

# Prevención en pacientes VIH positivos

**Vilmary Sierra Rosa, MD, AAHIVS**

Presidente de la Asociación de Médicos Tratantes de VIH de PR  
Facultativa Florida/Caribbean AIDS Education and  
Training Center del Recinto de Ciencias Médicas de la UPR

Ayudar a los pacientes a reducir el riesgo de transmisión de VIH es una de las herramientas más importantes en las últimas campañas del Departamento de Salud de los Estados Unidos.

La mayoría de los pacientes con VIH desea reducir el contagio, tanto entre pacientes seropositivos como a personas seronegativas. Por eso, están más atentos a no adquirir una reinfección o a no contagiarse de otras enfermedades de transmisión sexual.

Como médicos, tenemos la posibilidad de ayudarlos a lograr ese objetivo. Múltiples estudios confirman que un tercio de los médicos que dan servicios de salud a pacientes con VIH no preguntan sobre la vida sexual ni sobre el uso de drogas. Los pacientes reportan que les gustaría discutir sus dudas sobre prevención con sus médicos. Se debe perder el miedo de preguntarles sobre sus costumbres, tanto sexuales como del uso de drogas. El acercamiento debe ser individualizado y confidencial, considerando el modo de vida, la escolaridad, el trabajo y la zona de residencia. La confianza es la clave para lograr una comunicación abierta que ayude al paciente con sus preocupaciones, educándolo y haciendo extensiva esa educación a su familia, a sus amigos y a su pareja.

Para ayudar a los pacientes a hacer cambios en sus comportamientos, debemos conocer las etapas de:

- **Precontemplación:** el paciente aún no está listo para cambiar. Debemos discutir con él las razones por las que debería cambiar sus comportamientos de riesgo.
- **Contemplación:** el paciente está abierto a contemplar un cambio en el futuro. Se le debe ayudar a ponerse metas y fechas para esos cambios.
- **Preparación:** el paciente está listo para el cambio y evaluaría con su médico lo que requiere para cambiar.
- **Acción:** el paciente está trabajando activamente con el cambio y compartiéndolo en su entorno. Debemos apoyarlo y discutir cómo está cambiando.
- **Mantenimiento:** el paciente ya ha hecho cambios en su comportamiento, se empodera para continuarlos y

discutir los métodos que ha utilizado para hacerlo.

- **Recaída:** puede suceder repetidas veces o nunca. De ocurrir, se dialoga sobre lo que pasó y por qué se volvió al comportamiento anterior. Se buscan y establecen nuevas formas de manejar la situación.

Para los pacientes VIH positivos, hay una serie de puntos importantes que deben considerarse:

- **Uso de condón:** muchos no lo utilizan por miedo al qué dirán, porque no les gusta a sus parejas o a ellos mismos. Debemos enseñar al paciente a negociar con argumentos como “debemos protegernos porque te quiero, para no adquirir otras enfermedades o para evitar una reinfección o embarazos no deseados” o “me protejo porque me quiero y me respeto”.
- **Uso de drogas:** podemos ayudar al paciente o dirigirlo a una organización para desintoxicación. De no poder entrar a un programa de desintoxicación, se le puede estimular al intercambio de jeringuillas.
- **Prácticas sexuales:** evaluar las prácticas sexuales de cada paciente y explicarle los riesgos de las mismas y explorar cómo reducir o evitar esos riesgos.
- **Cernimiento:** evaluar la necesidad de controles según cada caso, en general cada 6 meses.
- **Salud mental:** determinar si el paciente tiene algún trastorno, como depresión o bipolaridad, y tratarlo.
- **Terapia antirretroviral:** verificar si el paciente está familiarizado con su tratamiento y si le es cómodo seguirlo. Una buena adherencia es favorece a reducir la carga viral y evitar el contagio y la reinfección.

Siempre es bueno asegurarnos de que el paciente conozca bien su condición y lo que debe hacer para mejorar y reducir el contagio. Así, cuando el paciente tenga que hablar con su familia, su pareja o sus amigos, podrá explicar su situación y evitar miedos y acabar con el estigma del “contagio” por un abrazo, un beso o por compartir la misma mesa.

La salud de nuestros pacientes no depende solo de ellos; depende también de cuánto nosotros podamos educarlos para ayudarlos. 