

Hablar acerca de la PrEP

Hablar acerca del VIH y de la PrEP

Hablar abiertamente sobre la PrEP y el VIH ayuda a confrontar el estigma que aún se asocia con la enfermedad y aquellos quienes deciden tomar la PrEP. Las investigaciones demuestran que la comunicación entre amigos y compañeros puede reducir el riesgo de una transmisión del VIH e incrementar las pruebas del VIH.

Prepárese para su conversación

El primer paso es saber lo que quiere decir acerca de la PrEP y qué enfoque desea adoptar para iniciar la conversación. Aprenda los fundamentos de la PrEP y su riesgo de VIH. Haga una lista de verificación de por qué siente que la PrEP podría ser idónea para usted así como también cualquier inquietud que tenga acerca de la PrEP. Recuerde que quizás su amigo no tenga ninguna respuesta para usted pero compartir sus pensamientos e inquietudes quizás lo ayuden a sentirse menos aislado y más aplomado para tomar una decisión.

Inicie su conversación

Identifique a la persona con quien sienta confianza y que probablemente le brinde más apoyo y comprensión. Puede que hablar acerca de la PrEP lo haga sentir incómodo o avergonzado al inicio, incluso con amigos cercanos pero con una pequeña planificación y práctica, puede aumentar su nivel de confort y sobrellevar los miedos.

Ya sea que tenga una conversación en persona o por correo electrónico o texto, lo más importante es que inicie la conversación. Recuerde, que incluso después de su conversación inicial, parte de hablar con sus amigos

acerca del VIH y de la PrEP es obtener su apoyo y comprensión continuos lo cual puede involucrar un diálogo periódico. En otras palabras, continúe la conversación de modo que pueda beneficiarse al máximo al compartir su historia con aquellos cercanos a usted.

Si un amigo comparte con usted que está utilizando la PrEP, devuelva esa confianza con el mismo respeto y comprensión que le hubiera gustado que le ofrezcan.

Citas y PrEP en línea

Puede encontrar también soporte en línea. Es común ver perfiles de citas en línea y las conversaciones incluyen referencias a la PrEP. Otra frase que aparece con frecuencia es "tratamiento como prevención" lo cual puede hacer referencia a la PrEP o indicar que el individuo puede dar positivo en el VIH pero que está bajo tratamiento para reducir la carga viral. Las personas que tienen VIH y se encuentran tomando medicamentos anti-VIH cuyo virus se encuentra deprimido tienen mucho menos probabilidad de transmitir VIH que las personas que tienen VIH y no tienen una carga viral baja. De cualquier manera, las personas comparten el mensaje de prevención de VIH en línea para detener la propagación del VIH. No dude en participar en línea para aprender de otros.