

---

---

# El Diario Positivo

---

---

(el diario hecho por personas viviendo y/o conviviendo con vih-sida)

*Esta es una iniciativa de un grupo de personas que vivimos y/o convivimos con el virus de inmunodeficiencia humana (vih) con el deseo de mantener contacto con todas aquellas personas que están o se sienten afectadas por la epidemia, para conocernos y contenernos a través de nuestras experiencias y nuestras historias de vida.*

## Juntarse a reflexionar en grupos

La experiencia de juntarse en grupo para contar nuestros miedos, nuestras angustias o para enterarnos de cosas de las que no teníamos idea, consultar o aprender de las historias vividas por otros/as compañeros/as o simplemente para pasarla bien, nos resultó muy útil a muchos de nosotros/as. Tanto que si todavía no te acercaste a ningún grupo y andás con ganas de hacerlo, te lo recomendamos.

En la Ciudad de Buenos Aires hay muchos grupos de personas que viven con vih en instituciones, organizaciones no gubernamentales ONG u Hospitales.

Hicimos una lista con los grupos de los que tenemos conocimiento, que funcionan en Hospitales de la ciudad y en forma gratuita.

**Htal. Muñiz.** Uspallata 2272  
"Convivir" Miércoles 10.30 hs/ Sala 8  
"Familias hoy" Jueves 11 hs/ Sala 8  
(Grupo para adultos vinculados con niños que viven o conviven con el vih)

**Htal. Tornú.** C. de Malvinas 3002  
Martes 10.30 hs / Infectología

**Htal. Durand.** Av. Díaz Vélez 5044  
Jueves 10.30 hs / Infectología  
Consultorio 8

**Htal. Alvarez.** Aranguren 2701  
Viernes 10.30 hs / Sala Ramón Carrillo

**Htal. Pirovano.** Monroe 3555  
Lunes 11 hs / Servicio Social  
(Grupo quincenal)

**Htal. Piñero.** Av. Varela 1301  
1<sup>er</sup> y 3<sup>er</sup> martes de cada mes/10.30 hs.  
Consultorios Externos /Cons. 39

## Relatos Positivos/Relatos Positivos/Relatos Positivos

### ***Hoy puede ser un gran día.***

Eli, 36 años. Htal. Pirovano

Sí, puede serlo aunque parezca difícil. No todo es tan malo. Hay millones de cosas peores en la vida que vivir con VIH, sólo hay que aprender a aceptarlo, a llevarlo sin vergüenza y sin culpa. Poder sobreponerse al primer golpe que fue enterarse del resultado para después trabajar en que este cambio en la vida sea para bien o para mal.

Me dirijo a todas aquellas personas que dentro de poco se enteren que están infectadas, así como a las personas que tienen a su alrededor y que en un primer momento pueden sentir más angus-

---

**...aunque cuesta, a la larga se asume y se vive con esto, unos días mejor y otros peor.**

---

tía que el afectado. Por eso, ante todo mucha calma y serenidad porque aunque cuesta, a la larga se asume y se vive con esto, unos días mejor y otros peor, pero como digo cada mañana cuando me despierto: estoy viva y eso es lo que importa.

Al pasar los meses, el problema se va haciendo más chiquito cada vez, hasta llegás a no tomarte muy a pecho el rechazo que te demuestran algunas personas, porque cuando esto pasa, siempre sería bueno que pensaras que las

enfermas son ellas, que padecen de una enfermedad mil veces peor que la tuya y que no es otra que tener una mente llena de prejuicios que los mantienen en la ignorancia, en el miedo a lo desconocido y a lo diferente. No te deprimas porque esas personas existan.

Con el paso de los años me di cuenta que hasta soy capaz de sentir una especie de gratitud a esta enfermedad, ya que me puso en un lugar que a lo mejor, de otra forma, nunca hubiera llegado. Mi escala de valores cambió totalmente, la solidaridad, el disfrutar de las pequeñas cosas, el vivir cada momento, el valor de la amistad, el cariño y el amor por encima de cualquier cosa.

