REDCA+ más allá de los NÚMEROS

Créditos

El presente libro, ha sido realizado, con el apoyo y coordinación de los Puntos Focales Nacionales vigentes hasta el 2014 en cada país.
Las personas entrevistadas, proporcionaron su autorización escrita, al Programa Regional REDCA+, para su respectiva publicación y uso de fotografías.

Desarrollo de Entrevistas y Elaboración de Historias:
Claudia Mireya Posadas
Comunicadora del Programa Regional REDCA+

Coordinacion de entrevistas:
Puntos Focales Nacionales

Secretario Regional
Otoniel Ramírez Hernández

Director del Programa Regional REDCA+,
Sergio R. Montealegre B.

Unidad de Coordinacion de Monitoreo & Evaluación del Programa Regional REDCA+
Evelyn Cardoza Hernández: Guatemala, Costa Rica y Panamá
Julissa Mena Santamaría: Belize, El Salvador, Honduras, Nicaragua

Transcripción de textos:
Claudia Mireya Posadas
Comunicadora del Programa Regional REDCA+
Jenny Lozano “Te lo redacto”

Diseño y Diagramación:
Comunicaciones Programa Regional REDCA+
Stamper

Reconocimientos Institucionales:
RED CENTROAMERICANA DE PERSONAS CON VIH, REDCA+
DIRECCION DEL PROGRAMA REGIONAL REDCA+

Este libro es Financiado por:
FONDO MUNDIAL DE LUCHA CONTRA EL SIDA, TUBERCULOSIS Y LA MALARIA

Año de publicación
2015

Número de ejemplares

REDCA+ más allá de los NÚMEROS

“Tenemos la misión de abrir más espacios para que se conozca el verdadero rostro del VIH, romper con el estigma y la discriminación abrumadora en la región; esto contribuirá significativamente a facilitar oportunidades de superación e incorporación social.”

Índice

Belize 11

Costa Rica 25

El Salvador 53

Guatemala 59

Honduras 81

Nicaragua 107

Panamá 125

Prólogo

Más allá de lo números...
Muchas personas al tener el presente libro en sus manos y leer su título, se estarán preguntando ¿qué querrá decir más allá de los números? Para dar respuesta a esta interrogante, considero importante poner en contexto a cada uno-a de los-as lectores de cómo llega este libro a su mano, que más allá de historias de vida de personas con VIH, son historias de éxito, de creer, de tener metas en la vida y luchar por alcanzarlas; en donde para lograrlas, primero hay que darse cuenta que ser VIH+, sólo es una condición de salud y que dicha condición de salud no debería ser una limitante para seguir adelante; aunque en la practica y en mi propia experiencia de vida, la limitante si existe. Personalmente he aprendido que la condición de salud por sí sola no nos debe limitar a seguir soñando y sobre todo a trabajar día a día para alcanzar ese sueño a pesar que existen barreras estructurales sociales, que hacen que esos sueños cada vez sean menos alcanzables.

Más allá de los números, es la transformación de los indicadores y números fríos, con los que el Fondo Mundial de Lucha contra el Sida, la Tuberculosis y Malaria, mide el éxito o fracaso de una subvención Vrs una perspectiva humana; aquí los números pierden su frialdad y dejan entrever cómo las personas con VIH de la región centroamericana, se han beneficiado de este proceso contribuyendo a mejorar su calidad de vida. Sin embargo estas historias no fuesen las mismas hoy en día y probablemente no las conociéramos, sino se contará con proyectos como el subvencionado por el Fondo Mundial

Más allá de los números, permite transformar indicadores fríos como: Número de personas capacitadas con metodologías de cambios de comportamiento para personas con VIH; Número de personas con VIH que recibirán al menos una visita al mes durante cada seis meses o número de personas con VIH que han pasado al siguiente nivel escolar; a indicadores más humanos; en donde las mismas personas con VIH que representan estos números son las mismas que nos narran sus historias y nos dejan entrever cómo el programa regional de la REDCA+ les ha permitido retomar sus vidas y seguir con sus proyectos personales.

Por tanto, más allá de los números, es un reflejo de la necesidad de seguir invirtiendo en procesos sociales, que permitan a las personas con VIH realizar cambios sustanciales en sus vidas, y que este cambio sea el que ayude a lograr la sostenibilidad de las acciones, que sólo se pretenden medir con números y más números.

Por último, quiero agradecer a cada uno de mis pares, que se han atrevido a salir de los indicadores numéricos y darle el rostro a esas cantidades, que hemos reportado al Fondo Mundial durante 7 años y que nos han merecido altas calificaciones, calificaciones que cobran sentido con historias de éxitos y sueños por vivir, como las que están por leer.

Sergio R. Montealegre B.
Director Programa Regional REDCA+

Presentación

“El empoderamiento de las personas con VIH, cobra fuerza en la medida que logramos hacer un proceso de auto análisis a través del cual, captamos, internalizamos y comprendemos, que las decisiones que tomamos, son esenciales para recobrar el control de nuestras vidas y que además, permite esforzarnos y hacer valer nuestros derechos”.

