUALES

AL DÍA SIGUIENTE...

HOY ES  
EL DÍA!!!

QUE PASÓ MI REINITA,  
¿VIENE DISPUESTA A  
TODO? HOY ES EL  
DÍA

NO YON MAYCOL, USTED HA ANDADO  
CON MUCHAS MUJERES, PODRÍA ESTAR  
INFECTADO CON EL VIH

YA LE DIJE  
QUE ESO DEL  
VIH NO  
EXISTE

CLARO QUE EXISTE,  
USTED PODRÍA TENER  
EL VIRUS, SALGA DE  
DUDAS Y HÁGASE UNA  
PRUEBA

PÉRO INOCENCIA  
¿DE DÓNDE SACÓ  
TODAS ESAS  
IDEAS?

DE UNA VEZ  
LE DIGO QUE  
ESTA REINA SE  
LE VA...

¿QUE PASARÁ CON YON MAYCOL? ¿SE REALIZARÁ UNA PRUEBA DE ELISA? ¿ESTARÁ INFECTADO DEL VIH?

HAY MUCHOS COMO YON MAYCOL Y COMO INOCENCIA, PERO QUE EN VEZ DE PENSAR BIEN LAS COSAS LO ENTREGAN TODO EN "UNA PRUEBA DE AMOR" Y NO SE DETIENEN A PENSAR QUE EN UNA RELACIÓN SEXUAL SIN PROTECCIÓN, PUEDE ABRIRLE LA PUERTA AL INTRUSO, QUE LLEGA PARA QUEDARSE.

# El preguntón

*Este es un compendio de las preguntas que con más frecuencia las y los jóvenes plantean sobre el VIH y el sida:*

**¿Qué es el VIH y qué es el sida?**

El VIH, virus de Inmunodeficiencia Humana, infecta a las personas, enfermándolas seriamente y reduciendo sus defensas personales. El sida, síndrome de inmunodeficiencia adquirida, se desarrolla, generalmente, entre los 2 y 10 años transcurridos después de la infección por el VIH. Una persona con sida finalmente muere de enfermedades causadas por infecciones relacionadas con el VIH.

**¿Cómo adquiere uno la infección por el VIH?**

Tu puedes infectarte si la sangre, el semen o el fluido vaginal de alguien que tiene el VIH entra en tu cuerpo. Algunas de las circunstancias principales que lo ponen a uno en riesgo de adquirir el VIH son:

*Tener relaciones sexuales con una persona que tiene el VIH sin usar cada vez un condón correctamente.*

*Inyectarse drogas por vía intravenosa con agujas contaminadas con el VIH.*

*Punzarse, tatuarse, hacerse cortaduras en el cuerpo con agujas, navajas u otros objetos cortantes que no han sido esterilizados y están contaminados con el VIH.*

Además, los niños pueden infectarse en el útero, durante el parto o durante el amamantamiento si la madre tiene el VIH.

**¿Puedo ser infectado por el VIH si practico el coito oral o anal, pero no el coito vaginal?**

Sí, tanto el coito oral, como el anal, te colocan de igual manera en una situación de riesgo para ser infectado por el VIH.

**¿Puedo adquirir el VIH si tengo relaciones sexuales con una persona infectada que no ha adquirido el virus en sus relaciones sexuales, sino de otra manera?**

Sí. Las personas con el VIH pueden pasar el virus a otros a través de cualquier comportamiento que permita transmitir el VIH, sea como sea la forma en que ellas lo adquirieron.

**¿Puedo adquirir el VIH a través del contacto ocasional con personas infectadas?**

No. No es posible infectarse por ir a la misma escuela, usar el mismo inodoro, beber del mismo vaso

## Lo que las y los jóvenes queremos saber...

o hacer cualquier otra cosa que no expone a que entren en el cuerpo la sangre, el semen o los fluidos vaginales de una persona infectada.

