

## **SABER PARA DECIDIR**

### *Vías de transmisión del VIH*

#### **OBJETIVOS**

---

- Ofrecer herramientas para la prevención del VIH/sida
- Conocer las principales vías de transmisión del VIH
- Introducir el concepto de reducción de riesgos
- Facilitar la expresión de miedos y dudas sobre el VIH/sida

#### **DURACIÓN**

---

55 min.

#### **PERSONAS DESTINATARIAS**

---

La dinámica es adaptable a distintos espacios de realización y a niveles de atención y madurez diversas. Se ha llevado a cabo con jóvenes entre 14 y 21 años en los siguientes espacios:

- Espacios de educación formal (centros de secundaria obligatoria y post-obligatoria, universidades, etc.)
- Espacios de educación no formal (educación en el tiempo libre)
- Espacios comunitarios (casales de jóvenes, espacios de barrio)
- Centros de justicia juvenil
- Centros Residenciales de Acción Educativa (CRAE)

#### **ESPACIO**

---

Una sala con espacio para escribir individualmente (mesas individuales o mesa amplia) y espacio para poder trabajar luego en grupo.

#### **MATERIAL**

---

- *ANEXO 01. Cuestionario*
- *ANEXO 02. Respuestas del cuestionario*
- *ANEXO 03. Breve introducción sobre el VIH/sida*
- Bolígrafos

#### **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

---

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes; de ellas y ellos hacia la persona referente; pero también de ésta persona hacia las y los jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la persona referente.
  
2. Se reparte un cuestionario (*ANEXO 01*) por persona y se explica que deben responder de forma individual SI/NO en función de lo que piensen [*Posible variación 1 y 2*]. Debe especificarse que no se trata de un examen, sino de un ejercicio que tal y como indica el nombre de la dinámica nos permite “saber más” y así poder decidir. Al tratarse de una actividad sobre lo que sabemos y no sabemos, existe un mayor riesgo de sentirse juzgado/a. Para intentar reducirlo, se hará hincapié en que sobre el VIH/sida y sus vías de transmisión hay muchos falsos mitos, y que no pasa nada por equivocarse, que es “normal”. El objetivo de la actividad también es desmontar esos mitos. Igualmente, nadie va a ser evaluada/o ni obligada/o a mostrar las respuestas que no quiera mostrar. Es importante enfatizar que esta primera parte es individual, y que luego tendremos tiempo para poner en común lo que cada uno y cada una quiera. [*Posible variación 3 y 4*].
  
3. Una vez respondido el cuestionario, les preguntaremos sobre aquellas cuestiones que les han generado más dudas. Este será el punto de partida de las explicaciones de contenido, porque las dudas son una forma de generar interés. La persona referente de la actividad intentará resolverlas apoyándose en el *ANEXO 02. Respuestas del cuestionario* y el *ANEXO 03. Breve introducción sobre el VIH/sida*. Hay que tener en cuenta que algunos de los enunciados no tienen una respuesta de SI/NO específicamente. Con estos enunciados se pretende generar debate.
  
4. Preguntaremos también sobre aquellas cuestiones en las que los/las jóvenes han tenido más clara la respuesta. En estas cuestiones, las respuestas no necesariamente serán las correctas. Precisamente por eso, esta parte de la dinámica puede abrir espacios interesantes de debate en el grupo y de aprendizajes significativos. Es importante ir recordando el pacto del no-juicio.
  
5. Finalmente comentaremos las preguntas que hayan quedado sin comentar, empezando por las que, a criterio de la persona referente de la actividad, sean más interesantes para el grupo.

## CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	TIEMPO
Presentación actividad y respuesta al cuestionario individual	10 min.
Puesta en común	40 min.

