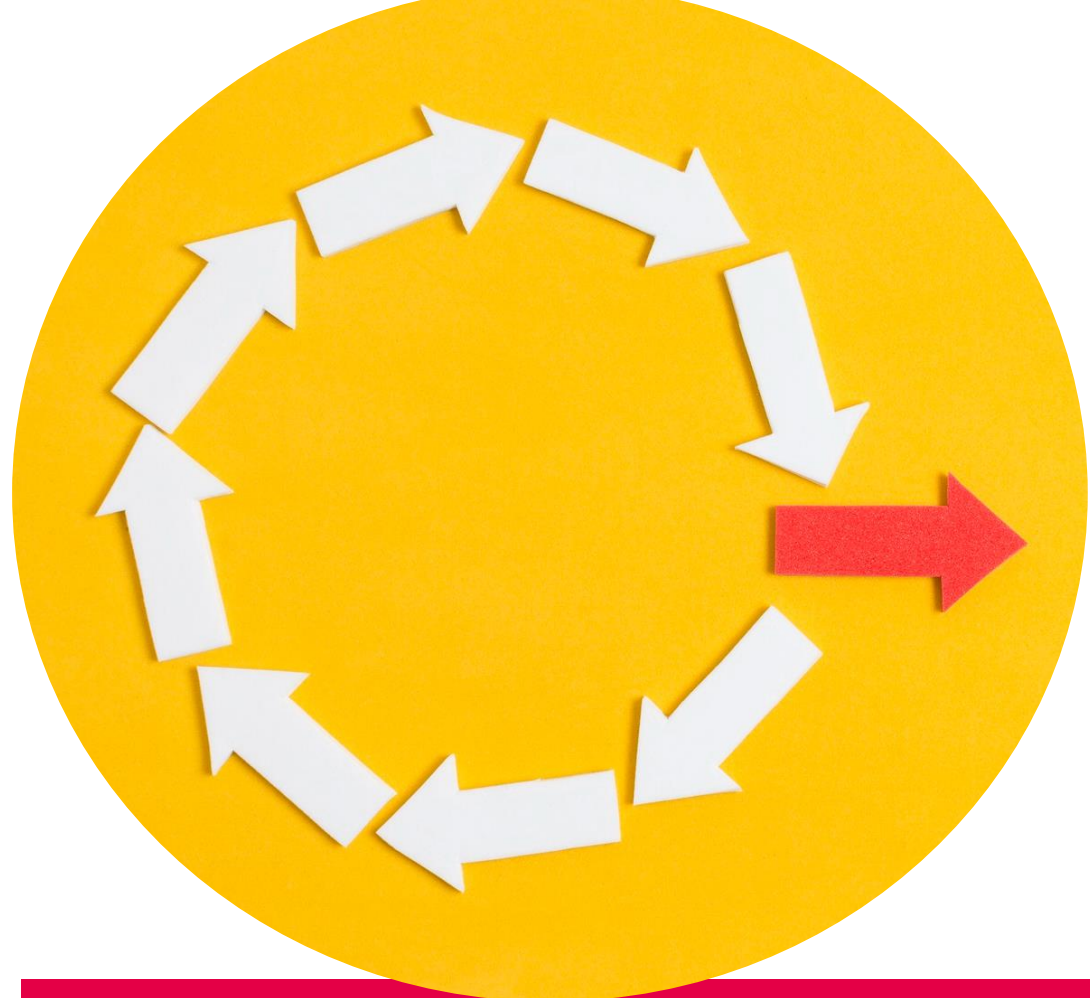


¿Cómo podemos ayudar a fomentar el autocuidado de las personas con VIH?

Proyecto ME CUIDO

Debora Alvarez Del Arco ¹, Margarita Ramírez ², Julio Morais ³, Alicia González ⁴, Irene Portilla ⁵, Javier Curto ⁶, Laura González ⁷, Ramón Espacio ⁸, Carmen Martín ⁹, Iosu Azketa ¹⁰, Carlos Iniesta ¹¹, Carlos Martínez ¹, Pepa Galindo ¹², Juanse Hernández¹³

(1) La Doctora Álvarez (2) Hospital Universitario 12 de Octubre (Madrid) (3) Hospital Universitario de La Palma (SCS), (4) Universidad Autónoma de Madrid, (5) Hospital General de Alicante, (6) Hospital Universitario de La Paz (Madrid), (7) Hospital Álvaro Cunqueiro (Vigo), (8) CESIDA, (9) Asociación Ciudadana Cántabra Antisida, (10) Apoyo Positivo, (11) SEISIDA, (12) Hospital Clínico de Valencia, (13) Grupo de Trabajo para el Tratamiento (Barcelona)



