

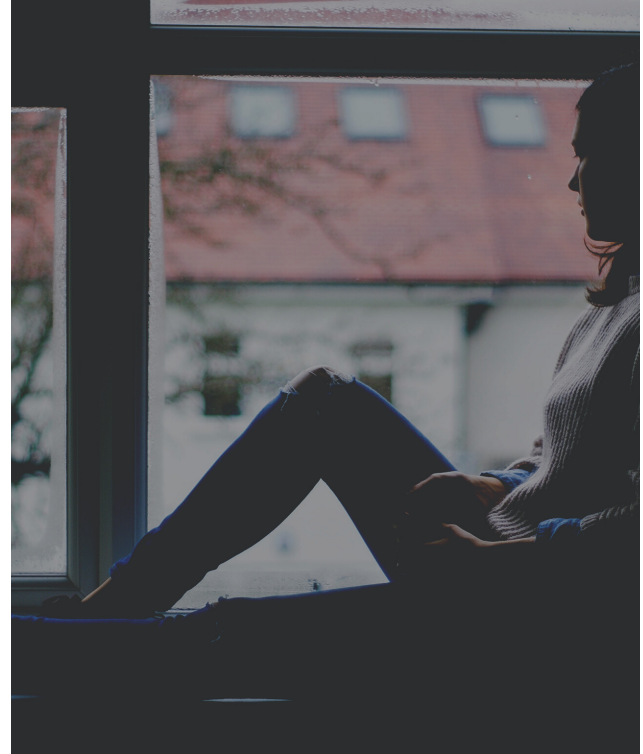
OUR+CARE OC

UN BOLETÍN CREADO POR PERSONAS CON VIH
PARA PERSONAS CON VIH

¿QUÉ ES EL ESTIGMA POR EL VIH?

El estigma por el VIH son las actitudes, las acciones y las opiniones negativas hacia las personas que tienen VIH (PLWH) o que tienen riesgo de contraerlo. El estigma puede afectar de forma negativa a la salud mental de una persona, a sus posibilidades de conseguir trabajo y a sus relaciones. También puede tener un impacto perjudicial en la salud de las PLWH. El estigma por el VIH puede hacer que una persona se sienta demasiado asustada para averiguar si tiene VIH, para recibir atención o para seguir con el tratamiento.

Cuando una persona con VIH tiene sentimientos o pensamientos negativos sobre sí misma por tener el virus, se llama “estigma internalizado” o “estigma propio”. El estigma propio puede hacer que una persona se sienta triste, sola y avergonzada. Incluso puede afectar a la capacidad de una persona para continuar con su atención y sus medicamentos para tratar el VIH. Derribar el estigma es una parte importante para terminar con la epidemia del VIH.



ESTIGMA POR EL VIH: CIFRAS



9 de cada 10 americanos creen que todavía hay estigma por el VIH

El 88% de los americanos están de acuerdo en que “la gente se apresura a juzgar a los que tienen VIH”

El 51% de los americanos que no pertenecen a la comunidad LGBTQ creen tener conocimiento sobre el VIH

Encuesta sobre el estado del estigma por el VIH 2020 (State of HIV Stigma Poll 2020), GLAAD
www.glaad.org/endhivstigma

ESTIGMA POR EL VIH HOY EN DÍA

El estigma por el VIH continúa siendo un problema a nivel mundial. Algunos de los mismos temores sobre el VIH que había en la década de 1980 siguen presentes hoy en día. En una encuesta sobre el estigma por el VIH que hizo GLAAD*, aproximadamente, 9 de cada 10 americanos creen que “todavía hay estigma por el VIH”. En la encuesta también se mostró que el 88 % de los americanos están de acuerdo en que “la gente se apresura a juzgar a los que tienen VIH”. La mayoría de los americanos todavía no saben mucho sobre el VIH, por ejemplo, cómo se transmite y que puede tratarse. En el Estudio sobre el estado del estigma por el VIH (State of HIV Stigma Study)* se descubrió que solo la mitad de los americanos tienen información sobre el VIH.

*Encuesta sobre el estado del estigma por el VIH 2020, GLAAD

¿QUÉ SE PUEDE HACER CONTRA EL ESTIGMA POR EL VIH?

Cuando apoyamos a las PLWH, podemos ayudar a que les sea más fácil llevar una vida sana. Si quiere saber cómo puede ayudar a terminar con el estigma por el VIH, aquí le damos algunas ideas:

HABLE DEL VIH

Hablar del VIH con otras personas puede ayudar a hacer del tema algo normal. Además, da la oportunidad de corregir los mitos y los estereotipos sobre el VIH. Hablar del VIH también puede ayudar a otros a saber más sobre el tema. Al hablar del tema, las palabras que usamos son importantes. Aprenda a hablar del VIH y del estigma de

una manera que dé apoyo usando la Guía de lenguaje antiestigma.
<https://www.cdc.gov/stophivtogether/spanish/hiv-stigma/ways-to-stop.html#Stigma-Language-Guide>

APOYO EN ACCIÓN

Es importante hablar abiertamente y actuar cuando vea que otros se comportan de manera estigmatizante. Lea las situaciones de ejemplo que muestran cómo el estigma por el VIH puede ocurrir en muchos entornos y aprenda a tomar medidas aquí:
<https://www.cdc.gov/stophivtogether/spanish/hiv-stigma/stigma-scenarios.html>

RECURSOS

CDC: Estigma por el VIH
www.cdc.gov/hiv/basics/hiv-stigma

Campaña de OC contra el estigma
www.ochealthinfo.com/about-hca/public-health-services/services/diseases-conditions/disease-information/hiv-planning-6

Recursos de salud mental de OC para PLWH
www.ochealthinfo.com/about-hca/public-health-services/services/diseases-conditions/disease-information/hiv-planning-1#mental

Cómo enfrentarse al estigma
www.hiv.gov/hiv-basics/overview/making-a-difference/standing-up-to-stigma

CÓMO ENFRENTARSE AL ESTIGMA



- ✓ **Hable abiertamente** del VIH y del estigma.
- ✓ Elija usar **lenguaje de apoyo** que no sea estigmatizante.
- ✓ Hable con claridad para **corregir mitos** y **estereotipos**.
- ✓ **Infórmese** e informe a los demás.



¿NO SABE CÓMO SE VE EL

ESTIGMA POR VIH?

Aquí le damos algunos ejemplos:

1. Creer que solo ciertos grupos de personas pueden contraer el VIH.
2. Rechazar el contacto casual con alguien que tiene VIH.
3. Aislar socialmente a un miembro de la comunidad porque tiene VIH.

#StopHIVtogether



COMITÉ DE CONTROL DE LA CALIDAD DE LOS SERVICIOS PARA PERSONAS CON VIH DEL CONDADO DE ORANGE

Este es un proyecto del Comité de Control de la Calidad de los Servicios para Personas con VIH del condado de Orange (Orange County HIV Quality Management Committee) y del Comité de Defensa de los Clientes con VIH (HIV Client Advocacy Committee). El Comité de Control de la Calidad de los Servicios para Personas con VIH del condado de Orange trabaja para mejorar la calidad de los servicios que ofrece Ryan White. Si tiene comentarios o sugerencias para futuros boletines, comuníquese con Kristin Alix escribiendo a KALix@ochca.com