## + INFORMACIÓN

---

- SIDA STUDI. [Preguntas frecuentes sobre VIH-sida.](#)
- FUNDADEPS. [Guía de actuación en VIH/Sida para agentes de salud.](#)
- Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat. CJAS. [Sida i altres Infeccions de Transmissió Sexual \(ITS\)](#)
- Canal Salut Sexe Joves. [Infeccions de Transmissió Sexual](#)

























## POSIBLES VARIACIONES DE LA PROPUESTA

---

1. Aunque esta actividad está pensada para realizarse con un grupo, puede también llevarse a cabo con un/a referente y un/a joven, de forma individual.
2. En lugar de repartir el cuestionario, pueden usarse algunas de las preguntas, a criterio de la persona referente, para abrir un debate con el grupo.
3. Todas las personas se ponen en fila. Se indica que su izquierda es SI (hay riesgo) y su derecha NO (no hay riesgo). La persona referente de la actividad lee las afirmaciones del cuestionario y las y los jóvenes deberán situarse en un lado u otro en función de sus opiniones. La propuesta es que nadie se puede quedar en medio, pero existe la posibilidad de colocarse más o menos cerca del extremo del SÍ o del NO para visibilizar matices. Una vez todo el grupo se ha desplazado, quién quiera puede explicar su posicionamiento. Si durante las argumentaciones alguien quiere cambiar de lugar puede hacerlo y, si quiere, puede explicar el porqué de este cambio.
4. Todo el grupo se sienta en círculo. Se reparte a cada joven una tarjeta roja y una tarjeta verde. La persona referente de la actividad lee en voz alta las afirmaciones del cuestionario y las y los jóvenes levantarán la tarjeta verde o roja en función si creen que hay riesgo (SI-VERDE) o no hay riesgo (NO-ROJA). Después de cada afirmación, quién quiera puede argumentar su posicionamiento.

## ANEXO 01. Cuestionario

### CUESTIONARIO

¿HAY RIESGO DE TRANSMISIÓN DEL VIH?	SI	NO
1. Si tenemos contacto con algún animal o si recibimos picaduras de mosquitos u otros insectos.		
2. Si hemos estado con un chico y le hemos hecho una felación (estimulación del pene mediante los labios o la boca) sin que eyaculara en nuestra boca.		
3. Si le damos un apretón de manos, un abrazo y/o un beso a una persona con VIH.		
4. Si tenemos una relación sexual con penetración vaginal sin preservativo.		
5. Si hemos estado con una chica y le hemos hecho un cunnilingus (estimulación de la vulva mediante los labios o la boca).		
6. Si tenemos relaciones homosexuales.		
7. Si nos damos un morreo apasionado.		
8. Si realizamos penetración anal sin preservativo.		
9. Si tenemos una relación sexual con trabajadoras o trabajadores sexuales.		
10. Si donamos sangre o nos realizamos un análisis dentro del sistema sanitario.		
11. Si tenemos una relación sexual con alguien que no tiene “buena pinta”.		
12. Si utilizamos siempre el preservativo en las relaciones sexuales.		

