

**EMPRESAS COMPROMETIDAS  
EN LA RESPUESTA AL VIH/SIDA**



# CHARLAR SOBRE VIH EN FAMILIA



**Cuadernillo de información básica para las  
familias de empleados de**

## ¿POR QUÉ ES NECESARIO HABLAR SOBRE SEXUALIDAD PARA HABLAR DE VIH?

Todos somos seres sexuados desde que nacemos. Aprendemos sobre sexualidad en el momento en que nos abrazan; nos nombran; nos colocan ropa azul o rosa; nos permiten jugar solo con muñecas o autitos; o cuando vemos a nuestros padres bañándose desnudos. Es decir que no solo hablamos de los cuerpos y las diferencias de nuestros genitales, también nos referimos al cariño, el respeto y afecto, los roles de género, entre muchas otras cosas.

Hablar del preservativo también es hablar sobre sexualidad y esto suele generar muchos miedos para quienes son padres y madres, ya que muchas veces como adultos se sienten en el deber de tener todas las repuestas. Pero la sexualidad no tiene respuestas únicas y hablar sobre estos temas en familia requiere de un ejercicio de auto-reflexión en el que se aprende de forma conjunta, reconociendo las propias creencias y enfrentado los miedos, el desconocimiento y la falta de información.

Hablar sobre sexualidad como un tema más de la vida familiar nos brinda la oportunidad de preparar a nuestros hijos para el inicio de su vida sexual, fortaleciendo sus capacidades para que puedan vivir su sexualidad de la mejor forma, sin presiones, con libertad, seguridad y placer.

Como adultos, tenemos el desafío de ayudarlos a decidir en las mejores condiciones y para esto es necesario enfrentarnos a nosotros mismos e informarnos, y no esperar a que aparezcan dificultades como pueden ser infecciones de transmisión sexual (incluyendo el VIH), embarazos adolescentes o violencia en la pareja.

Este es el momento. Nunca es tarde para hablarles sobre estos temas, y así como tienen la responsabilidad de acompañarlos en su crecimiento, también pueden darles herramientas para tener una sexualidad sana, libre y placentera.

## LAS FAMILIAS SON UN ESPACIO IDEAL PARA LA PREVENCIÓN:

En una encuesta realizada en el 2012<sup>1</sup>, se les preguntó a jóvenes de entre 16 y 19 años, cuáles son los temas, relacionados con la sexualidad sobre los que les gustaría conocer más. Las respuestas, en orden de importancia, fueron: prevención del VIH, métodos anticonceptivos, embarazo adolescente, prevención del embarazo, sexualidad adolescente, infecciones de transmisión sexual, violencia y abuso, y relaciones sexuales.

Los chicos buscan y quieren información, y las familias son un importante espacio para transmitirla de forma clara y precisa. Esta información podría revertir las siguientes cifras:

- ▣ Las infecciones por VIH en Argentina son en su mayoría por transmisión sexual. Se calcula que aproximadamente el 88% de las casi 5000 infecciones que se dan anualmente es por esta vía<sup>2</sup>.
- ▣ En el país, se estima que el inicio de las relaciones sexuales es a los 15 años<sup>3</sup>.
- ▣ Los adolescentes conocen que hay métodos anticonceptivos, pero no todos ellos conocen su uso adecuado o tienen fácil acceso a ellos.
- ▣ Los adolescentes tienen el uso del preservativo más asociado a prevenir embarazos que a prevenir las infecciones de transmisión sexual.
- ▣ Sólo el 38% de los chicos hacen consultas médicas referidas a su salud sexual y reproductiva.
- ▣ Sólo un 39% de los adolescentes han tenido información sobre los métodos anticonceptivos por parte de sus familiares.

---

1 Datos de una encuesta que se hizo a nivel nacional con una muestra de 1100 adolescentes y jóvenes entre los 16 y los 19 años. Fundación Huésped & UNICEF Argentina (2012). Conocimientos, actitudes y prácticas en VIH y Salud Sexual y Reproductiva y uso de tecnologías de la información y la comunicación entre adolescentes de Argentina. Buenos Aires.

2 ONU SIDA & Ministerio de Salud de la Nación. Datos epidemiológicos 2011.

3 Fundación Huésped & UNICEF Argentina (2012). Op. Cit.

- ▣ La mayoría de los adolescentes saben que el VIH se transmite por relaciones sexuales sin protección, la mitad sabe la forma de transmisión sanguínea y una mínima parte (4%) sabe de la transmisión de madre a hijo.
- ▣ Un 13% de las adolescentes encuestadas estaba o estuvo embarazada al momento de realizarse la investigación, y el porcentaje es mayor en la franja entre los 16-17 años.
- ▣ Sólo el 11% de los adolescentes se realizó alguna vez el test de VIH.
- ▣ El 40% de los adolescentes presenta un alto nivel de discriminación hacia las personas con VIH.