No es que estoy feliz por estar infectada por el VIH, pero tampoco me siento una desgraciada. Puedo vivir, dentro de los límites que el propio virus me impone y estar satisfecha de mí misma y de las personas que me rodean, porque ahora sé, con total seguridad, que me quieren tal cual soy.

Después de 14 años de infección siento que puede ser útil mi experiencia. No pretendo dar lecciones de nada, tan sólo me gustaría que sirviera de ayuda a cualquiera de las personas que ahora o próximamente se van a enterar de su resultado, que lo lean, que reflexionen y que sobre todo, no se dejen llevar por el pesimismo. Me daría por satisfecha si supiera que al menos a una de esas personas le he servido de ayuda y de consuelo en los primeros momentos.

**Ser capaz**

Susana, 42 años. Htal. Ramos Mejía

A todos quienes nos tocó, nos cuesta mucho vivir con VIH, imaginen lo poco que deben entender algunos chicos positivos, o hijos e hijas de madres y padres positivos, que todavía no tuvieron tiempo para entender tantas cosas de la vida y ya se encuentran con una que nos supera hasta a nosotros mismos. De este tema se habla muy poco, y yo, como madre con VIH, no sé a veces cómo enfocar el tema con mi hijo, y hasta ahora lo único que pude hacer fue ocultárselo.

Pienso que si soy capaz de darle una buena familia, que le aporte seguridad, lo voy a ayudar a ser una persona sólida y capaz de enfrentarse a la verdad. Pero a veces todo me resulta muy difícil, las presiones con las que me encuentro todos los días: la falta de tra-

bajo, la plata que no alcanza, problemas con mi salud. Tengo que hacer un gran esfuerzo para que todo esto no nos afecte. Y pienso: "si algún día se enteran en la escuela voy a poder enfrentarme a esa situación y le habré dado a mi hijo la seguridad necesaria para afrontar lo que venga y me va a seguir queriendo a pesar de haberlo enfrentado a este problema". Pero hay días que tengo miedo, miedo por él, miedo por mi, miedo a tirar la toalla, a no estar haciendo las cosas bien y todo me pesa: su salud, mi soledad, la vida.

Cuando me pasa esto enseguida trato de pensar que lo mejor es ir de a poco y no exigirme tanto, no tener todas las respuestas listas, estar preparada, si, pero no dejar que me invada la angustia, porque no es buena consejera.

**CONVERSANDO SOBRE VIH**

Te invitamos a participar de charlas que compartiremos con personas que conviven con la infección y con profesionales sobre todo lo que necesites saber sobre:

- Tratamiento
- Indicadores de Laboratorio
- Sexualidad
- Medicamentos

Inicia el Viernes 30 de septiembre  
de 12 a 14 hs.

Htal. Santojanni - Pilar 950  
3° piso / Aula "C"

Organizan Servicio Social y Servicio de Infectología



*Durante un acto que se realizó el 1° de Diciembre del año 2004 en el Hospital Muñíz, un grupo de personas viviendo con vih/sida escribió y leyó el discurso que transcribimos a continuación. Aquel día se produjo una gran emoción entre quienes estábamos allí, por eso, y porque nuevamente nos acercamos a un nuevo 1° de Diciembre, queremos compartir estas palabras.*

## Un discurso

Desde hace algunos años, unos cuantos ya, el 1° de Diciembre no es un día como cualquier otro, es el día en que conmemoramos la lucha mundial contra el SIDA.

En América, Europa, Asia, África y Oceanía cada vez más gente utiliza una cinta roja como símbolo de solidaridad hacia las personas que viven con vih o con sida, se arman stands con información, se reparten preservativos. Desde los medios de comunicación se emite alguna información sensacionalista sobre los últimos estragos que continúa provocando la epidemia y alguna otra sobre los avances en la investigación como para compensar la alarma, algunas palabras alusivas y muchas gracias, buenas noches, mañana será otro día.

A pesar de todo esto, creemos que es bueno establecer un día en el que en todo el mundo se instale la problemática del VIH/SIDA, no sólo como homenaje a quienes han muerto a causa de esta enfermedad sino también para recordarnos que la epidemia sigue entre nosotros.

