

## SABER PER DECIDIR

### *Vies de transmissió del VIH*

#### OBJECTIUS

---

- Oferir eines per a la prevenció del VIH/sida
- Conèixer les principals vies de transmissió del VIH
- Introduir el concepte de reducció de riscos
- Facilitar l'expressió de pors i dubtes sobre el VIH/sida

#### DURADA

---

55 min.

#### PERSONES DESTINATÀRIES

---

La dinàmica és adaptable a diferents espais de realització i a nivells d'atenció i maduresa diversos. S'ha dut a terme amb joves d'entre 14 i 21 anys en els següents espais:

- Espais d'educació formal (centres de secundària obligatòria i postobligatòria, universitats, etc.)
- Espais d'educació no formal (educació en el temps lliure)
- Espais comunitaris (casals de joves, espais de barri)
- Centres de justícia juvenil
- Centres Residencials d'Acció Educativa (CRAE)

#### ESPAI

---

Una sala amb espai per escriure individualment (taules individuals o taula àmplia) i espai per poder treballar després en grup.

#### MATERIAL

---

- ANNEX 01. *Qüestionari*
- ANNEX 02. *Respostes del qüestionari*
- ANNEX 03. *Breu introducció sobre el VIH/sida*
- Bolígrafs

## DESENVOLUPAMENT DE L' ACTIVITAT

---

1. Expliquem i pactem les normes de l'espai: respectar-se, escoltar-se, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes direccions: entre les i els joves; d'elles i d'ells cap a la persona referent; però també d'aquesta persona cap a les i als joves. Per exemple, seria especialment contraproductiu que els i les joves se sentissin jutjats/des per la persona referent.
2. Es reparteix un qüestionari (ANNEX 01) per persona i s'explica que han de respondre de manera individual SÍ/NO en funció del que pensen [*Possible variació 1 i 2*]. S'ha d'especificar que no es tracta d'un examen, sinó d'un exercici que tal com indica el nom de la dinàmica ens permet "saber més" i així poder decidir. En tractar-se d'una activitat sobre el que sabem i no sabem, existeix un major risc de sentir-se jutjat/da. Per intentar reduir-ho, es farà èmfasi que sobre el VIH/sida i les seves vies de transmissió hi ha molts falsos mites, i que no passa res per equivocar-se, que és "normal". L'objectiu de l'activitat també és desmuntar aquests mites. Igualment, ningú serà avaluada/at ni obligada/at a mostrar les respostes que no vulgui mostrar. És important emfatitzar que aquesta primera part és individual, i que després tindrem temps per posar en comú el que cadascú/na vulgui. [*Possible variació 3 i 4*].
3. Un cop respost el qüestionari, els preguntarem sobre aquelles qüestions que els han generat més dubtes. Aquest serà el punt de partida de les explicacions de contingut, perquè els dubtes són una manera de generar interès. La persona referent de l'activitat intentarà resoldre-les recolzant-se en l'ANNEX 02 (Respostes del qüestionari) i l'ANNEX 03 (Breu introducció sobre el VIH/sida). Cal tenir en compte que alguns dels enunciats no tenen una resposta de SÍ/NO específicament. Amb aquests enunciats es pretén generar debat.
4. Preguntarem també sobre aquelles qüestions en les quals els/les joves han tingut més clara la resposta. En aquestes qüestions, les respostes no necessàriament seran les correctes. Precisament per això, aquesta part de la dinàmica pot obrir espais interessants de debat en el grup i d'aprenentatges significatius. És important anar recordant el pacte del no-judici.
5. Finalment comentarem les preguntes que hagin quedat sense comentar, començant per les quals, a criteri de la persona referent de l'activitat, siguin més interessants per al grup.

## CRONOGRAMA

---

Presentació activitat i resposta al qüestionari individual	10 min.
Posada en comú	40 min.
Avaluació	5 min.