Para elegir la fuente de información sobre sexualidad, los adolescentes dicen que la confianza, la claridad y la calidad son los tres valores que les permite acercarse a esa información.

## A MANERA DE DECÁLOGO: HERRAMIENTAS PARA LOS PADRES PARA HABLAR DEL TEMA

Nunca nadie te preparó para ser padre, mucho menos para hablar sobre sexualidad a tus hijos. A veces se espera hasta que sean “grandecitos” para comenzar a hablar, y otras veces se deja que ellos aprendan por su cuenta. La verdad es que tus hijos aprenderán, pero la mayoría de las veces tendrán DES-Información por parte de la TV, la radio, sus amigos o de Internet. Por eso es mejor que tus hijos te consideren como una fuente confiable de información. Para eso, te dejamos algunas recomendaciones:

**1** No te preocupes por informar de más o anticipadamente. Tus hijos asimilarán la información que puedan y demostrarán aburrimiento acerca de lo que no entienden. Lo que sí van a aprender es que pueden hablar con vos.

**No representa ningún riesgo brindar información anticipadamente.**

**2** Cuando son más pequeños enfocá la respuesta en lo que específicamente te están preguntando. Primero consultales por qué preguntan y qué saben sobre el tema en cuestión. Con estas dos preguntas podrás detectar qué entienden acerca de qué están preguntando y, también, reconocerás la información que tienen.

**Para un niño el sexo no tiene el mismo sentido emocional que para un adulto, porque no cargan con los prejuicios y los miedos que socialmente existen. Por eso es recomendable hablar naturalmente sobre sexualidad, sin necesidad de dar mayores detalles sobre la genitalidad, si esto no es lo que el niño esta preguntando.**

**3** Hablá honestamente, sin asustarte, retarlos o castigarlos. Si tu respuesta es negativa, o les respondés “No, ahora no es bueno que sepas de eso” cuando tus hijos te preguntan, por ejemplo: “¿De dónde vine yo?; ¿Por qué no tengo pene?; ¿Qué es ser homosexual?; ¿Para qué sirve el preservativo?; ¿Juanito tiene VIH, qué es eso?”; ellos aprenderán que de esos temas no se puede hablar abiertamente. Sin embargo, los niños y jóvenes son curiosos y seguirán investigando. ¿Qué mejor fuente de información que sus familias? No pierdas la oportunidad.

**Lo que vemos de malo en la pregunta está dentro de nosotros y nuestros prejuicios, los niños y adolescentes hacen preguntas honestas.**

**4** ¿Por qué si a una rodilla le llamamos rodilla y a una oreja le decimos oreja, al pene y la vagina le ponemos otros nombres que creemos son “simpáticos” o que disminuyen la supuesta “carga negativa”? En realidad se genera un mensaje ambiguo sobre la existencia de algo extraño en esas partes de su cuerpo y de lo que no se puede hablar. Usá las palabras correctas para cada uno de los órganos genitales (pene, vulva, etcétera) y ellos aprenderán el respeto por sus cuerpos y una buena actitud hacia los temas relacionados a la sexualidad.

**5** Es importante que padres y madres hablen entre sí para acordar cómo van a responder a sus hijos. Si los niños o adolescentes reciben versiones distintas o mensajes encontrados sobre un tema, se generará más confusión. Por eso es importante que anticipes las preguntas que tus hijos, desde los 4 años, van a realizarte. **Es recomendable tener la información necesaria sobre los distintos temas y hacer una revisión de los propios prejuicios para hablar con tus hijos.**

**6** Si tus hijos no inician la conversación sobre los distintos temas relacionados con la sexualidad, podés hacerlo vos: los eventos diarios, las noticias, una imagen de revista o cualquier otro elemento puede ser una oportunidad ideal para comenzar la charla.

**Prepará esta charla teniendo información previamente elegida, podés hacer uso de imágenes para ilustrar los distintos temas.**

**7** Los chicos tienden a preguntar varias veces lo mismo y quizá en momentos inoportunos. No respondas negativamente y hacelo tantas veces como ellos pregunten. También indicales cuáles son los momentos ideales para charlar estos temas.

**Alegrate, tu hijo te tiene tanta confianza y sabe que puede hablar con vos, por eso le sigue preguntando cuando se le presentan dudas.**

**8** Los niños repiten las palabras que escuchan de los adultos y de sus compañeros del colegio, por ejemplo “puto”, “sidoso”, “maricón”, y no podemos evitarlo, están aprendiendo de todo lo que los rodea. Enseñarles que ciertas palabras

son agresivas o groseras es importante, pero tu rol no es retarlos sino enseñarles que esas palabras hieren a otras personas y que las hacen sentir mal.