Porque desde hace algunos años, unos cuantos ya –y para algunas personas cada vez más–, el SIDA es cosa de todos los días. Ya sea porque vivimos con el virus o convivimos con alguien que tiene vih o porque, simplemente, nos

sentimos afectados por la epidemia. Desde el momento en que una persona recibe el resultado positivo de su test, tiene que aprender a vivir con una nueva realidad, la realidad de tener el VIH en su sangre. Cargas virales, recuento de defensas, tratamientos antirretrovirales, efectos secundarios de la medicación, consultas médicas, fallos terapéuticos, infecciones oportunistas. La angustia, el miedo, pasan a formar parte de su cotidiano, el temor a ser discriminada, a perder el trabajo o a no conseguirlo, la segregación social, el sentirse culpable por ser “positivo”, el estigma de pertenecer a los llamados “grupos de riesgo”. Como si las personas que viven con el virus fueran responsables de haberse infectado o como si fueran “portadoras” de un arma letal a punto de estallar en cualquier momento.

Durante los primeros años, la epidemia nos enfrentaba a una cruda realidad: las personas infectadas estaban condenadas a muerte. Y tanto lo creímos que aún hoy, cuando los avances de la ciencia han logrado transformar la infección en una enfermedad crónica, no hemos podido deshacer ésta creencia tan arraigada en nuestra cultura.

Y hoy el SIDA no es sinónimo de muerte, o al menos no debería serlo. Pero la realidad de cada una de las per-

sonas que viven con el virus no es la misma, por eso es muy difícil hablar en representación de todas ellas, ya que no es lo mismo ser rico que pobre, hombre que mujer, niño o joven que adulto, negro que blanco, latinoamericano, africano que europeo, de un pueblo del interior del país que de las grandes ciudades, tener acceso a los tratamientos que no tenerlo.

La realidad social, cultural, política, el acceso a la educación, al alimento, al trabajo, al sistema de salud de las personas, está tan asociado al lugar donde les ha tocado nacer, crecer, desarrollarse, que cuando hablamos del VIH/SIDA no podemos hablar de una única infección, que ataca las defensas de un único cuerpo que padece una enfermedad contraída como fruto de sus supuestos excesos. Es hora de aceptar que el virus del VIH/SIDA no es exclusividad de grupos minoritarios: ya no podemos seguir pensando que es un problema de homosexuales, de usuarios de drogas inyectables, de los trabajadores y las trabajadoras sexuales, de las travestis. Hoy más que nunca el VIH/SIDA es un problema de todos y de todas

Desde que se detectaron los primeros casos, el VIH/SIDA ha atacado aprovechando la vulnerabilidad de diferentes grupos sociales. Con el paso del tiempo muchos de estos grupos se han



fortalecido y han podido desplegar estrategias para la supervivencia. Hoy por hoy, quienes están más expuestos al virus son, por un lado, los sectores que creen que el VIH/SIDA es un problema de otros y de otras, y por otro, los sectores con menos recursos, con menos posibilidades de informarse y protegerse.

A lo largo de estos años de epidemia, el VIH/SIDA, además de llevarse a nuestros amigos, a nuestros padres, a nuestro hijos, nos ha enseñado que la peor enfermedad no es el virus en sí, porque para éste existen tratamientos. Pero para lo que no hay remedios ni vacunas es para la discriminación, para el silencio, para la segregación, para la xenofobia, para el maltrato, para los prejuicios, para la hipocresía, para la estigmatización de las personas, para

la indiferencia, para la desidia, para la inoperancia. Esto sí enferma; esto sí, mata.

Por eso en este 1° de Diciembre, queremos “dar la cara” y contarle quiénes somos las personas que nos sentimos afectadas por el virus:

Somos niños, adolescentes, jóvenes, adultos, ancianos, somos PERSONAS que convivimos con el vih o el sida dentro o fuera de nuestro cuerpo.