## + INFORMACIÓ

---

- SIDA STUDI. [Preguntes freqüentes 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](#)

























## POSSIBLES VARIACIONS DE LA PROPOSTA

---

1. Tot i que aquesta activitat està pensada per realitzar-se amb un grup, pot també dur-se a terme amb un/a referent i un/a jove, de manera individual.
2. En lloc de repartir el qüestionari, poden usar-se algunes de les preguntes, a criteri de la persona referent, per obrir un debat amb el grup.
3. Totes les persones es posen en fila. S'indica que la seva esquerra és SÍ (hi ha risc) i la seva dreta NO (no hi ha risc). La persona referent de l'activitat llegeix les afirmacions del qüestionari i les i els joves hauran de situar-se en un costat o l'altre en funció de les seves opinions. La proposta és que ningú es pot quedar al mig, però hi ha la possibilitat de col·locar-se més o menys a prop de l'extrem del SÍ o del NO per visibilitzar matisos. Un cop tot el grup s'ha desplaçat, qui vulgui pot explicar el seu posicionament. Si durant les argumentacions algú vol canviar de lloc, pot fer-ho i, si vol, pot explicar el perquè d'aquest canvi.
4. Tot el grup s'asseu en cercle. Es reparteix a cada jove una targeta vermella i una targeta verda. La persona referent de l'activitat llegeix en veu alta les afirmacions del qüestionari i les i els joves aixequen la targeta verda o vermella en funció si creuen que hi ha risc (SÍ-VERDA) o no hi ha risc (NO-VERMELLA). Després de cada afirmació, qui vulgui pot argumentar el seu posicionament.

## ANNEX 01. Qüestionari

### QÜESTIONARI

<b>¿HI HA RISC DE TRANSMISSIÓ DEL VIH?</b>		<b>SÍ</b>	<b>NO</b>
1.	Si tenim contacte amb algun animal o si rebem picades de mosquits o altres insectes.		
2.	Si hem estat amb un noi i li hem fet una fel·lació (estimulació del penis mitjançant els llavis o la boca) sense que ejaculi a la nostra boca.		
3.	Si donem la mà, fem una abraçada i/o un petó a una persona amb VIH.		
4.	Si tenim una relació sexual amb penetració vaginal sense preservatiu.		
5.	Si hem estat amb una noia i li hem fet un cunnilingus (estimulació de la vulva mitjançant els llavis o la boca).		
6.	Si tenim relacions homosexuals.		
7.	Si fem una morrejada apassionada.		
8.	Si realitzem penetració anal sense preservatiu.		
9.	Si tenim una relació sexual amb treballadores o treballadors sexuals.		
10.	Si donem sang o ens realitzem unes anàlisis dins del sistema sanitari.		
11.	Si tenim una relació sexual amb algú que no té "bona pinta".		
12.	Si utilitzem sempre el preservatiu en les relacions sexuals.		