**Muchas veces los chicos usan las palabras sin saber su significado, vos sos la fuente de información para explicar lo que significan y cuáles son las palabras adecuadas.**

9

Nunca es tarde para comenzar. Si no les hablaste sobre estos temas a tus hijos cuando tenían cuatro o cinco años y ya son más grandes, entonces este es el momento para comenzar a hablar.

**Iniciá la charla y comenzá a construir ese puente.**

10

Respetá los espacios y tiempos de tus hijos. A veces creemos que, frente a cierto comentario que hacen o una imagen que se presenta, es el momento para hablar sobre las temáticas de sexualidad. Sin embargo, los chicos pueden no estar interesados en hablar en ese momento. De hecho, cuando son más grandes y llegan a la adolescencia van queriendo tener menos conversaciones sobre sexualidad con sus padres. Frente a esta situación tenés que mantener la posibilidad abierta. Si ante tu propuesta de hablar sobre el tema te encontrás con desinterés, podés comentar “sabés que te quiero y que cuando lo necesites siempre estoy acá para hablar sobre lo que desees o te puedo recomendar a alguien para que lo haga”. Esta muestra de afecto y las palabras adecuadas son la mejor forma de mantener esos puentes que construiste, para que tus hijos los usen cuando los necesiten.

Y aunque tratamos en esta sección de dar las herramientas básicas para afrontar el tema, la única verdad es que no todo está dicho. Cada hijo, cada familia y persona, cada padre y madre es diferente y tiene sus propias historias relacionadas con al sexo y la sexualidad. No hay recetas sobre cómo hacerlo, hay recomendaciones que cada familia deberá revisar y adaptar.

Vos sos quien tiene y demostrará la capacidad para buscar información y adentrarse en la temática. También deberás comprometerte a eliminar tus propios prejuicios y transmitir a tus hijos información verídica y objetiva alentando actitudes positivas hacia su cuerpo, su género y su sexualidad, de forma sana y libre.

## ¿QUÉ TEMAS DEBO CHARLAR ADEMÁS DEL VIH/SIDA?

Como vimos, hablar de VIH y su prevención es hablar de la sexualidad de forma integral. Si bien se puede charlar de cualquier tema con los niños, es importante tener en cuenta que hay que adecuar el lenguaje y las respuestas al momento que están viviendo. Cada persona crece de forma diferente y las preguntas aparecen en distintos momentos.

La siguiente tabla es orientativa en términos de la edad. Si se presentan antes estas dudas, respondé teniendo en cuenta las recomendaciones de la sección anterior.

Tema*	Edades	Contenido	Relación con el VIH/sida
<b>Las partes del cuerpo</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante	Hablar sobre las diferencias corporales entre varones y mujeres. Las partes del cuerpo con sus nombres reales. Permite eliminar la vergüenza hacia el propio cuerpo y aprender a conocerlo y respetarlo.	Al conocer el cuerpo y respetarlo, las personas sabemos cómo usar correctamente los preservativos y métodos anticonceptivos, y también aprendemos a identificar problemas de salud.
<b>Respeto a la intimidad</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante	Explicarles que su cuerpo es suyo y que nadie puede tocarlo, salvo su papá o su mamá cuando los baña y el médico cuando los revisa. Enseñarles a identificar cuando les molesta si alguien los toca y el abuso sexual.	El reconocer que su cuerpo es suyo y que tiene potestad sobre él permite que las personas puedan decidir con quién, cuándo y cómo tener relaciones sexuales, negociar el preservativo con su pareja y evitar la violencia.
<b>Los afectos y las emociones</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante	Enseñarles que demostrar afecto permite vincularse desde una forma más sincera con las personas.. Decir lo que a uno le gusta y lo que no, permite reforzar las relaciones equitativas y basadas en el cariño.	El tener relaciones basadas en el cariño permite a las personas protegerse y pensar en su cuidado y salud, incluyendo la salud sexual, el uso de preservativos y la decisión de hacerse el test.