Los besos con una persona infectada no pueden transmitir el VIH a menos que la saliva o la sangre de la persona infectada se mezcle con la sangre suya al pasar, por ejemplo, a través de cortaduras o llagas.

**¿Puedo adquirir el VIH por la picadura de mosquitos u otro tipo de insectos?** No. El VIH no se transmite por picadura de mosquitos, ni de otros insectos.

**¿Existe alguna vacuna que pueda protegerme contra el VIH?** No. Se están realizando investigaciones pero hasta ahora no se ha desarrollado una vacuna contra el VIH.

**¿Hay alguna manera 100% eficaz de protegerme contra el VIH?**

Sí. Puedes evitar la infección por VIH si:

- Te abstienes de tener relaciones sexuales, o bien si tu y tu pareja tienen relaciones sexuales solo entre ustedes y están seguros de que ninguno de los dos ha sido infectado por el VIH. (La única manera de estar seguros de que tú y tu pareja están libres del VIH, es sometiéndose a una prueba para determinar la presencia del virus, e ir juntos a recoger los resultados)
- No compartes con otros agujas, ni te punzas ni tatúas el cuerpo, no te cortas con agujas, navajas u otros objetos cortantes que otros pueden haber usado sin esterilizarlos después.

**Si tengo el VIH y tengo relaciones sexuales con alguien que no está infectado, ¿me ayudará eso a curarme?**

No. Al estar infectado/a con el VIH y tener relaciones sexuales inseguras puedes infectar a la otra persona.

**¿Hay alguna cura para el VIH?**

No. Una vez que estás infectado/a, el VIH permanecerá en tu cuerpo por el resto de tu vida.

Adaptado de: [www.infoforhealth.org](http://www.infoforhealth.org)



# Al estilo de los CHAVOS

Al Estilo de los Chavos, es una ventana de expresión para las y los jóvenes y adolescentes que desean expresar sus opiniones y dudas sobre el tema del VIH. Si tú quieres expresar tus ideas al respecto, entra a [www.comunicares.com](http://www.comunicares.com), y envíanos tu comentario, lo publicaremos en la **página web**.



**Marizol Ajanel**

“Cuando tenemos la oportunidad de conocer a una persona con VIH, y sabemos poco sobre el virus, nos sentimos desconfiados y temerosos de infectarnos. No cabe duda que las y los jóvenes debemos informarnos muy bien sobre todo lo relativo al VIH. Solo así lograremos prevenir la infección y evitar su propagación. Si nos informamos bien podremos formarnos ideas claras sobre el tema.”

Informarnos para Formarnos

“Una persona con VIH es una persona normal, únicamente que vive con un virus. Si el virus es tratado, la persona infectada puede vivir largamente. Si conoces a una persona con VIH tienes que respetarla, y motivar a los demás a que la respeten. Si tú vives con VIH recuerda que tienes los mismos derechos que tienen todas las personas. Es cierto que las personas que viven con VIH tienen que cuidarse más y tener más precauciones, pero pueden realizar cualquier trabajo, estudiar, divertirse y tener amigos y amigas.”



**Pablo Cruz**

“Cuando una persona que está cercana a nosotros está infectada con el VIH nos afecta, y muchas veces por la poca información nosotros mismos discriminamos. El VIH afecta la salud de las personas infectadas, pero nuestra discriminación afecta su salud mental. El sentirse discriminados es una carga muy pesada para quienes están infectados con el virus, sobre todo si se da por parte de quienes estamos más cercanos a ellos y ellas.”

No se contagia con besos  
abrazos ni apapachos...  
**NO DISCRIMINES...**

VIH...

Trabajo, Estudio, Diversión y Amigos,  
Derechos de las personas con VIH.



**Gabriela Aragón**

# en la red @

Las y los jóvenes estamos siempre a la vanguardia. Queremos conocer sitios nuevos e informarnos utilizando la tecnología. Por eso te presentamos estos sitios web en donde puedes informarte sobre formas de prevención de VIH y sida en línea... haz click!