## ANNEX 02. Respostes al qüestionari.

### RESPOSTES QÜESTIONARI <sup>1</sup>

HI HA RISC DE TRANSMISSIÓ DEL VIH?				SÍ	NO																																
<p><b>1.</b> Si tenim contacte amb algun animal o si rebem picades de mosquits o altres insectes.</p> <p>El VIH és el virus d'immunodeficiència humana. Això significa que només pot replicar-se dins el cos humà. Fora d'aquest, es desactiva en segons de manera que cap animal (insecte o qualsevol altre) el pot transmetre.</p>																																					
<p><b>2.</b> Si hem estat amb un noi i li hem fet una fel·lació (estimulació del penis mitjançant els llavis o la boca) sense que ejaculi a la nostra boca.</p> <p>La transmissió del VIH per via sexual es dona quan hi ha un contacte determinat entre un de fluids transmissors d'una persona infectada (sang, semen, flux vaginal) i una mucosa d'una altra persona (recte, interior de la vagina, gland, boca). Hi ha un fluid, el líquid preseminal, sobre el que no hi ha cap evidència científica que pugui confirmar o descartar la seva capacitat transmissora del VIH.</p> <p>No tots els fluids tenen la mateixa capacitat transmissora (perquè les seves càrregues virals són diferents), i no totes les mucoses són igual de vulnerables. Per ordre de capacitat de transmissió i de vulnerabilitat, podem ordenar els fluids i mucoses en les escales següents:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>FLUIDS TRANSMISSORS (vies de sortida)</th> <th>MUCOSES (portes d'entrada)</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Capacitat transmissora</td> <td></td> <td></td> <td>Vulnerabilitat</td> </tr> <tr> <td>+</td> <td></td> <td></td> <td>+</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Sang</td> <td>Recte</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Semen</td> <td>Interior vagina</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Flux vaginal</td> <td>Gland</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Líquid preseminal (¿?)</td> <td>Boca</td> <td></td> </tr> <tr> <td>-</td> <td></td> <td></td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> <p>Així, en la fel·lació, la persona que estimula amb la boca està en contacte amb els fluids que poden transmetre el VIH. No obstant per la quantitat i capacitat transmissora d'aquests fluids, i que la mucosa de la boca és una de les menys vulnerables, el risc és molt baix, especialment si l'ejaculació es produeix fora de la boca. Tot i això, científicament no pot assegurar-se que el risc sigui nul.</p>					FLUIDS TRANSMISSORS (vies de sortida)	MUCOSES (portes d'entrada)		Capacitat transmissora			Vulnerabilitat	+			+		Sang	Recte			Semen	Interior vagina			Flux vaginal	Gland			Líquid preseminal (¿?)	Boca		-			-		
	FLUIDS TRANSMISSORS (vies de sortida)	MUCOSES (portes d'entrada)																																			
Capacitat transmissora			Vulnerabilitat																																		
+			+																																		
	Sang	Recte																																			
	Semen	Interior vagina																																			
	Flux vaginal	Gland																																			
	Líquid preseminal (¿?)	Boca																																			
-			-																																		
<p><b>3.</b> Si donem la mà, fem una abraçada i/o un petó a una persona amb VIH.</p>																																					

<sup>1</sup> Els enunciats 2, 5, 6, 9 i 11 no tenen resposta. Els dos primers perquè no es pot assegurar que NO al 100%, i els tres últims perquè estan pensats per generar debat entorn d'alguns prejudicis.

## **ANNEX 03. Breu introducció sobre VIH/sida<sup>1</sup>**

### **¿Què és el VIH?**

VIH són les sigles del virus de la immunodeficiència humana. Destaquem les següents característiques d'aquest virus:

- el seu material genètic necessita un altre material per funcionar i reproduir-se, concretament el de les cèl·lules CD4, que només es troben en la nostra sang i compleixen un paper essencial en el sistema immunitari.
- per tant, el VIH actua sobre el sistema immunitari, la funció del qual és protegir a l'organisme de diferents agents infecciosos (fongs, bacteris, paràsits, altres virus)
- només es desenvolupa en les persones, no sobreviu en altres organismes, ja que només les persones disposem de cèl·lules CD4 (necessàries per a la reproducció del VIH).

El VIH s'adquireix, és a dir, passa a través d'uns fluids corporals determinats i arriba a la sang d'una persona a través d'unes vies concretes.

Quan una persona s'ha infectat del VIH, diem que és **seropositiva, VIH +** (VIH positiu), i el més probable és que no presenti símptomes específics fins transcorreguts uns anys.

### **¿Què és la sida?**

La sida (síndrome d'immunodeficiència adquirida) és la malaltia provocada per la infecció del VIH (virus de la immunodeficiència humana).

Una persona malalta de sida té diverses malalties, ja que el sistema immunitari està molt dèbil a causa de l'acció del VIH.

Quan el virus entra a l'organisme d'una persona, a diferència del que passa amb altres virus, no provoca cap tipus de símptoma específic que permeti confirmar la presència de la infecció per VIH. El que el VIH provocarà al cos és una lenta però progressiva debilitació del sistema de defenses.

Transcorregut un ampli període de temps, el sistema immunitari perd la seva capacitat de defensa: qualsevol infecció afecta a l'organisme, i es poden patir diverses malalties oportunistes alhora, ja que el sistema no pot reaccionar-hi. És llavors quan es considera que una persona seropositiva està en **fase de sida**.

---

<sup>1</sup> Extret de: SIDA STUDI. [Preguntes freqüents sobre VIH-sida](#).