Tema*	Edades	Contenido	Relación con el VIH/sida
<b>Auto-estima</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante	Destacar que quererse tal como uno es y hacer que los otros nos respeten, genera que los niños y jóvenes aprendan a cuidarse.	Saber que uno vale por lo que es y respetarse a uno mismo permite que los niños y adolescentes piensen en su desarrollo saludable, su bienestar y calidad de vida.
<b>Embarazo y nacimiento</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante	Es importante que desde chicos los niños sepan que pueden hablar de cualquier tema con los padres. Incluyendo los temas de embarazo y nacimiento. Adecuado a cada edad, siempre hay una respuesta ideal y correcta que les permitirá reconocer de dónde vienen, las partes del cuerpo y las funciones reproductivas.	Tener información sobre sexualidad desde pequeños permite saber que no es un tema malo y que es parte del desarrollo del ser humano. Reconocer además las partes del cuerpo y sus funciones y desarrollo permite que puedan reconocer las formas de prevención del VIH, sobre todo la relacionada con la transmisión sexual y de madre a hijo.
<b>Apariencia Corporal</b>	Desde los 5 ó 6 años en adelante sobre todo antes de iniciar la adolescencia	Esta temática se vincula con el autoestima. Los niños y adolescentes deben reconocer que todos somos diferentes, incluyendo nuestros cuerpos. Cada uno crece de forma distinta y según sus tiempos. Cada uno debe amarse y respetarse como es.	Si los chicos no aprenden a quererse tal como son, incluyendo lo relacionado con la apariencia física, se pueden desarrollar como jóvenes con baja autoestima, permitiendo que los otros decidan sobre ellos por el sólo hecho de pertenecer a un grupo. Esto puede llevar a relaciones inequitativas de poder en las relaciones de pareja, donde la negociación del uso del preservativo se puede ver obturada. Hablar de la diversidad permite eliminar también la discriminación.
<b>Cambios de hombres y mujeres en la pubertad</b>	Desde los 7 u 8 años en adelante, sobre todo antes de iniciar la adolescencia	El hecho de que los chicos tengan información sobre los cambios que suceden durante la pubertad les permitirá disminuir sus ansiedades y miedos, tener información anticipada sobre los mismos y reconocer que el desarrollo es parte del crecimiento.	Tener conocimiento sobre el desarrollo físico permite a los chicos reconocer cuando están entrando en la pubertad y adolescencia. Esta es la etapa en la que el despertar sexual sucede, y si los chicos reconocen estos cambios podrán tomar mejores decisiones sobre su salud sexual, y cuándo y cómo tener sus relaciones sexuales.

Tema*	Edades	Contenido	Relación con el VIH/sida
<b>Embarazo adolescente</b>	Desde los 9 ó 10 años en adelante, sobre todo antes de iniciar la adolescencia	Hablar sobre este tema permite abrir discusiones sobre las consecuencias que puede tener un embarazo temprano. Hay que plantear el embarazo como parte de un plan de vida que permita involucrar todas las metas que se propongan.	Además del embarazo temprano, otras consecuencias son las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH. Por ello es importante comenzar a hablar del tema con los chicos, revisando las consecuencias que esto puede acarrear a su salud y desarrollo. Incluir la charla sobre VIH permite tener una visión más amplia de las consecuencias de las relaciones sexuales a temprana edad.
<b>Las relaciones sexuales</b>	Desde los 3 ó 4 años en adelante, sobre todo antes de iniciar la adolescencia	Desde chicos, nuestros hijos comienzan a tener preguntas y dudas sobre el tema. Brindar una respuesta significativa y proactiva a estas preguntas les permitirá saber que no está mal hablar con los padres sobre estos temas. Siempre hay respuestas adecuadas para cada edad.	Las relaciones sexuales comienzan cada vez a más temprana edad y esta es la principal vía de transmisión del VIH y otras infecciones.. Que los chicos sepan que pueden hablar del tema les permite a los padres otorgarles información sobre cuándo tener las relaciones sexuales y hacerlo con la protección debida.
<b>Métodos anti-conceptivos</b>	Desde los 9 ó 10 años en adelante, sobre todo antes de iniciar la adolescencia	Es importante que los chicos conozcan todos los métodos anticonceptivos, incluyendo el preservativo y su uso. Por eso es necesario contar con la información para estar preparados en el momento en que lleguen las consultas.	El preservativo es la única forma de prevenir el VIH, otras infecciones y el embarazo no deseado. Tener esta información, sin prejuicios, permitirá que los adolescentes y jóvenes puedan hacer un correcto uso cuando lo necesiten.
<b>Violencia de género y violencia en el noviazgo</b>	Desde los 5 ó 6 años en adelante, sobre todo antes de iniciar la adolescencia	Plantear que los gritos, los celos y otras respuestas violentas no son muestras de amor en la pareja, permitirá que sus hijos puedan tener relaciones sanas y equitativas con quién deseen.	Sobre todo para las mujeres, el tener una relación basada en el amor y la confianza y reconocer situaciones violentas de su pareja les permitirá prevenir violencia física, psicológica o sexual en ellas. Además permitirá construir un vínculo donde la salud, el cuidado y el uso del preservativo puedan ser temas que se incluyan.