A lo largo de los años, desde la creación de la REDCA+, hemos cosechado muchos logros y aprendizaje. Esto nos ha permitido obtener experiencias buenas, como aspectos a mejorar. Nacimos como una organización de personas con VIH, orientadas a velar por la promoción y defensa de los derechos humanos, con el objetivo de abonar a la respuesta al VIH.
Como REDCA+, nos hemos mantenido apegados a nuestros objetivos; permitiéndonos incidir en la vida de muchas personas con VIH, lo cual nos llena de mucha satisfacción,alegría y nos motiva seguir adelante.
Geográficamente, hemos trascendido las fronteras a nivel regional; llegando a más personas a través de sus organizaciones, en donde poco a poco a través de nuestro trabajo, hemos cimentado en ellos/as el valor de vivir, de poder re-descubrir su rol como individuos y que a pesar de las adversidades, somos personas valiosas y capaces de enfrentarnos cotidianamente a los retos de la vida.

Este libro, plasma en cada una de las historias el crecimiento de muchos seres humanos, quienes han tenido el valor de cambiar pensamientos y en algunos casos estilos de comportamientos, que los han llevado a retomar las riendas de sus vidas. El empoderamiento reflejado en cada historia, demuestra procesos profundos de restauración personal y de mucho crecimiento, las cuales permiten cambiar la percepción del lector, y poder comprender que las personas con VIH, tenemos la capacidad de accionar y decidir sobre nuestras propias vidas y que con responsabilidad y respeto a nuestros derechos y deberes; podemos incorporarnos a la vida productiva de cada país, generando un ambiente de inclusión con menos discriminación y estigma.

Otoniel Ramírez Hernández
Secretario Regional de REDCA+

Presentación

La Red ofrece un espacio regional para la generación de capacidades, el intercambio de experiencias, la motivación mutua y el empoderamiento en beneficio de la inclusión social de las personas que viven con VIH. Al mismo tiempo, potencia la creación de lazos de identidad centroamericana y se avanza hacia la construcción de una comunidad social regional que lucha y trabaja unida para lograr su desarrollo.

Parte de los frutos del trabajo desarrollado hasta la fecha queda plasmado en los testimonios de vida que se presentan en este libro; los cuales evidencian el esfuerzo y dedicación de personas que han sabido aprovechar la oportunidad que la REDCA+ les ha ofrecido y trabajan para ser agentes de cambio y líderes en sus comunidades. Su ejemplo de superación, no solo motiva y ayuda a personas que viven y luchan día a día contra el estigma y la discriminación, sino que también, es un incentivo para seguir apoyándoles y un llamado para unirnos a su esfuerzo.

Cada relato expuesto en este libro es una mirada profunda, a seres humanos capaces, valientes, cálidos y sensibles, que luchan solidariamente por sus pares y que trabajan por tener más y mejores oportunidades para ellos y la región en la que habitan. Asimismo cada historia pone en evidencia el enorme beneficio de la REDCA+ y su capacidad como grupo organizado de generar cambios para sus integrantes y la sociedad en su conjunto.

La SISCA aprovecha este espacio para reiterar su compromiso de apoyo a la REDCA+ y su deseo de continuar impulsando desde el ámbito regional iniciativas que contribuyan a dignificar la vida de las personas con VIH en la región y que propicien la inclusión como entes productivos y agentes de cambios para la construcción de una mejor Centroamérica, seguros de que, sumando voluntades lograremos multiplicar beneficios.

Ana Hazel Escrich
Secretaria General
Secretaría de la Integración Social Centroamericana
SISCA

Monitoreo y Evaluación, Implementando Estrategia en Centroamérica

Aportar de manera significativa en un proyecto para beneficio de las personas con VIH de la región Centroamericana, ha sido una experiencia invaluable, tener contacto con las necesidades de las personas, ser parte de sus vidas, compartir ambientes, sus limitantes, conocer sus necesidades, comprender su forma de vida, ha sido impactante y absolutamente extraordinario.

Asumir el reto de llevar un beneficio, que no solo satisface momentáneamente, sino, que transforme sus vidas de manera sustancial, hacer cambios relevantes en las personas de la región, es gratificante.

Es motivador ayudar a recuperar la vida que se estaba apagando y que a través de una intervención oportuna, se logró hacer un cambio fundamental en su calidad de vida.
Llevó la imagen de tantos rostros llenos de alegría por un sueño alcanzado, por una meta cumplida...

Como parte del equipo ejecutor del proyecto, me llevo en la memoria todos estos momentos, donde no solo vi cambiar la vida de ellos, sino que ellos cambiaron mi forma de ver la vida.

Julissa Mena Santamaría
Coordinadora de M&E Programa Regional REDCA+
para El Salvador, Belize, Honduras y Nicaragua

Monitoreo y Evaluación, Implementando Estrategia en Centroamérica

Hay historias tan especiales que merecen ser contadas. Las personas con VIH de la Región Centroamérica, son, sin duda, muchas de ellas.

Quedamos ante las historias, las vivencias más sensibles y personales de líderes y lideresas que iniciaron cambio de comportamiento ante una condición de salud ,utilizando herramientas brindadas en las diferentes capacitaciones. Además, algunos se han esforzado por prepararse académicamente, lo que ha permitido que sus vidas, tomen un giro totalmente diferente.