CONTEXTO. La salud y el bienestar de las personas con el VIH (PVIH) se enfrenta a desafíos específicos: comorbilidades, envejecimiento prematuro, problemas de salud mental, estigma... Nuestro objetivo fue analizar cómo mejorar la salud y el bienestar de las PVIH a largo plazo, identificando áreas de salud prioritarias y aspectos clave para diseñar una intervención para la promoción del autocuidado basada en vídeos.

MÉTODOS

Se realizó una **investigación cualitativa** en fases mediante **grupo de discusión virtual** con 11 personas expertas: 8 de disciplinas de la salud (medicina clínica, enfermería, psicología, psiquiatría, ginecología y salud sexual...) y 3 PVIH de entidades de base comunitaria. En total, se realizaron 5 reuniones con este Comité Interdisciplinar de Expertos/as de Seisida (CIES).



RESULTADOS. El CIES manifestó la necesidad de desarrollar un programa de autogestión y autocuidado de la salud y el bienestar basado en el enfoque “salutogénico” que concibe la salud como un proceso dinámico entre el bienestar y la enfermedad y que parte de una visión positiva **orientada a la promoción de la salud** que pone énfasis en aquellos factores que **generan salud**. Se identificaron 2 elementos clave:

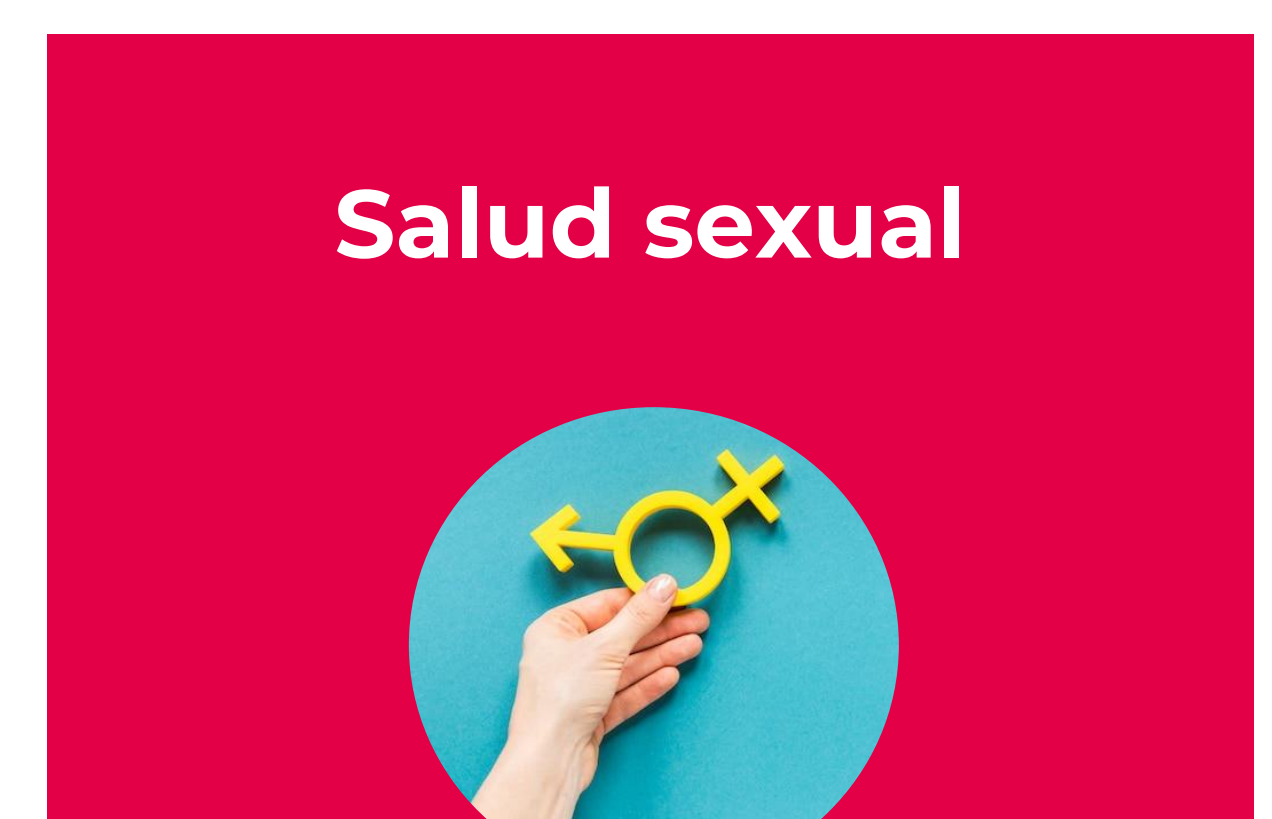
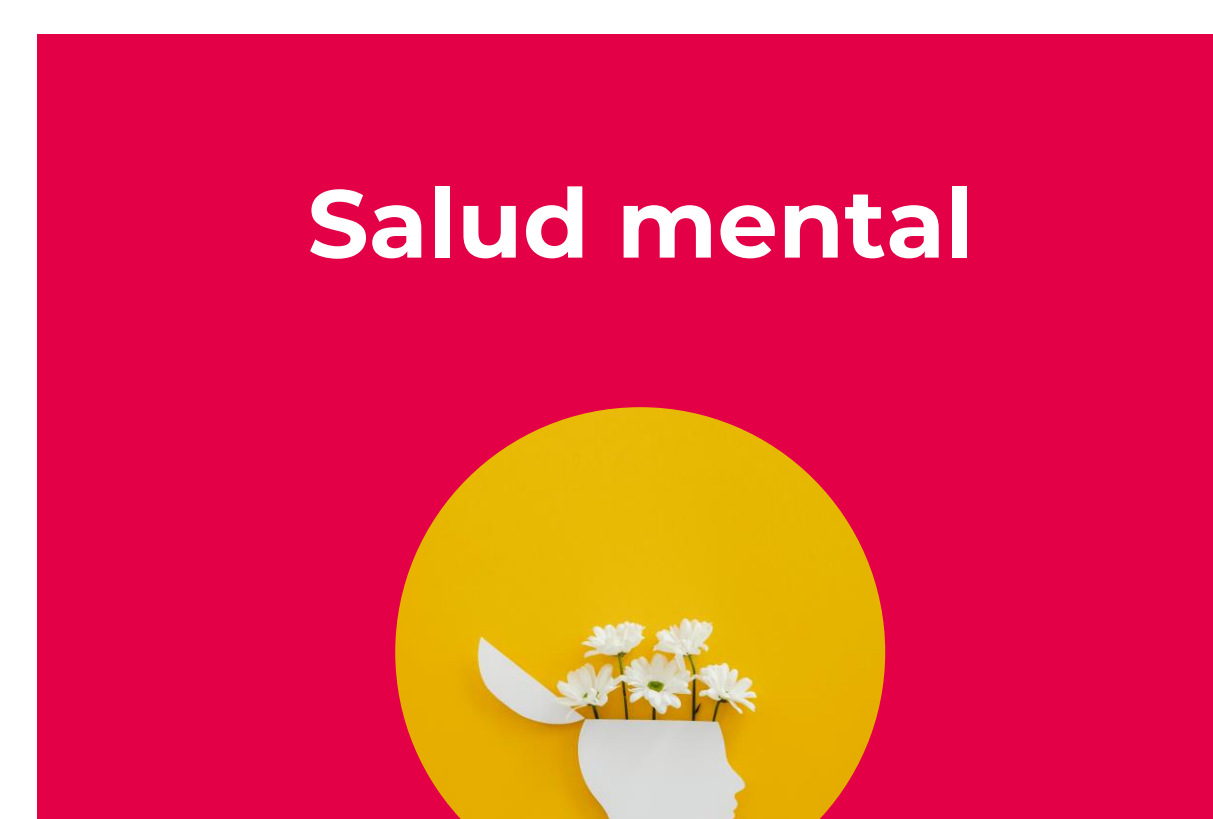
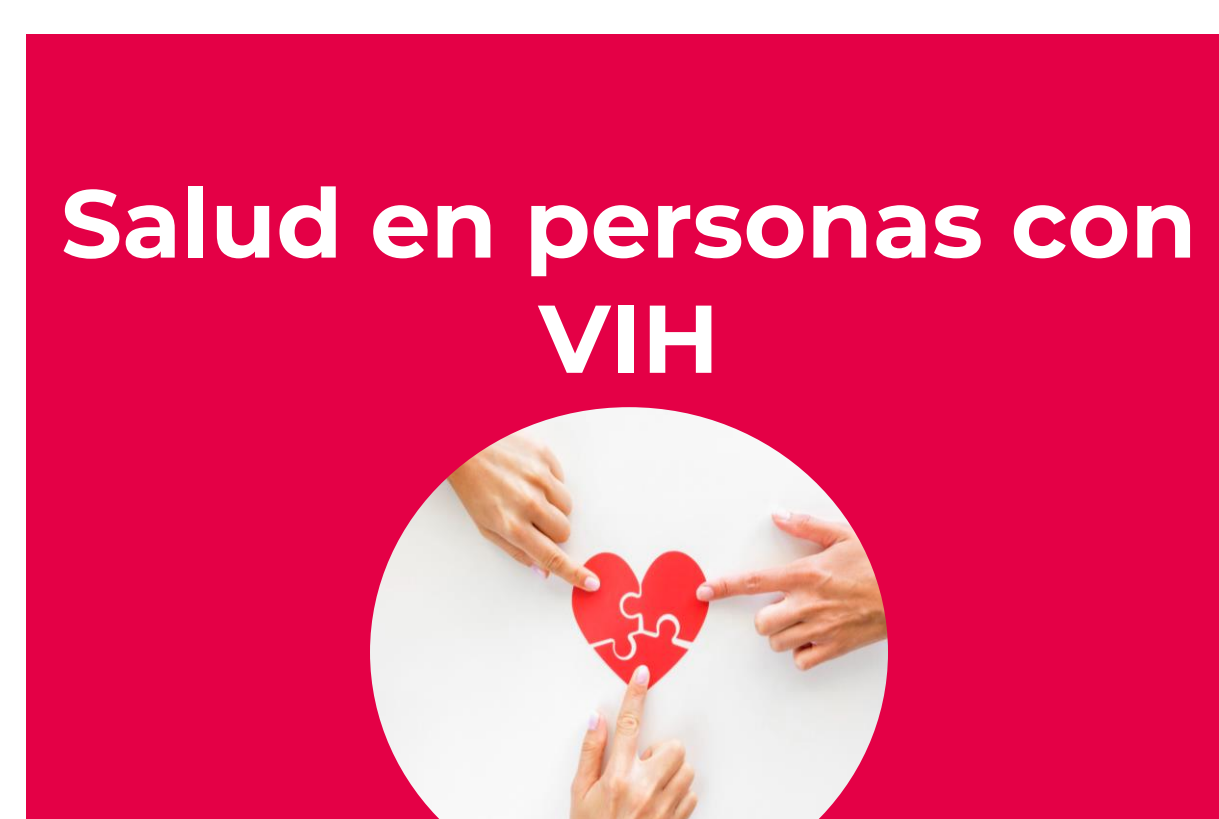