Tema*	Edades	Contenido	Relación con el VIH/sida
<b>Diversidad sexual</b>	Desde los 5 ó 6 años en adelante	Que los chicos sepan que el mundo es diverso y que hay diferentes formas de amar y de relacionarse les permitirá ser más respetuosos y reconocerse como parte de una sociedad más amplia. También evitaría el bullying. Si tu hija o hijo es gay o lesbiana sabrá que más allá de lo que vos pienses sobre el tema, serán queridos y respetados.	El tener conocimiento sobre la diversidad del mundo, incluyendo la diversidad sexual, y aprender sobre el respeto y el derecho que todos los seres humanos tienen a vivir digna y libremente, formará jóvenes más tolerantes. Además eliminará la discriminación que es una barrera para la respuesta al VIH/sida. Por otro lado, los chicos gays y lesbianas sabrán que cuentan con el soporte de la familia, permitiéndoles tener más cuidado con su salud y desarrollarse felizmente.

\*Todos estos temas están desarrollados en los textos recomendados en la última sección de este cuadernillo.

# ¿QUÉ DEBEN SABER LOS PADRES SOBRE EL VIH/SIDA PARA HABLARLO EN FAMILIA?

## ¿QUÉ ES EL VIH/SIDA?

El VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) es un virus que afecta el sistema de defensas. Se le llama SIDA cuando el sistema inmunológico, debilitado por el VIH, permite la aparición de enfermedades. Por lo tanto no es lo mismo el VIH que el SIDA y a las personas no se les dice que tienen SIDA, sino personas con VIH.

La única manera de saber si alguien contrajo el VIH es a través de un análisis de sangre llamado ELISA. Podés vivir con VIH y no tener síntomas, pero de todas maneras podés transmitir el virus a otros. El test es gratuito en los hospitales públicos, además es voluntario (nadie puede presionar para que se lo haga) y confidencial (nadie puede comunicar a otro su resultado más que la persona que se realizó el examen).

En las personas con VIH, el virus se encuentra en los siguientes líquidos del cuerpo en una concentración suficiente para ser transmitido: sangre, fluidos sexuales (líquido pre seminal, semen, fluidos vaginales) y leche materna. Ningún otro fluido puede transmitir el VIH (lágrimas, saliva, etcétera).

## EL VIH Y SUS FORMAS DE PREVENCIÓN

El VIH/sida nos puede afectar a todos. Por eso, todos debemos prevenirnos para disminuir el preconceito y aumentar la prevención.

### EL VIH SE TRANSMITE SÓLO POR TRES VÍAS:

- ▣ **VÍA SANGUÍNEA.** A través del contacto con la sangre, por compartir agujas, instrumentos punzantes o cortantes, o por transfusiones de sangre no controladas.
- ▣ **VÍA MATERNO-INFANTIL.** De la mamá al bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia. Sin embargo con el tratamiento adecuado, el bebé puede nacer sano en más del 98% de los casos.

- **VÍA SEXUAL.** A través de relaciones sexuales vaginales, anales u orales sin preservativo.

## USO CORRECTO DEL PRESERVATIVO



- 1.** Mirar la fecha de vencimiento y apretar el sobre para comprobar que tiene aire en su interior y que no está pinchado.
- 2.** Abrir el sobre con los dedos, ya que los dientes o las tijeras pueden dañarlo.
- 3.** Apretar la punta del preservativo para que no quede aire y colocar sobre el pene erecto.
- 4.** Sin soltar la punta del preservativo desenvolverlo hasta la base del pene.
- 5.** Al terminar la relación, y antes de que el pene esté flácido, retirar el preservativo cuidando que no se derrame semen.
- 6.** Hacerle un nudito y tirarlo a la basura (no al inodoro).

## RECORDÁ

El VIH no puede ser transmitido por el contacto casual o cotidiano. Abrazar, besar, dormir o bañarse juntos, un estornudo, la picadura de un mosquito, compartir el mate, el baño, la ropa, la depilación con cera, la saliva, las lágrimas, el sudor, al aire, el agua o los alimentos, **no tienen ningún riesgo de transmisión.**

## LA ÚNICA FORMA DE EVITAR LA TRANSMISIÓN DEL VIH ES:

- ▣ Usar preservativo y lubricante con base en agua (no de aceite) en todas las relaciones sexuales desde el inicio.
- ▣ Usar guantes de látex al estar en contacto con la sangre.
- ▣ No compartir agujas, jeringas o elementos cortantes.
- ▣ En el caso de una mamá con VIH, hacerse el test durante el embarazo y seguir el tratamiento indicado.