<http://www.ops.org.bo/its-vih-sida/?TE=20040628161708>

<http://www.unicef.org.gt/>

[http://www.unicef.org/voy/spanish/explore/aids/explore\\_aids.php](http://www.unicef.org/voy/spanish/explore/aids/explore_aids.php)

<http://www.onusida.org.co/>



**[www.comunicares.com](http://www.comunicares.com)**

**El lugar donde puedes aprender más sobre VIH y sida**

# noti- juventud

## CHISPAS AL AIRE:



Es el programa producido por niños y niñas y dirigido a la niñez guatemalteca. Puedes escucharnos todos los viernes a las 3:00 de la tarde a través de Radio Cadena Sonora, 96.9 en la Ciudad Capital, o en cualquiera de sus 29 frecuencias en todo el país. También puedes sintonizarnos en audio real a través de [www.sonora.com.gt](http://www.sonora.com.gt).  
Escríbenos a [chispasalair@gmail.com](mailto:chispasalair@gmail.com)

## RADIONOVELA EL INTRUSO:



Es una serie juvenil de 20 capítulos que narra historias de amor, aventura y amistad, y que te adentrará en la realidad del VIH, que es el intruso que llega para quedarse. Estamos en Juventud al Aire y en Encuentro de Expresiones. Conócenos en [www.comunicares.com](http://www.comunicares.com)

## Encuentro de Expresiones:



Es la radio revista semanal que producimos las y los jóvenes comunicadores en Quetzaltenango. Hablamos de nuestros derechos, tocamos temas de interés y nos divertimos cada semana. Escúchanos todos los sábados a las 9:00 horas a través de Stereo FM Arco Iris, en San Juan Ostuncalco 93.7 FM.

## JUVENTUD AL AIRE:



Es la radio revista producida por jóvenes y dirigida a jóvenes. Realizamos entrevistas, sondeos de opinión, cápsulas informativas y reportajes; pero no nos olvidamos de la diversión, así que hay buena música, chistes y comentarios deportivos. Escúchanos los domingos a las 9:00 horas en TGW, La Voz de Guatemala, en el 107.3 FM. O si lo prefieres enlázate en [www.radiotgw.gob.gt](http://www.radiotgw.gob.gt).  
Escríbenos a [juventudalair@gmail.com](mailto:juventudalair@gmail.com).

# Reflexiona!

## ESTIGMATIZACIÓN Y DISCRIMINACIÓN

Dos términos diferentes pero que igualmente responden negativamente a la realidad de quienes viven con VIH.

Desde que el VIH y el Sida fueron identificados por los científicos, las respuestas de miedo, negación, estigmatización y discriminación no se han hecho esperar.

Para entender mejor los términos, diremos que estigmatizar significa marcar a alguien con hierro candente. Esta práctica se remonta a la Grecia clásica, donde los grupos marginados eran marcados con hierro caliente como señal permanente de su condición. Se ha descrito como una característica que “desprestigia considerablemente” a una persona ante los ojos de los otros.

También tiene importantes consecuencias en la forma en que las personas se perciben a sí mismas. La estigmatización describe un proceso de desvaloración más que un rasgo. Es decir, no es una característica de la persona, sino una idea que otra persona se hace de ella. A partir de esto se facilita y promueve la discriminación.

El término discriminar por su parte significa dar trato de inferioridad a una persona. Con frecuencia la familia y la comunidad perpetúan la estigmatización y la discriminación en parte por miedo, por ignorancia, o porque resulta cómodo culpar a quienes primero se han visto afectados.

Podemos decir entonces que como estigmatizar y discriminar son prácticas cotidianas, las personas no hacen nada por cambiar estas actitudes y comportamientos, más bien continúan repitiéndolas.



Esto es lo más cómodo y refleja una falta de compromiso y respeto hacia la persona. Todos los seres humanos merecemos el mismo respeto y tenemos la misma dignidad, sea cual sea la posición social y el estado de salud. La discriminación contra las personas que viven con el VIH, o que se sospecha que están infectados, es una violación clara de los derechos humanos.

