



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Marcia Guadalupe Gordillo Santiago*

*Nombre del tema: psicología y SIDA, estrategias para la prevención del SIDA*

*Parcial:3*

*Nombre de la Materia: psicología de la salud*

*Nombre del profesor: Luis Angel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura: licenciatura en enfermería*

*Cuatrimestre: primer cuatrimestre*

## INTRODUCCION

En este tema el objetivo principal es informar al lector sobre el tema de psicología y SIDA y estrategias para la prevención de SIDA, indagarlo hacia la prevención, su importancia, cuidados, etc. Pero principalmente como afecta esta enfermedad hablando psicológicamente al individuo y como este lo asimila y lo lleva a cabo en su día a día.

El **VIH-SIDA** es considerado un virus de la inmunodeficiencia humana, virus que ataca el sistema inmunitario del cuerpo.

A el punto de vista de la sociedad mal informada, muchos piensan de este virus puede ser transmitido de formas absurdas como el simple contacto con la persona que lo contrae, pero la verdad es que es imposible que una persona pueda contraer el virus de esta forma.

Por este tipo de pensamientos en la sociedad, estas mismas personas pueden llegar al extremo de tratar mal a la persona que ya tiene este virus, lo cual a estas personas llegan a entrar en un transe o etapa de depresión o incluso a no decir a las personas a su alrededor o a sus mismas familias que tiene el virus, por miedo a ser rechazados por ellos.

En nuestro punto de vista, la sociedad está muy mal informada sobre este tema del VIH-SIDA, siendo este un tema muy importante para la sociedad, en especial para las nuevas generaciones, es decir, los adolescentes ya que estos son los más mal informados.

Los adolescentes hoy en día empiezan su vida sexual a muy temprana edad (entre los 14 a 19 años), y las consecuencias de no estar informados son los embarazos no deseados, pero también **las infecciones de transmisión sexual, una de ellas obviamente el VIH-SIDA**.

En la época actual es importante que las escuelas se den información a los alumnos para así prevenir ya sean embarazos no deseados y también las infecciones de transmisión sexual, **VIH-SIDA**.

## DESARROLLO

¿ que es el **VIH- SIDA**?

Virus de la inmunodeficiencia humana, virus que ataca el sistema del cuerpo, si el VIH no se trata puede causar SIDA ( síndrome de inmunodeficiencia adquirida.

Lamentablemente en la actualidad no hay una cura eficaz, una vez que contraes el virus, se tiene de por vida.

A todo esto ¿Qué diferencia hay entre el virus **VIH y SIDA**?

**VIH:** virus que causa la infección, el **VIH** daña el sistema inmunitario al reducir las células CD4.

**SIDA:** Es la última etapa de la infección por el **VIH**

° A medida que la infección por el **VIH** se convierte en SIDA, incrementa la concentración del **VIH** en el cuerpo y disminuye la calidad de células CD4.

° Los medicamentos para tratar el **VIH** pueden evitar que dicha infección se convierta en **SIDA**.

° Sin los medicamentos contra el **VIH**, el **VIH** se convierte en **SIDA** en unos 10 años aproximadamente.

En pocas palabras que si no tratamos a tiempo el **VIH** este se convierte a la última etapa que es el **SIDA**, por eso es importante el que la persona que ya tenga el virus del **VIH** tenga el tratamiento y la siga al pie de la letra, para así evitar que este se convierta en **SIDA**.

La persona que esta pasando por este proceso de que tiene que vivir de por vida con una enfermedad y /o virus es algo que puede afectar en lo psicológico, y puede hasta desarrollar trastornos de salud mentales como:

- ° Dificultad para contarles a otras personas sobre el diagnóstico del **VIH**.
- ° Estigma y discriminación con el **VIH**.
- ° Perdida de apoyo social y aislamiento.
- ° dificultad para obtener un servicio de atención a la salud mental.

Las personas con **VIH**, se sienten personas que son un error en la sociedad, familia y en su propia vida, a causas de que contraen el virus, y de cómo la sociedad eh incluso puede ocurrir la discriminación de parte de algún encargado de salud.

¿Cuáles son algunas señales de alerta de algún problema de salud mental?

Los cambios en cómo se sienten o actúa una persona puede ser una señal de alerta de algún problema de salud mental, por ejemplo:

- ° Perder el interés en actividades en las que le eran agradables.
- ° Sentir un tristeza persistente o un vacío
- ° Sentir ansiedad y estrés.

Es muy importante ponerle atención a este tipo de reacciones y/o comportamiento que tengan estas personas que sufren esto.

Pero también así como hay cambios malos en lo psicológico hay como controlarlo o hacer que la persona no piense mucho en el problema , para poder mejorar su salud mental como por ejemplo:

- ° Unirse a un grupo de apoyo.
- ° Probar la meditación, el yoga o la respiración profunda para relajarse.
- ° Dormir lo suficiente, comer alimentos saludables y mantenerse físicamente activo.

Todos sabemos que el tratamiento para el **VIH** debe ser multidisciplinar. Lo que implica un gran trabajo donde psicólogos y neuropsicólogos contribuyan una gran parte fundamental del trabajo.

Sabemos que existe una estrecha relación entre el estado emocional y el sistema inmune. Por ello el acompañamiento debe comenzar desde el momento en el que se sospecha de la infección y la persona se va a realizar la prueba para confirmar si esta infectado.

Los psicólogos ayudan a procesar la información presentada y la adaptación en el estilo de vida, esto permite disminuir el impacto psicológico.