## ES TRATABLE PERO NO CURABLE

Existen medicamentos sumamente efectivos llamados “antirretrovirales” -ARV- que controlan la replicación del VIH; es lo que se conoce comúnmente como “cóctel de drogas”.

De esta manera, es posible detener la pérdida de las defensas y recuperar la suficiencia inmunológica y, así, impedir el desarrollo de enfermedades oportunistas. Si el tratamiento con ARV es efectivo, la progresión a SIDA es evitada. Sin embargo, este tratamiento no logra erradicar el VIH. Es decir que el VIH puede seguir transmitiéndose si no se toman las precauciones necesarias. Esta medicación se aplica como un tratamiento crónico, es decir, de por vida, y es el que ha logrado que no haya más muertes por esta infección.

### LEY NACIONAL DE SIDA

Argentina brinda tratamiento gratuito a todos los que lo requieren y cuenta con una de las primeras leyes a nivel internacional. La Ley 23.798, sancionada en 1990 para proteger a las personas que viven con VIH/sida, habilitó la creación del Programa Nacional de SIDA que garantiza la atención y el tratamiento a todo aquel que viva con VIH/SIDA en el territorio nacional.

### ESTA LEY ASEGURA:

- ▣ **Consentimiento informado:** autorización escrita por parte de la persona antes de la extracción de sangre para el test de VIH. Asimismo se refiere al derecho a tomar decisiones informadas respecto a la propia salud y las intervenciones que se realicen sobre el propio cuerpo.
- ▣ **Confidencialidad:** la obligación de guardar secreto por parte de todo aquel que sepa que otra persona vive con VIH/SIDA. La única persona que puede develar el resultado es quien vive con el virus.
- ▣ **Veracidad:** obligación de decir la verdad en cuanto a la información sobre

el estado de salud de una persona y el tratamiento, para lo cual es necesario contar con la contención adecuada.

▣ **No discriminación:** la ley Antidiscriminación prohíbe expresamente cualquier forma de discriminación (trato inequitativo o desigual) incluyendo el ámbito laboral, quedando de este modo incluida cualquier práctica de exclusión arbitraria de personas viviendo con VIH/SIDA.

▣ **Acceso a la atención de la salud:** todas las personas viviendo con VIH/sida tienen derecho a ser asistidas y tener cobertura de salud integral: consultas y atención médica, medicación antirretroviral, tratamiento psicológico, prácticas de rutina y tratamiento para las enfermedades oportunistas. Incluye la Prepaga, Obra Social y Salud Pública. Para los usuarios de drogas, también se incluyen programas de rehabilitación.

## ¿QUÉ SIGNIFICA NO DISCRIMINAR?

No discriminar significa reconocer a los otros como iguales y propietarios de derechos, además de tener una actitud de responsabilidad frente a la epidemia del VIH:

- ▣ Las personas con VIH tienen Derecho a la Confidencialidad, que implica que nadie puede revelar su diagnóstico más que ella/él mismo.
- ▣ Las personas con VIH tienen Derecho a un Trabajo Digno en igualdad de condiciones salariales y contractuales.
- ▣ Las personas con VIH tienen Derecho a la Salud Integral, que incluye acceso a los medicamentos y pruebas de laboratorio necesarios, y a una atención médica de calidad.
- ▣ Las personas con VIH tienen Derecho a la Salud Sexual y Reproductiva, que incluye la decisión de tener relaciones sexuales seguras y de cuándo y cuántos hijos tener.
- ▣ Las personas con VIH tienen Derecho a una Vida Sin Violencia, donde no sean señalados o agredidos por vivir con VIH.

# QUÉ Y CÓMO DAR INFORMACIÓN EN FAMILIA Y A QUÉ EDADES

## ENTRE LOS 4 Y LOS 7 AÑOS

Tu hijo no necesita detalles sobre cómo se transmiten las infecciones de transmisión sexual, pero el VIH y el SIDA están presentes en la TV o en su escuela y quizá siente miedo porque no entiende. En este momento es bueno comenzar a hablar sobre el tema del cuidado de su salud y cómo prevenir cualquier enfermedad, hablar sobre lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño, vestirse de modo adecuado en invierno, comer y descansar bien para cuidar su salud.

Para hablar del VIH, primero preguntá dónde escuchó hablar y qué sabe sobre ese tema, así tendrás una base sobre la cual charlar.

Explicale que hay infecciones y enfermedades que son causadas por pequeños organismos llamados virus que se transmiten de una persona que los tiene a otra que no y que al entrar al cuerpo hacen que la persona se enferme. Podés mencionar que el resfrío o la gripe funcionan de esa forma, así él o ella lo vinculará con algo que conoce. Es importante aclarar que este virus llamado VIH no se transmite por saludar, jugar, estornudar, abrazarse como sí sucede con otros virus, sino que tiene formas muy específicas de transmitirse. El VIH no se transmite por contacto superficial y no se adquiere fácilmente.