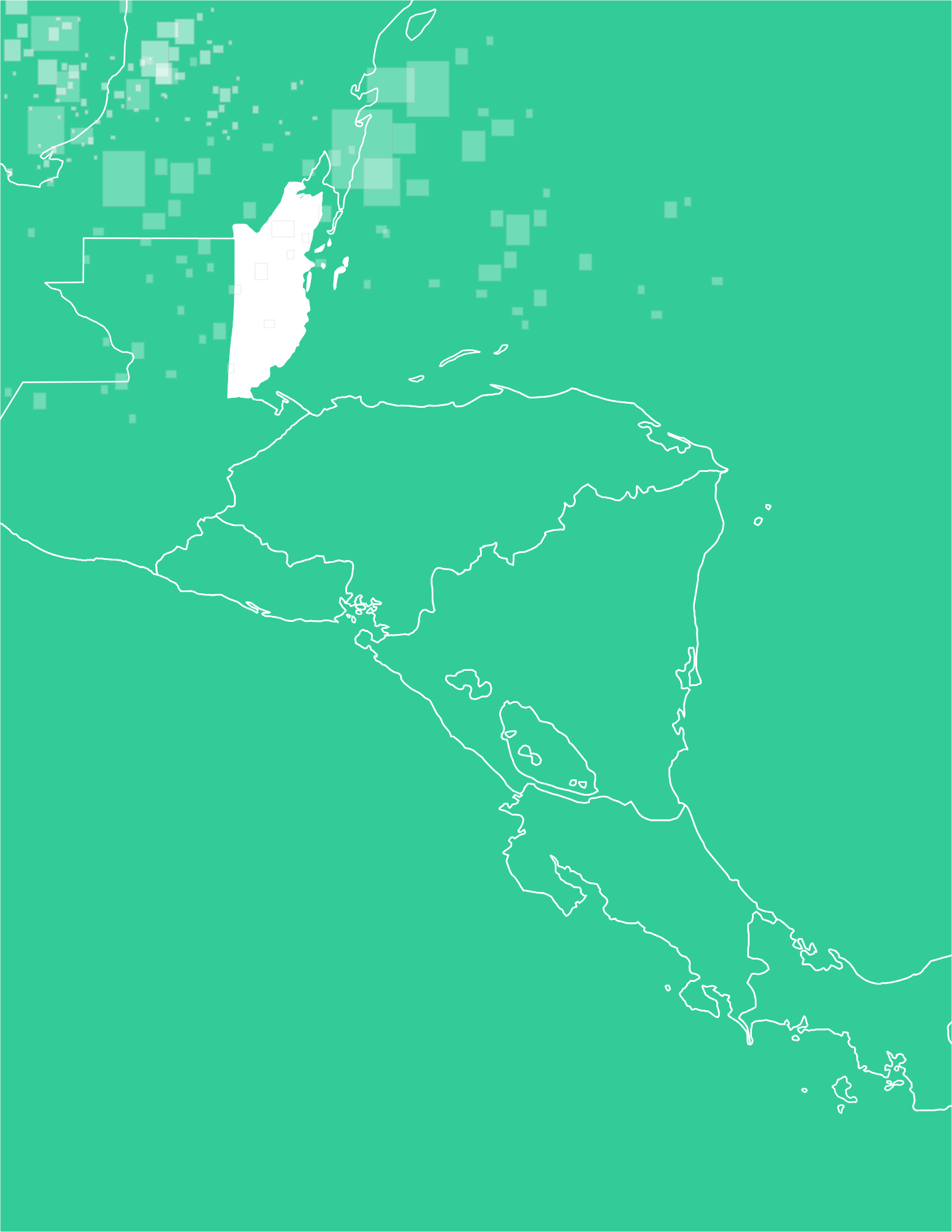
La clave de ese impacto no está sólo en las historias – apasionantes -, sino también en su esmero por continuar realizando cambios que contribuyen a mejor su calidad de vida con un entusiasmo contagioso, que infunden ilusión y espíritu de superación y que motivan a sus pares a levantarse y salir adelante pase lo que pase.

Dichos logros han permitido evidenciar a los gobiernos, agencias de cooperación y otros donantes, que cuando hay interés por parte de la sociedad civil y existe el apoyo de organizaciones como REDCA+, los resultados se perciben bajo una perspectiva cualitativa y no solo cuantitativa..