En todo el mundo, la ignorancia, la falta de conocimientos, el miedo y la negación han generado consecuencias graves, y han negado el acceso a tratamientos, servicios y apoyo a las personas que viven con el VIH, dificultando el trabajo de prevención.

Las y los jóvenes debemos comprender que estigmatizar y discriminar son conductas inaceptables. Debemos aprender más bien, a prevenir la infección con el virus en nosotros mismos, a conocer qué conductas nos ponen en riesgo y cuáles nos protegen y sobre todo comprender que las personas con el VIH son personas que tienen derecho a la salud, al trabajo, a la familia, a la protección y a ser tratados con igualdad, atendiendo a sus necesidades especiales.

**Digamos NO a la discriminación y estigmatización de las personas que viven con VIH.**

# Términos importantes

## Persona con VIH

Cuando una persona presenta anticuerpos frente al VIH se dice que es una persona viviendo con el VIH. Esto quiere decir que el individuo está infectado con el VIH y por lo tanto lo puede transmitir a otras personas.

El vivir con VIH no significa que se padece de sida, ni predice la evolución hacia la enfermedad. Toda persona que vive con VIH permanece infectada, por ello debe tomar precauciones que disminuyan los riesgos de evolución hacia el sida y eviten que otras personas se expongan y se infecten con el virus.

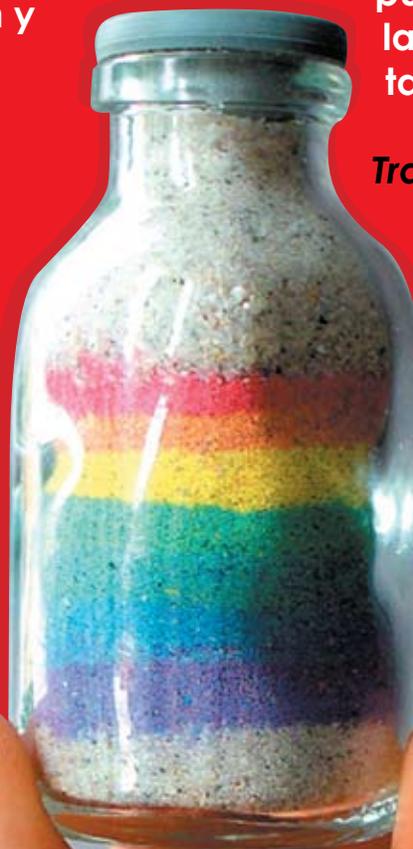
**ANTIRRETROVIRALES:**  
Medicamentos para el tratamiento de la infección por el retrovirus VIH, causante del sida.

## FORMAS DE TRANSMISIÓN DEL VIH:

**Transmisión Sexual:** Forma de transmisión del VIH que se produce durante el acto sexual sin protección.

**Transmisión por vía Parenteral o sanguínea:** Forma de transmisión del VIH a través de la sangre por medio de jeringas contaminadas que se da por la utilización de drogas intravenosas. También por recibir una transfusión de sangre contaminada; puede darse también durante la realización de piercings, y tatuajes.

**Transmisión Vertical:** Transmisión del VIH de madre a hijo. Puede ocurrir durante el embarazo, durante el parto o al amamantar al bebé.



# Ponte a Prueba

¿Qué tanto has aprendido en esta publicación?

Une con una línea el concepto a la descripción:

ANTIRRETROVIRALES

Siglas en Inglés de la Enzyme-Linked Imuno Sorbent Assay, que es la prueba sanguínea que se practica para la detección del VIH.

VERTICAL

Marcar a alguien con hierro candente.

ESTIGMATIZAR

Medicamentos para el tratamiento de la infección por el retrovirus vih, causante del sida.

ELISA

Virus de la Inmunodeficiencia Humana.

VIH

Transmisión del VIH de madre a hijo.