Transmitile a tu hijo la importancia de no discriminar y que no hay que temer a las personas que viven con VIH.

Si tus hijos vinculan el VIH con la homosexualidad u otro grupo, tenés que darles información del tema. Explicales que hay personas que aman a otras personas de su mismo sexo, a esas personas se les llama gays si son varones o lesbianas si son mujeres. Aprovechá para mencionar que el VIH puede tenerlo cualquier persona, no solo algunos grupos y que por eso es bueno aprender a cuidarse y pensar en la salud.

Si después de explicar esto tus hijos tienen más interés o miedo, brindales más información (ver sección anterior) y despejá las dudas que puedan tener. Para dis-

minuir el miedo podés comentarles que hay medicación para quienes tienen VIH y que eso permite que tengan una muy buena vida, igual que la suya.

## ENTRE LOS 8 Y LOS 11 AÑOS

En este momento vos sos el encargado de plantear el tema en las charlas familiares. Podés tomar como punto de partida una nota de un noticiero o de una revista, un caso conocido o cualquier otro motivo que sea pertinente. Este es el momento de hablar de las relaciones sexuales, y puede ser que al principio te resulte incómodo. Pero tenés que tener presente que la única real protección para tus hijos es la educación que vos les podés brindar.

Recordá preguntarles: “¿Escuchaste hablar del VIH y el sida?”; “¿Qué sabés sobre esto?”.

Con la información que te otorguen, podrás desechar la información errónea y darles la correcta.

Para esta charla te recomendamos que leas la sección: “Qué deben saber los padres sobre el VIH/sida para hablarlo en familia”. Los temas mínimos indispensables son:

- ▣ El VIH se puede transmitir de tres formas, y sólo de esas tres: transmisión sexual, sanguínea y de la madre al hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia ya que los únicos líquidos que pueden transmitir el VIH son sangre, fluidos sexuales (líquido pre seminal, semen, fluidos vaginales) y leche materna.
- ▣ Las tres formas son totalmente prevenibles y por eso debe cuidarse. Explícales que es importante no tener relaciones sexuales sino hasta que se sienta seguro y lo desee (podés hacer referencia a las consecuencias que trae el embarazo y las infecciones). Destacá que cuando decida hacerlo tiene que usar el preservativo (mostrales el gráfico sobre el uso correcto).
- ▣ Contales que el contacto casual y compartir actividades con personas con VIH no transmiten el virus. Además, que las personas con VIH pueden sufrir discriminación y sentirse muy mal y tristes, y eso puede afectar su salud al no sentirse queridas y parte de la sociedad.

## DE LOS 12 AÑOS A LOS 14-15 AÑOS

En este momento, e inclusive antes, los chicos ya han comenzado a hablar sobre el noviazgo y las relaciones sexuales. Pueden llegar tener preservativos entre sus pertenencias. Seguramente hablan con sus amigos y quizá la información que está circulando no es la más correcta. En este momento es importante que ya hayas charlado sobre los diferentes temas relacionados con la sexualidad (ver la sección “¿Qué temas debo charlar además del VIH/sida?”). Si no lo hiciste, no te preocupes, nunca es tarde para comenzar, así que manos a la obra.

La información que deberás dar es toda la referida en la sección “Qué deben saber los padres sobre el VIH/sida para hablarlo en familia”. Te recomendamos iniciar con las preguntas: “¿Escuchaste hablar del VIH y el sida?; ¿Qué sabés sobre esto?”; e incluir la pregunta “¿Sabés cómo se transmite y cómo se previene?”.

A esta edad los chicos comienzan a alejarse más de los padres y buscan estar más cerca de sus grupos de pares. Si ves que la charla no es fácil o que no desean hablar sobre el tema, dejá este cuadernillo cerca, dónde puedan agarrarlo (sobre todo para los adolescentes entre los 13 y 15 años). O podés decirles: “Me gustaría que leas esta información, y si tenés alguna duda o querés saber más, podés contar conmigo. También hay otros lugares donde podés leer esta información para que sepas cómo cuidar tu salud.”. Estos recursos pueden ser la página de Fundación Huésped [www.huesped.org.ar](http://www.huesped.org.ar) o alguno de los teléfonos que se encuentran en la siguiente sección “Recursos Extras”.