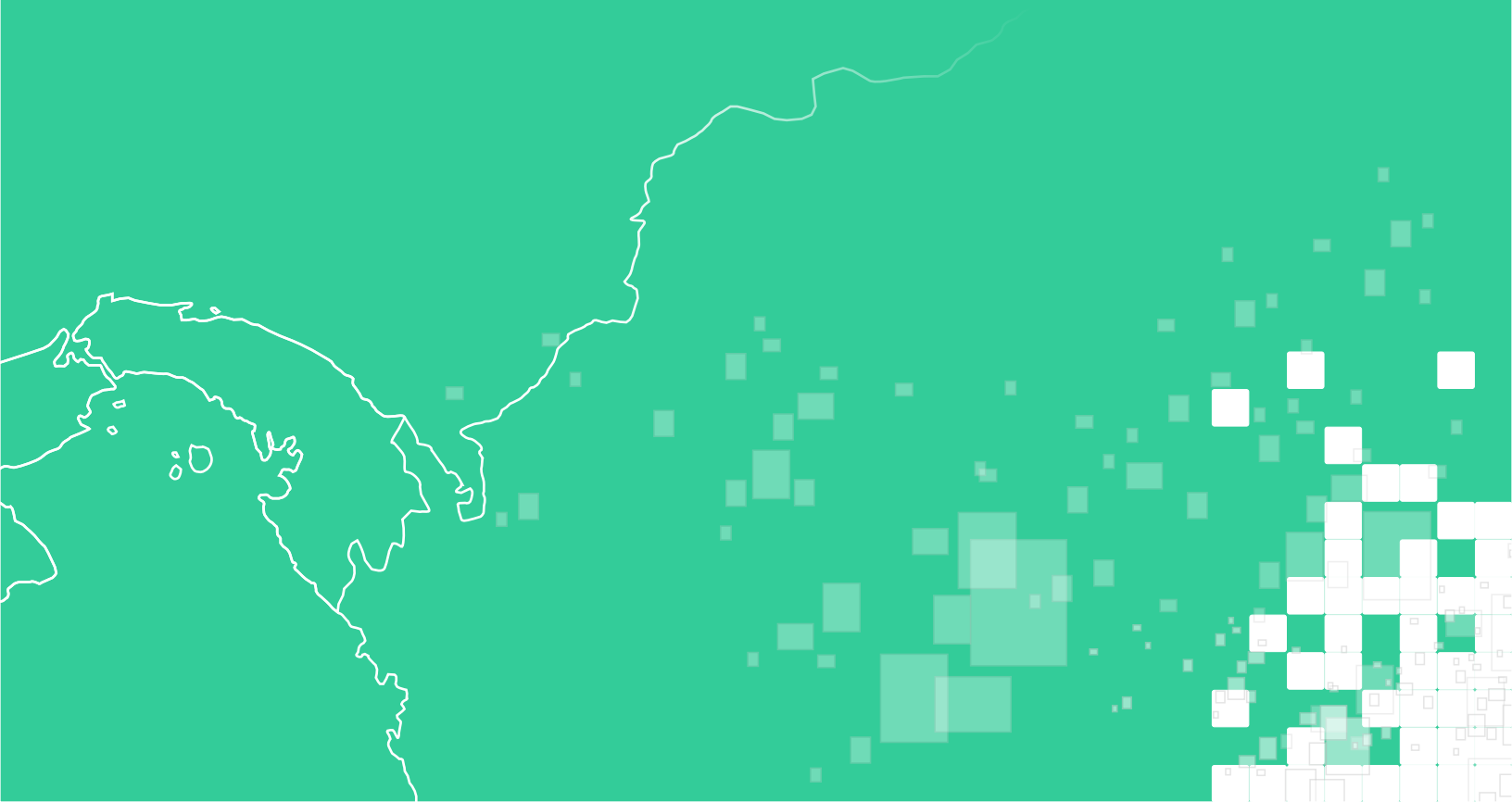
Es admirable observar la trayectoria de vida de las personas acá narradas, cómo han sabido crecer, superarse con cada dificultad del camino; cómo supieron salir de su forma tradicional de vida y encontrar el coraje necesario, para convertir los problemas en oportunidades, con la firmeza y determinación de salir a delante.

Tengo la inmensa fortuna de trabajar en algo que me apasiona, ayudar a las personas en la continuidad de sus proyectos de vida y en la perpetuación de su legado, a nuevas generaciones de líderes y lideresas que unidas y comprometidas lograrán erradicar el estigma y la discriminación que aún persiste .Hemos podido comprobar, de primera mano desde el área de Monitoreo y Evaluación, el impacto que han generado las estrategias y acciones desarrolladas a través del Programa Regional REDCA+ en cada una de las vidas de estas personas a las que hemos logrado llegar a través de las Subvenciones del Fondo Mundial del 2008 al 2015.

Evelyn Beatriz Cardoza Hernández
Coordinadora de M&E Programa Regional REDCA+
para Guatemala, Costa Rica y Panamá



Belize



Damián García

“Creí que por vivir con VIH, jamás tendría la oportunidad de continuar mis estudios. Ahora, a mis 31 años, he retomado mis estudios y me siento libre”.

“Cuando yo me enteré de que era portador del VIH, fue quizás una de las maneras más crueles de cómo te puedes enterar, ya que fue a través del diagnóstico de mi hijo. En el embarazo de mi esposa me di cuenta de que era portador; en ese momento, mi reacción fue terrible ya que no solo era yo el que tenía el virus, sino mi familia entera.

Además de enterarme de mi condición, también me quitaron el trabajo. Yo trabajaba en una tienda, de despachador, y los dueños empezaron a sospechar de mi enfermedad y aunque nunca tuvieron pruebas, decidieron botarme del trabajo. Mientras tanto, sentía que todas las puertas se me cerraban...