Formamos parte de la raza humana eligiendo cada día VIVIR Y AYUDAR A VIVIR, enfrentando la discriminación de quienes permanecen en la ignorancia y la insensibilidad, de quienes se sienten afuera del problema.

Para todos nosotros y nosotras hoy, 1° de diciembre, es un día más de trabajo, lucha y esperanza.

Como ayer y como mañana.

## **"Entre pares"**

Programa de radio por internet

**[www.transgay.ar](http://www.transgay.ar)**

Miércoles 22 a 23 hs.

1° DE DICIEMBRE 2005

## Acercanos tu mensaje en el "Día Mundial de la Lucha contra el Sida"

La solidaridad, el respeto mutuo y la información son algunas de las cosas indispensables para detener la pandemia del VIH-sida. Todos podemos colaborar desde lo que pensamos, sabemos o sentimos, en la diagramación de materiales informativos.

El grupo de personas vinculadas con niños viviendo y conviviendo con VIH-sida (Familias hoy) y la Coordinación Sida, convocan a participar de la elaboración de mensajes basados en esas cosas que creés necesario comunicarle a la gente, relacionadas con el VIH-sida en niños. Podés contarlos, dibujarnos, pintarnos tus experiencias.

Los trabajos podrán ser mensajes textuales, visuales o ambas.

El jurado tendrá en cuenta y seleccionará aquellos trabajos mas originales, informativos y creativos.

Todas las obras serán expuestas.

Los seleccionados podrán ser utilizados mencionando a los creadores o no, según su autorización.

Los organizadores se reservan el derecho a la publicación de los trabajos, con las formas ya mencionadas.

Las disciplinas son:

-pintura y dibujo	-slogans
-historieta	-posters
-fotografía	-folletos y afiches informativos
-stikers	

La convocatoria es abierta a la comunidad.

Para bases e información dirigirse a:

**Sala Nº8 del Htal. Muñiz los jueves de 13.00 a 15.00**

**o por mail a [familiahoy2005@yahoo.com.ar](mailto:familiahoy2005@yahoo.com.ar)**

Recepción de trabajos: del 15 de septiembre al 3 de noviembre.

>Denuncias por discriminación  
>Distribución gratuita de preservativos  
>Test de VIH gratuito y confidencial

**0-800-333-56836**

[www.buenosaires.gov.ar](http://www.buenosaires.gov.ar)

COORDINACION SIDA

**gobBsAs**

## No es lo mismo...

**HIV**  
**aids**

**VIH**  
**sida**

...decir HIV que VIH, ya que con el primero estamos diciendo Human Immunodeficiency Virus (en inglés) y con el segundo Virus de Inmunodeficiencia (en castellano). Y a nosotros nos gustan las cosas como en casa.

Lo mismo pasa con *aids* y *sida*

**portador/a**

**infectado/a**  
**PVVIH**

...decir portador que infectado o persona que vive con VIH. Porque la palabra portar nos suena discriminadora (portación de armas, de cara, de virus) en cambio infectado/a o persona viviendo con VIH (PVVIH) nos parece más cercano a nuestra realidad.

**VIH**

**sida**

...decir VIH que sida ya que VIH es la infección por el virus y sida es la enfermedad desarrollada.

*Si querés, mandanos otras "diferencias" importantes:  
eldiariopositivo@yahoo.com.ar*

## Fortaleciéndonos

**El Diario Positivo** surge de la iniciativa de personas que participan de grupos de pares en hospitales de la Ciudad de Buenos Aires. Cuenta para su realización, con el apoyo de la Coordinación Sida del Gobierno porteño.

Vos también podés ser parte de **El Diario Positivo**, escribiendo sobre tu experiencia o aquello que quieras compartir y que pienses le pueda hacer bien a otras personas que estén pasando una situación similar o si querés agregar grupos u otras actividades a nuestra lista, hacelo a través de nuestra dirección de mail: [eldiariopositivo@yahoo.gov.ar](mailto:eldiariopositivo@yahoo.gov.ar) o personalmente acercanos un sobre los días y horarios en que funcionan los grupos (ver página 1). Podés firmar con tu nombre real o no, como vos prefieras.