## DE LOS 15 AÑOS EN ADELANTE

Los 15 años son la edad promedio de inicio de relaciones sexuales en Argentina, aunque puede darse antes o después. Los jóvenes, por lo tanto, comienzan a vivir su sexualidad de otra manera y se encuentran expuestos a embarazos y a infecciones de transmisión sexual. Es el momento en que la presencia del médico y su visita debe ser algo recomendable para sus hijos, acostumbrarlos a cuidar su salud y realizarse los chequeos médicos de forma rutinaria como forma de prevención. En el caso de las mujeres, se deberían realizar las primeras consultas al ginecólogo, especialmente luego de la primera menstruación e incluso aunque no hayan tenido relaciones sexuales.



Este es el momento para hablar “sin pelos en la lengua”, ya que tus hijos lo hablan así con sus compañeros. Además seguramente ya han recibido información sobre sexualidad y VIH/sida en la escuela o la han buscado.

La charla en este momento debe estar más enfocada reconocer que ellos ya son adolescentes y están tomando sus decisiones, y por eso podés preguntar abiertamente sobre los distintos temas para saber qué tipo de información tienen y reforzarla, respetando su privacidad e intimidad..

Puede suceder que tengas problemas de comunicación con tus hijos. Pero, ¿qué padre o madre no han tenido? Esto no es excusa para no hablar sobre estos temas, ya que está en juego el cuidado de la salud de tus hijos. Todos los temas pueden ser abarcados, pero el verdadero trabajo está en vos, en reconocer y respetar los valores de tus hijos. Tenés que apoyar y dar información para que tomen las decisiones correctas. Pero sobre todo deberás mantener el puente de comunicación y afecto abierto porque, más allá de lo que tus hijos hagan, tienen que saber que su familia es el espacio de apoyo, cariño y contención que tiene y al que siempre puede recurrir.

## RECURSOS EXTRAS

### TEXTOS RECOMENDADOS



- Gossart, M. (2002) **No hay lugar como el hogar... para la Educación Sexual:** <http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/nohaylugar.pdf>
- Ministerio de Educación y UNFPA (2011) **Educación Sexual Integral: Para charlar en familia:** <http://www.msal.gov.ar/images/stories/publicaciones/pdf/educacionsexual-en-familia.pdf>

---

### CUÁLES SON LAS LEYES EN ARGENTINA QUE SE VINCULAN CON ESTOS TEMAS



- Ley de actos discriminatorios, No. 23.592.
- Ley Nacional de SIDA, No. 23.798.
- Ley de Salud Sexual y Reproductiva, No. 25.673.
- Ley de Educación Sexual Integral, No. 26.150.
- Ley de Matrimonio Igualitario, No. 26.618.
- Ley de violencia de género, No. 26.485.

---

### LÍNEAS DE INFORMACIÓN



- Línea de Salud Sexual: 0800 222 3444
- Línea Pregunte SIDA 0800 3333 444
- Fundación Huésped 0800 222 483

*Material realizado por Fundación Huésped en el marco de la iniciativa  
“Empresas comprometidas en la respuesta al VIH/sida”*

*Coordinación: Arturo Mercado Gurrola*

*Revisión y corrección de texto: Betiana Cáceres, Cecilia Valeriano y Mariana Morello.*

Fundación Huésped es una organización argentina que, desde 1989, trabaja en la respuesta al VIH/sida, no sólo como enfermedad biológica, sino como una importante problemática social. Sus objetivos incluyen lograr un adecuado acceso a la información y la educación para la prevención, favorecer la investigación y la actualización continua de los profesionales del área de la salud y mejorar la disponibilidad de servicios sociales y de salud para quienes los necesiten.

“Empresas Comprometidas en la respuesta al VIH/sida” es una iniciativa impulsada por Fundación Huésped y ONUSIDA que pone a disposición las herramientas necesarias para que diversas empresas a nivel nacional se involucren en la promoción de la no discriminación y la prevención del VIH y otras infecciones de transmisión sexual.

Para conocer más información sobre VIH, saber dónde hacerte el test o simplemente despejar tus dudas, contactate con Fundación Huésped.



Para obtener información y adherirse a la iniciativa, puede comunicarse con Arturo Mercado Gurrola: [arturo.mercado@huesped.org.ar](mailto:arturo.mercado@huesped.org.ar)  
[www.compromisolaboralvih.org](http://www.compromisolaboralvih.org) / [www.huesped.org.ar](http://www.huesped.org.ar)

Angel Peluffo 3932 (C1202ABB), Buenos Aires, Argentina

[www.huesped.org.ar](http://www.huesped.org.ar)

[info@huesped.org.ar](mailto:info@huesped.org.ar)

0-800 222 HUESPED (4837)



[/FundHuesped](https://www.facebook.com/FundHuesped)



[@FundHuesped](https://twitter.com/FundHuesped)