Aún no conocía REDCA+, y fue posteriormente, a través del punto focal de Belize, como me enteré. Esa persona me invitó a participar en diferentes actividades para ayudarme a sobrellevar mi enfermedad; sin embargo, mi depresión era tan grande que apenas si me quedaba tiempo para entender mi condición, mucho menos me iba a interesar superarme. Había perdido cualquier tipo de interés por progresar.

En una ocasión, estando n un grupo de apoyo, me hablaron de la posibilidad de obtener una beca y continuar mis estudios, hice los trámites y mi sorpresa fue que me la otorgaron, para m íeso fue algo impensable, y desde ese momento dejé de sentirme la persona encarcelada y retomé mis estudios, después de haberlos abandonado por más de 13 años Y Tras haber perdido la práctica de estudiar, me di a la tarea de ir a la escuela.

Ahora siento libertad, porque sé leer y escribir, ya no pregunto qué dicen la instrucciones o indicaciones de algo, porque ahora yo leo. Mucha gente me decía:"Te vas a morir" porque nadie tenía una información acerca de la enfermedad; y por no saber leer, no podía buscarla y poder adquirir conocimientos que me brindaran esperanzas de vida, ahora es diferente y puedo saber que existen alternativas para tener una vida aún con elVIH; sé que hay investigaciones acerca del virus y eso me da esperanza.

La beca me ha abierto posibilidades especialmente, me ha dado mucha motivación, porque además me interesé por aprender electricidad y, aunque me hayan echado del trabajo, puedo hacer "trabajitos" independientes y puedo defenderme. Creo que la educación nos ha servido para que nos apoyemos unos con otros y para que la gente vea que podemos progresar, que somos gente normal como cualquier otro.

Mi propia familia aún me discrimina, pero ya no me siento humillado, porque sé, que a pesar de mi condición, me he superado y tengo el apoyo de REDCA+ que para mí son mi familia, me entienden y me dan la oportunidad de aprender aún más. La gente que me conoció antes y que me ven ahora, se alegra porque gracias a Dios no me dejé vencer; cuántas personas se han quedado en el camino y no han logrado llegar hasta donde yo estoy. Ahora comprendo mejor qué es el VIH y cuando hay gente que me dice:"¡tienes Sida!" Les digo:"despreocúpese, que soy yo el que me tengo que cuidar de ustedes".

En el futuro me veo progresando aún más, ya que haber obtenido la beca ha sido un primer paso para mi crecimiento como ser humano. Tengo vida, tengo familia que me necesita y por ellos debo superarme. La beca fue algo que nunca soñé, ahora me siento libre y he aprendido que tengo el control de mi vida y que aún hay gente que aún cree en mi".

Diego Grajales

"Aunque ande triste yo siempre voy a estar sonriendo, porque me encanta
la gente, saludarla, abrazarla"

Un joven alegre, lleno de optimismo y ganas de superarse...Con muchas ganas de vivir.

Así es Diego quien procede de una familia tradicional, en donde el machismo y la discriminación eran el pan de cada día. Hablar de temas como la homosexualidad o las enfermedades derivadas de conductas "no tradicionales" era pecado; ni pensar que uno de sus hijos pudiera llevar una doble vida.

Este es el caso de Diego, quien a sus 15 años, decidió volverse una persona adulta, independiente y tomar sus propias decisiones de vida, abandonó su hogar, sin pensar que ese momento sería el inicio de una vida diferente.

Como cualquier joven de su edad, Diego departía constantemente con amigos en fiestas, tenía una vida nocturna desenfrenada, en donde el licor y el sexo eran sus mejores compañías.

"Era una vida que me hacía sentir bien, porque además de compartir con los que consideraba mis amigos, podía ser yo, me sentía completamente libre. El estilo de vida que yo había adoptado, me hacía sentir bien, me hacía sentir independiente , dueño del mundo, sin tener que darle explicaciones a nadie; por supuesto, que en aquel momento, mis estudios no entraban dentro de mis prioridades y como mi madre era quien pagaba la escuela, no quiso continuar haciéndolo. Fue así como tomé la decisión de abandonarlos, era lo que menos me interesab ay simplemente dejé de estudiar durante siete años.

Mi vida cambió cuando, un día, a mis cortos 19 años fui diagnosticado con VIH. Entonces, esa vida que había construido, se empezaba a derrumbar, lo primero que pensé fue¿cómo podía tenerlo?Era algo que jamás consideré; y a pesar de la vida desenfrenada que llevaba, la pregunta hasta el día de hoy es quién tomó ventaja de mí.

Transcurrido el tiempo, después de mucha apatía por la vida, de tener pensamientos suicidas y de ver la vida como la muerte, un amigo, me llevó a un lugar en donde podían ayudarme y sin más que la necesidad de escuchar y sentirme comprendido, conocí a REDCA+. Entre otras cosas, me hablaron de un programa de becas; sin embargo, yo no había llegado buscando ese apoyo, pero paradójicamente fue el gancho qué me acerco a conocer a otras personas en condiciones similares. La diferencia entre ellos y yo, es ellos eran felices; sin lugar a duda eso me motivó y me dio un sentimiento de pertenencia que me inspiraba ayudar a más personas para que entendieran su condición. Fue en ese tiempo que me ofrecieron la beca, la cual vi como una oportunidad, no solo de continuar mis estudios, sino también para poder llegar a más jóvenes, que como yo, probablemente estaban pasando por la misma situación.