## ANEXO 02. Respuestas al cuestionario

### RESPUESTAS CUESTIONARIO <sup>1</sup>

¿HAY RIESGO DE TRANSMISIÓN DEL VIH?				SI	NO																																
<p><b>1.</b> Si tenemos contacto con algún animal o si recibimos picaduras de mosquitos u otros insectos.</p> <p>El VIH es el virus de inmunodeficiencia humana. Esto significa que solo puede replicarse dentro del cuerpo humano. Fuera de este se desactiva en segundos, de forma que ningún animal (insecto o cualquier otro) lo puede transmitir.</p>																																					
<p><b>2.</b> Si hemos estado con un chico y le hemos hecho una felación (estimulación del pene mediante los labios o la boca) sin que eyaculara en nuestra boca.</p> <p>La transmisión del VIH por vía sexual se da cuando hay un contacto determinado entre uno de los fluidos transmisores de una persona infectada (sangre, semen, flujo vaginal) y una mucosa de otra persona (recto, interior de la vagina, glande, boca). Hay un fluido, el líquido pre-seminal, sobre el cual no hay ninguna evidencia científica que pueda confirmar o descartar su capacidad transmisora del VIH.</p> <p>No todos los fluidos tienen la misma capacidad transmisora (porque sus cargas virales son distintas), y no todas las mucosas son igual de vulnerables. Por orden de capacidad de transmisión y de vulnerabilidad, podemos ordenar fluidos y mucosas en las escalas siguientes:</p> <table border="1" data-bbox="322 1285 1361 1653"> <thead> <tr> <th></th> <th>FLUIDOS TRANSMISORES (vías de salida)</th> <th>MUCOSAS (puertas de entrada)</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Capacidad transmisora</td> <td></td> <td></td> <td>Vulnerabilidad</td> </tr> <tr> <td>+</td> <td></td> <td></td> <td>+</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Sangre</td> <td>Recto</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Semen</td> <td>Interior vagina</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Flujo vaginal</td> <td>Glande</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Líquido pre-seminal (¿?)</td> <td>Boca</td> <td></td> </tr> <tr> <td>-</td> <td></td> <td></td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> <p>Así, en la felación, la persona que estimula con la boca está en contacto con fluidos que pueden transmitir el VIH, sin embargo debido a la cantidad y capacidad transmisora de estos fluidos, y a que la mucosa de la boca es una de las menos vulnerables, el riesgo es muy bajo, especialmente si la eyaculación se produce fuera de la boca. A pesar de eso, científicamente no puede asegurarse que el riesgo sea nulo.</p>					FLUIDOS TRANSMISORES (vías de salida)	MUCOSAS (puertas de entrada)		Capacidad transmisora			Vulnerabilidad	+			+		Sangre	Recto			Semen	Interior vagina			Flujo vaginal	Glande			Líquido pre-seminal (¿?)	Boca		-			-		
	FLUIDOS TRANSMISORES (vías de salida)	MUCOSAS (puertas de entrada)																																			
Capacidad transmisora			Vulnerabilidad																																		
+			+																																		
	Sangre	Recto																																			
	Semen	Interior vagina																																			
	Flujo vaginal	Glande																																			
	Líquido pre-seminal (¿?)	Boca																																			
-			-																																		

<sup>1</sup> Los enunciados 2, 5, 6, 9 y 11 no tienen respuesta. Los dos primeros porque no se puede asegurar que NO al 100%, y los tres últimos porque están pensados para generar debate alrededor de algunos prejuicios.

## ***ANEXO 03. Breve introducción sobre VIH/sida<sup>1</sup>***

### **¿Qué es el VIH?**

VIH son las siglas del virus de la inmunodeficiencia humana. Destacamos las siguientes características de este virus:

- su material genético necesita de otro material para funcionar y reproducirse, concretamente el de las células CD4, que sólo se hallan en nuestra sangre y cumplen un papel esencial en el sistema inmunitario.
- por lo tanto, el VIH actúa sobre el sistema inmunitario, cuya función es proteger al organismo de diferentes agentes infecciosos (hongos, bacterias, parásitos, otros virus...).
- sólo se desarrolla en las personas, no sobrevive en otros organismos, ya que sólo las personas disponemos de células CD4 (necesarias para la reproducción del VIH).

El VIH se adquiere, es decir, pasa a través de unos fluidos corporales determinados y llega a la sangre de una persona a través de unas vías concretas.

Cuando una persona se ha infectado del VIH, decimos que es **seropositiva, VIH+** (VIH positiva), y lo más probable es que no presente síntomas específicos hasta transcurridos unos años.

### **¿Qué es el sida?**

El sida (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) es la enfermedad provocada por la infección del VIH (virus de la inmunodeficiencia humana).

Una persona enferma de sida tiene varias enfermedades, debido a que el sistema inmunitario está muy débil a causa de la acción del VIH.

Cuando el virus entra en el organismo de una persona, a diferencia de lo que ocurre con otros virus, no provoca ningún tipo de síntoma específico que permita confirmar la presencia de la infección por VIH. Lo que el VIH provocará en el cuerpo es una lenta pero progresiva debilitación del sistema de defensas.

Transcurrido un amplio período de tiempo, el sistema inmunitario ha perdido su capacidad de defensa: cualquier infección afecta al organismo, y se pueden sufrir varias enfermedades oportunistas a la vez, ya que el sistema no puede reaccionar ante ellas. Es entonces cuando se considera que una persona seropositiva está en **fase de sida**.

---

<sup>1</sup> Extraído de: SIDA STUDI. [Preguntas frecuentes sobre VIH-sida](#).