Todo esto conlleva que la persona con el **VIH** enfrente un proceso de adaptación psicológica y física, con objetivo de que la persona acepte vivir con tal condición, desarrollando una actitud fuerte para enfrentar los cambios drásticos y hábitos nuevos en la vida.

Ahora hablaremos de el tema que es demasiado importante también, que son las estrategias para la prevención del **SIDA**

En la actualidad se han realizado notables progresos en el tratamiento farmacológico del **SIDA**, las terapias combinadas con los antirretrovirales nos permiten hablar del sida como una enfermedad crónica.

Pues ahora bien, según la ONU **SIDA**, cerca de las dos terceras partes de todas las infecciones previstas, pudieron evitarse si se intensifican las estrategias de prevención existentes.

Esto quiere decir que si la sociedad estuviera más informada sobre cuáles son las prevenciones existentes la tasa de infecciones no estaría tan alta.

La intervención preventiva en el ámbito del **SIDA** tiene como objetivo eliminar o disminuir el riesgo de aparición del **VIH** para toda la población, intentando:

- a) Promover habilidades y comportamientos que eviten o disminuyan el número de nuevas infecciones.( prevención primaria)
- b) Favorecer que las personas portadoras del **VIH** retrasen en la medida de lo posible el periodo sintomático del SIDA.(prevención secundaria)
- c) Lograr que los enfermos que han desarrollado la enfermedad gocen de una buena calidad de vida y del apoyo social y sanitario adecuado.( prevención terciaria)

Al referirnos a prevención en general lo hacemos a aquellas acciones y este protocolo se puede alcanzar de 3 maneras.

- 1) Incrementando el grado de información a la población sobre la infección del **VIH**.
- 2) Promoviendo conductas sexuales saludables, en especial en el uso del preservativo.
- 3) Favoreciendo la adaptación ciudadana hacia los programas y medidas de prevención de la infección, en especial con la población mas vulnerable.

Prevención de la transmisión por vía sanguínea o parental, en estos días el riesgo se contrae por transfusión sanguínea, o por utilización de material de inyección ya usado. otro problema es en las personas drogadictas que entre ellas se prestan las jeringas ya usadas entre ellos.

Esta vía de adquisición resulta algo preocupante en varios países de américa latina entre ellos: argentina, Brasil, chile, paraguay, mexico y puerto rico.

Para ello existen programas de apoyo de reducción de riesgo por ejemplo: programas con sustitutivos de las drogas inyectables, de intercambio de jeringuillas, programa de

dispensación de heroína, salas de inyección de mucho menos riesgo o programas de la promoción del sexo seguro.

## **ESTRATEGIAS**

### **° Reducir las nuevas infecciones del VIH**

- ° Intensificar el trabajo de prevención del en las comunidades donde esta mas centrado
- ° Expandir el trabajo para prevenir la infección basadas en una estrategia efectiva
- ° Educar a todos los mexicanos sobre la amenaza del VIH y como prevenirlo
- ° Incrementar el acceso a la atención y mejorar los resultados de salud para las personas que viven con el virus.
- ° Apoyar a las personas que viven con VIH con enfermedades simultaneas.
- ° Reducir las discapacidades y falta de equidad relacionadas con el VIH.
- ° Reducir la mortalidad en comunidades de mayor riesgo.
- ° Dar información clara a lo adolescentes
- .° Que en las escuelas no tengan miedo a hablar sobre estos temas que son muy importantes
- ° Que también en los hospitales estén capacitados y puedan dar información del tema.
- ° Que los hospitales tengan el mejor tratamiento para la persona que contenga el virus.
- ° Que los hospitales cuenten con un psicólogo para apoyar al paciente en su nieva forma de vivir y que lo tome de buena manera.

## CONCLUSION

Principalmente el objetivo de este importante tema es que el lector se lleve una gran enseñanza del tema que lo lleve a cabo para que el lector no pase por ese doloroso camino, que tome conciencia y que imparta esta información a las de más personas para así poder evitar más contagios en México, para que así se tome conciencia, porque pasar por esto no es nada fácil, también es importante informar las personas ignorantes que discriminan a las personas que lamentablemente contraen el virus sufren un gran cambio psicológico como físicamente, es por eso que también es importante que la sociedad sepa de esta información para que no hagan sentir mal a la persona con el virus.

Como es también importante que todos los hospitales proporcionen información de como prevenir el virus a todas las personas, pero en especial a los adolescentes, como anteriormente mencionamos que los adolescentes empiezan una vida sexual a una temprana edad y estos o la mayoría de ellos no están muy bien informados del tema.

Es importante que tanto los padres y las escuelas, empiecen a dar información a los alumnos para su bienestar y que no contraigan una infección de transmisión sexual como lo es el VIH-SIDA y/o también tener un embarazo no deseado en la adolescencia

Informar a los drogadictos que comparten las jeringuillas para consumir la sustancia o droga ya que estos son los más desinformados del país y son los que salen más infectados.

En pocas palabras no importa la edad, sexo, orientación sexual o religión, todos debemos de estar informados para así poder prevenir muchas mas infecciones en nuestro país.

Espero y este ensayo sea de mucha ayuda.

## **BIBLIOGRAFIA**

Universidad sel sureste2022 antologia de psicología.pdf

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/fo88dab872632c553dbcc5996aecf4f6-LEN103,%20PSICOLOGIAYSALUD.pdf>

nhas-fact-sheet-es.pdf <https://files.hiv.ov>