Me siento orgulloso de poder cursar tercer año de bachillerato, de poder participar en actividades dentro y fuera de la escuela y llevar información acerca de esta enfermedad; la beca me ha abierto nuevas posibilidades de crecer como persona, como profesional y como ser humano, ya que me ha motivado a seguir ayudando, no solo con información, sino emocionalmente, a otras personas. Mi sueño más grande es trabajar desde Naciones Unidas por la prevención del VIH.

Mi vida ha cambiado radicalmente, no sé si en la escuela las personas sepan de mi condición, pero no sufro de discriminación, ni en mi familia, ni en mis amistades, los que saben me aceptan como soy.

Yo ahora tengo el control de mi enfermedad, soy adherente a mi medicamento, trabajo en el área de visitas domiciliares y ayudo a otras personas a que conozcan cómo mantenerse adherentes. Para ello, llego hasta los lugares más lejanos de Belize, ahí, donde crees que no hay vida, llevo paquetes nutricionales y sobretodo información y consejería.

La beca me ha dado un sentido de vida que creí haber perdido.!!!

Las oportunidades te llegan y nunca es tarde para cambiar, haber conocido a REDCA+ y obtener la beca me han enseñado que lo sueños no deben morir con undiagnóstico, que necesitas apoyo para superarte, necesitas conocer a otras personas en tu misma condición y entender que aún hay vida para ti y que tienes la posibilidad de convertirte en un ejemplo como persona. Aquellos que un día me vieron y pensaron “pobre, este va a terminar sin nada, terminará mal”, ahora me ven empoderado y asertivo con mi trabajo, en el área de prevención. Ahora ellos dicen “¡Wow, Diego! ¿Eres tú?”;no pueden creerlo, ello sme respetan.

Muchas veces me pregunté cómo adquirí el virus, nunca lo supe y quizás no lo llegue a saber; pero lo que sí es cierto, es que gracias a ese diagnóstico ,el cual un día me llevó a la desesperación y a querer morir, me ha permitido, tener una vida diferente. Quizás para muchos puede sonar contradictorio, pero el VIH, me ayudó a darle un sentido a mi vida. Ahora sigo siendo un joven alegre, pero con un sentido de responsabilidad, que es lo que hace la diferencia.

Acercarme a REDCA+ me enseñó a ver la vida diferente, a vivirla, y doy gracias a Dios por cada respiro; ahora tengo hambre de seguir aprendiendo y de retribuir lo que me han brindado, ayudando a otras personas .Para mí se trata no solo de la oportunidad de seguir estudiando, sino también de involucrarme en el trabajo que realiza la red. La beca me dio la confianza que necesitaba como ser humano. Mi familia, que también ha sido fuente de inspiración, me hace tomar la decisión de seguir superándome y de mantener vivo el sueño de llegar a Naciones Unidas, pero sobretodo, REDCA+ me ha ayudado a aceptar mi realidad, a solidarizarme y a sentirme útil para la sociedad”.

Fabian Kaw

Pensé que todo había terminado,
Dios me ha dado la oportunidad de estar en
esta tierra otra vez...

Fabián es una persona con bastante tranquilidad , pero con mucho deseo de superación. Conoció a REDCA+,en un momento que él había dejado de creer que para él, aún existían las oportunidades.

"Cuando me dijeron, hace tres años que yo tenía VIH, pensé ¿y, ahora qué hago?, ¿quién me puede ayudar?, me sentí solo, abandonado y contrariado, ya que en ese momento, mi padre estaba en la cárcel y mi madre acababa de fallecer. Sentí que la vida se había terminado para mí.

Mi vida era incierta, y aún más, porque además de mi diagnóstico, desde muy joven había abandonado mis estudios, por problemas económicos, por lo tanto la oportunidad de superarme era casi nula. Para cuando yo supe de mi condición, la falta de información era tan grande, que se veía aún más oscuro mi panorama, era lejana la posibilidad de informarme sin saber leer, cómo podía hacerlo? Realmente me sentí solo" y bastante triste.

Mi vida había terminado.

“Fue tiempo después, que conocí al punto focal de REDCA+, acá en Belize, y él me ayudo a no sentirme tan solo, a pensar que la vida continuaba y que podía aún tener la oportunidad para aprender y crecer como persona, como uno de los beneficios que REDCA+ daba era la posibilidad de continuar mis estudios y fue así, que esta persona, me dijo que metiera mis papeles, que optara a la beca; tome valor y decisión y lo hice,, lo hice y me dieron la beca.
Esta oportunidad no solo me ha permitido aprender a leer y escribir, sino también a sentirme útil, que puedo valerme por mí mismo, ya que puedo participar en reuniones y opinar, puedo levantar mi mano y me escuchan con respeto cuando hablo y doy mi opinión de algo, cosa que antes no podía, porque por la falta de conocimiento en el tema de VIH yo no opinaba, ahora sé leer ya nadie me lee las recetas, ya no me dan pastillas vencidas en las farmacias, relata mientras sonríe.