La **implicación de las PVIH en el autocuidado** y en todos los procesos de toma de decisiones relacionados con su propia salud y bienestar es clave para **mejorar su calidad de vida relacionada con la salud a medio y largo plazo**.



El programa ha de incluir **herramientas para mejorar la comunicación médico-paciente**, una barrera clave para la participación de las PVIH en el proceso de autogestión de su enfermedad y en su implicación en la toma de decisiones médicas compartida.

Se han identificado **5 áreas de salud prioritarias** para desarrollar el programa:



El CIES señaló la necesidad de **ofrecer información y recomendaciones** sobre **cuidados para la salud** específicos en cada área prioritaria y proporcionar **conocimientos y habilidades** que permitan a las PVIH prevenir e identificar de forma precoz potenciales problemas de salud.

La información recogida ha servido para la realización de **4 piezas audiovisuales** para mejorar el autocuidado y el bienestar de las PVIH que serán evaluados a finales de 2023.

CONCLUSIONES. Capacitar a las PVIH proporcionándoles herramientas para el autocuidado es fundamental para el desarrollo de competencias en salud y la mejora a largo plazo de su calidad de vida relacionada con la salud. Además, mejora la interacción de las PVIH con sus proveedores/as de salud y su experiencia con los servicios de salud.



AGRADECIMIENTOS

“ME CUIDO es un proyecto realizado gracias al apoyo de ViiV Healthcare.

Este proyecto ha sido posible gracias al trabajo de las personas que participan en el CIES y gracias a Dani, Raúl y Rosa que han participado en los vídeos.