

Resiliencia para la calidad de vida: Más allá de la indetectabilidad.

Iván Zaro Rosado¹
Asociación Imagina MÁS, Madrid



Mensajes clave

- Las mejoras desde la perspectiva médica o sanitaria en la atención a las personas con el VIH no son suficientes para conseguir que éstas disfruten del mayor nivel posible de bienestar físico y de salud mental, así como que tengan una buena calidad de vida relacionada con su salud.
- El envejecimiento prematuro; la prevalencia de trastornos de salud mental; las necesidades relacionales y el estigma interiorizado o externo son factores por los que una gran parte de las personas con el VIH siente que su condición crónica de salud limita su vida. Por ello, es necesario atender estos factores de manera multidisciplinar con el fin de mejorar el cuidado de la salud y la calidad de vida de las personas con el VIH.
- La comunidad de personas con el VIH forma parte de los cuidados que se ofrecen en el proyecto mediante la figura de los “Mentores”, desarrollada por 14 personas con el VIH que prestan apoyo a personas recién diagnosticadas, así como a aquéllas que necesiten hablar sobre su situación con otras iguales.

Introducción/Antecedentes

- Desde 2012, este proyecto complementa la labor realizada desde las Unidades de Infecciosas de los hospitales de atención a las personas con el VIH, poniendo de relieve que el abordaje del VIH debe:
 - Ser holístico.
 - Integrar los diferentes aspectos que influyen en la mejora de la calidad de vida de las personas con el VIH, como la salud mental; los comportamientos saludables; la adherencia y tolerancia al tratamiento antirretroviral o el estigma y el auto – estigma.
 - Contar con la participación de la propia comunidad a la hora de ofrecer los cuidados necesarios.
- Por tanto, lleva más de una década cuidando de la salud mental de las personas con el VIH y trabajando la resiliencia para que la propia comunidad sea parte de la respuesta ante la infección.

Métodos

- El proyecto combina diferentes tipos de estrategias, actividades e intervenciones, como:
 - Apoyo a personas con el VIH y a sus parejas afectivo – sexuales a través de intervenciones de prevención primaria y/o secundaria.
 - Acompañamiento social; counselling y promoción de habilidades orientadas hacia el cuidado de la salud, junto a intervenciones orientadas al apoyo entre iguales y la atención psicológica (individual, de pareja y grupal).
 - Atención presencial (en contextos hospitalarios, en la sede de la organización y en espacios informales -como parques y cafeterías-) y atención telemática.
 - Abordaje del auto - estigma de forma transversal, junto a otra sintomatología psicológica.
 - Participación de personas con el VIH como beneficiarias del proyecto y como parte del equipo a través de la figura de “Mentores”.

Resultados

- Atención psicológica individual (Figura 1):
 - 104 personas con el VIH reciben atención psicológica y sexológica individual.
 - Se celebran 739 sesiones de atención psicológica y sexológica individual.
 - Se realizan 450 intervenciones de apoyo social y de counselling.
 - El 100% valora con un mínimo de 7 sobre 10 tanto el apoyo prestado como el nivel de profesionalidad de dicho apoyo.
 - Más del 80% valora con un mínimo de 7 sobre 10 la mejora de su autonomía.
 - El 100% valora que la actividad ha cubierto su necesidad inicial.
- Terapia grupal (Figura 2):
 - 27 personas reciben apoyo psicológico a nivel grupal.
 - Se celebran 16 sesiones relacionadas con 2 grupos de empoderamiento para personas con el VIH.
 - El 100% valora con un mínimo de 7 sobre 10 el apoyo prestado; el nivel de profesionalidad de dicho apoyo y la mejora de su autonomía tras participar en esta actividad.
 - El 100% valora que la actividad ha cubierto su necesidad inicial.
- Mentores – Apoyo emocional entre iguales (Figura 3):
 - 14 personas con el VIH participan como “Mentores”, apoyando a 29 iguales.
 - El 100% de las personas apoyadas valora con un mínimo de 7 sobre 10 el apoyo prestado; el nivel de profesionalidad de dicho apoyo y la mejora de su autonomía tras participar en esta actividad.
 - El 100% de las personas apoyadas valora que se ha cubierto su necesidad inicial.

Conclusiones

- El proyecto fortalece a la comunidad de personas con el VIH al favorecer:
 - Una intervención y apoyo multidimensional de los que forman parte la propia comunidad.
 - La protección de su salud sexual y la de sus parejas afectivo – sexuales.
 - La mejora de su calidad de vida y el retraso del progreso de su condición crónica de salud.

Agradecimientos: Al equipo de la Asociación Imagina MÁS por su calidad profesional en la atención a las personas con el VIH. Al Hospital de Getafe y a la Clínica Legal en el ámbito del VIH y sida de CESIDA por su participación en las sesiones de terapia grupal. A los centros de atención primaria, hospitales y centros de atención a las adicciones, entre otros recursos públicos y comunitarios, con los que Imagina MÁS trabaja de manera cotidiana para mejorar la atención integral a personas con el VIH en todo el territorio español.

Figura 1. Mejora de la autonomía tras participar en atención psicológica.

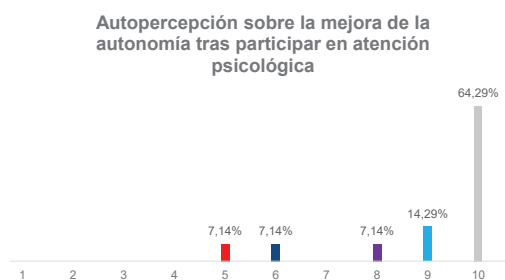


Figura 2. Mejora de la autonomía tras participar en terapia grupal.

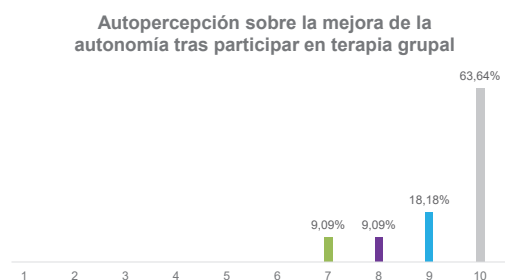


Figura 3. Mejora de la autonomía tras participar en Mentores.