La beca le ha dado sentido a mi vida, porque soy una persona que le gusta saber, preguntar, dedicar tiempo a otras personas, servir de ejemplo; y ahora puedo hacerlo. Voy a los hospitales y hablo a personas que necesitan escuchar palabras de aliento y que necesitan saber que se puede seguir adelante.
La vida empieza a sonreírme. En la escuela hay gente mayor que está estudiando, así como yo buscamos superarnos y nos ayudamos, todos somos solidarios. La gente que me conoció antes se asombra de este giro en mi Sin embargo, no todos saben que gracias a mi condición he tenido estas oportunidades, aquí en Belize, el tema de discriminación es fuerte y mi familia no es la excepción, ellos me han discriminado por ser VIH positivo.

Una de las mejores cosas que la red tiene, son las becas porque da oportunidad a gente como yo que se ha abandonado por la depresión, a que tengan una razón por la cual se debe seguir. La beca, me ha permitido estudiar y eso me ha empoderado de información, ahora tengo confianza en mí mismo y cuando hay reuniones puedo hablar, antes tenía que sentarme al lado de alguien para que me leyera los papeles que daban, ahora soy yo el que dice a aquí, aquí voy a firmar”, dice sin dejar de sonreír.

Marcos Basto

"La vida no termina, cuando tú lo piensas; es cuando probablemente, inicia algo grande y sobre todo, si sabes que hay personas a tu alrededor que te quieren mucho"

Este es el pensamiento de Marcos, una persona que ahora ve la vida de una manera diferente, gracias a la ayuda de la visita domiciliar que recibe a través de REDCA+.

“Fui diagnosticado en el 2009, pero no fue sino hasta el 2013,cuando empecé a vivir y ver la vida diferente, ya que tuve la oportunidad de conocer a personas en similares condiciones de salud y con las mismas dudas que yo tenía; a través de la visitas que mis pares me realizaban, podíamos platicar y me explicaban que cosas hacer y cuales no para mejorar mi condición de vida.

Antes de ser diagnosticado, yo era una persona que no tenía un estilo de vida saludable; mi vida era más bien nocturna, era una persona despreocupada, pensar en la protección, ese no era un tema en mi vida. Cuando yo me enteré de que era VIH positivo, mi reacción fue quizás como la de todos los que recibimos una noticia tan devastadora; sin embargo, creo que estaba preparado porque sabía la vida que llevaba, pero aun así, la noticia fue impactante. En ese momento, no sabía qué hacer, lo que sí sabía, era que me iba a morir. Los únicos a los que les comenté de mi situación fue a mis hermanos quienes desde el principio me dieron su apoyo, el resto de mi familia aún no lo sabe.

Yo era una persona bastante encerrada en mí mismo, cuando recibí por primera vez la visita de estas persona, entendí que podía hablar sin ser criticado o cuestionado, que alguien afuera podía entenderme y aconsejarme para llevar una mejor calidad de vida, no solo para mí, sino también para mi familia y que no debía abandonarme en mi dolor, ya que mi salud se deterioraba si perdía mis controles médicos. Ellos hicieron que cambiara y regresara de nuevo a mis controles y a convertirme en una persona completamente adherente. Entendí que lo que me pasaba a mí, no era el punto y final, sino todo lo contrario, había mucho por delante.

Ahora tengo un grupo de auto apoyo, el cual va creciendo y me permite sentirme útil porque soy parte de los testimonios que ayudan a otros, aconsejarlos ante las situaciones que ya viví es lo mejor que uno puede hacer porque ahora ellos empiezan a experimentarlas y necesitan salir adelante. Pero también, me preocupo por informar a mi familia, ya que eso es vital para que ellos me entiendan y me apoyen. Tengo un sobrino, él es una de las razones y mi motivación para seguir adelante y cuando él tiene que hacer trabajos de investigación en su escuela, yo le paso información acerca del VIH para que informe a otros jóvenes de su edad. En verdad, me siento útil”, expresa con una sonrisa alentadora.

“Pero toda esta fuerza no la tendría sin la ayuda de estas personas que se tomaron el tiempo de llevarme consuelo a través de las visitas, sin ese apoyo no habría entendido que tengo mucho para compartir. Quiero prepararme para ser parte del equipo de visitadores y retribuir aún más la ayuda que he recibido, la motivación que ahora tengo es gracias al apoyo de esta Red.

Hoy puedo decir que tengo un futuro por delante, que me veo ayudando a otras personas, de cualquier forma que yo pueda, me veo viviendo más tiempo del que yo pensaba vivir...”

Miguel Aragón

"Nunca imaginé que a través de un juego yo pudiera aprender tanto y ver ahora la vida desde otra perspectiva..."

"Cuando me enteré que era VIH positivo, mi depresión fue tal, que sentí que ya no tenía futuro, que ya el mundo para mí se había acabado, me sentí abandonado, no sabía nada, más que mis días estaban contados".