Encuentra las siguientes palabras en esta sopa de letras:

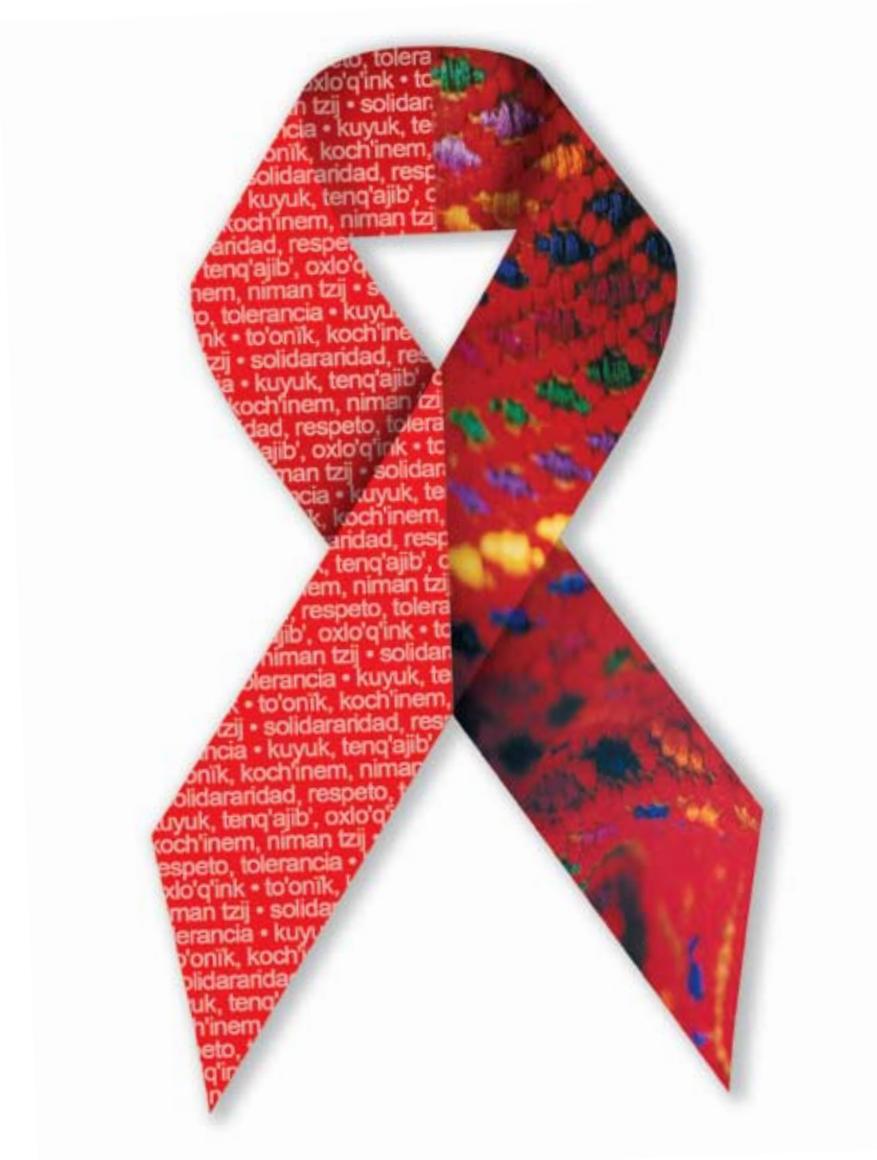
síndrome - condón - abstinencia - protección - sangre - virus - preservativo  
fidelidad - aguja - sexual

s v s r s b t m p  
p i a f t z o a r  
r r n i u l p b e  
o u g d a i o s s  
t s r e r c e t e  
e a e l a o u i r  
c s c i d n m n v  
c e e d f d b e a  
i x g a h o d n t  
o u i d j n f c i  
n a p o m e v i v  
b l k a g u j a o



# TU VIDA

está en tus manos...



**¡Cuidate del VIH,  
llega para quedarse!**