Hace tres años mi panorama cambió radicalmente, recuerdo que un día me dijeron:'Miguel, usted es portador del VIH". En ese momento, no quise hablar con nadie, hasta que un familiar se acercó y me preguntó qué pasaba y le conté, sin saber que estaba frente a una persona con el mismo padecimiento. Posteriormente, se lo comenté a mi familia, pero ellos me discriminaron y, hasta el momento, no quieren saber nada de mí. Me tratan como si no fuera nadie para ellos. A pesar de sufrir rechazo, saqué fuerzas y pensé en buscar ayuda porque sentí que había una salida.

Fue así como conocí a REDCA+; un día me acerqué a un taller que ellos habían organizado, en ese momento, aún no podía abrirme públicamente con la gente pero ignoraba que todos los que estaban en ese evento tenían mi propia condición. Recuerdo que en ese taller escuché que nombraron a unos amigos; ellos sin temor contaron sus testimonios fue lo que despertó mi interés. Después de varias visitas a los talleres que coordinaba REDCA+, empecé a tomar confianza y a quitarme el miedo. Lo que más llamó mi atención fueron las dinámicas o juegos que utilizaban para acercarse a nosotros. Fue impresionante descubrir que a través del juego perdí el miedo y empecé a entender cómo tenía que ser mi comportamiento de ahora en adelante.

Cuando comencé a acercarme a la red, no sabía nada acerca del VIH, mucho menos qué era la adherencia a los medicamentos. Cada vez que jugaba con mis compañeros veía momentos de mi vida reflejados a través de los juegos y sin darme cuenta, estaba acercándome más y más al grupo, estaba dejando el miedo. Fue así como empecé a conocer y a comunicarme más con las demás personas. Entre todos nos apoyábamos y nos motivábamos a seguir aprendiendo acerca de los buenos hábitos de prevención y sobre una mejor calidad de vida.

A veces, en mis reflexiones, me pongo a pensar qué hubiera pasado si yo hubiera sido diferente. Cuando hago un recuento de lo que fue mi vida, antes de ser diagnosticado con el VIH, concibo dos momentos: antes y después de mi acercamiento a REDCA+. Antes, mi vida era desenfrenada, llena de fiestas todos los días, cada semana, después del trabajo me iba con mis amigos, era muy "alegre", por lo menos eso creía yo, pero cuando me dijeron mi diagnóstico y conocí la Red, la vida me cambió porque le di un sentido real, aprendí cosas elementales sobre cómo protegerme para no reinfectarme.

Además, comprendí que tener varias parejas no es lo mejor y logré ver más allá de mi diagnóstico, pude ver el VIH como un acompañante del cual, en este momento, estaba tomando ventaja.

Cuando empecé a recibir información y a entender a través de las actividades lúdicas, el porqué de muchas de mis actitudes, empecé a motivarme y a pensar cómo podía hacer para utilizar estas dinámicas con otras personas que estuvieran pasando situaciones de desesperación, como las que yo había vivido. Esto me dio la oportunidad de participar en actividades en donde otros jóvenes podían, a través del juego, liberar tensiones y aclarar dudas. Lo que se convirtió en una experiencia totalmente gratificante, ya que me dio la oportunidad de sentirme útil y poder aconsejar, de servir de ejemplo y que ellos me preguntaran y se interesaran por saber más. Ahora, cada una de estas personas son más alegres y motivadas.

Puedo decir que soy otra persona, con un comportamiento diferente, me he vuelto disciplinado con mis medicamentos, soy yo el que maneja mi vida y el VIH no me maneja a mí. Aún tengo un reto muy grande y es sensibilizar a mi familia, ya que ellos prefieren seguir en la ignorancia y considerarme muerto, Sé que tomará un tiempo, pero trabajo en eso día a día, sé que tengo un futuro por delante ,en el cual me veo como maestro, enseñando a otras personas acerca del tema, me veo como una piedra muy fuerte que va dando vueltas y vueltas pero que voy superando todo lo que venga.

Los juegos son una estratégica eficaz ya que permiten entender de una manera sencilla acerca de prevención, derechos sexuales ,autocuidado, así como el uso correcto del condón, todo eso que contribuye a generar mejores condiciones de vida.

Teresita Orosco

Me diagnosticaron el VIH en el 2006, la noticia para mí fue devastadora, fue terrible; tuve cuatro intentos de suicidio; para esa época, la información acerca del virus y sobretodo de los medicamentos que podían ayudar era casi nula. Todo eso abonaba a que uno entrara en pánico .Mi familia también tuvo mucho miedo de lo que podría pasarme, pero, por la misma desinformación que existía, al principio no me apoyaron, yo sentí rechazo por parte de ellos y aún hay algunos que tienen muchos mitos.

Mi hijo no creía que yo pudiera tener el virus, él se negaba a aceptarlo; sin embrago, después de un persistente trabajo de informarnos todos, ellos fueron cambiando su comportamiento hacia mí. A raíz de mi diagnóstico, llegué a una organización, en la cual empezaron a ayudarme y ellos creyeron en mí.En el 2011, tuve la oportunidad de conocer a REDCA+, Red que me dio la oportunidad de poder volver a sentirme útil, ya que a través de ellos, adquirí una beca de estudios la cual me ha llevado a otro nivel de vida. Después de haber dejado tanto tiempo de estudiar, a mis 35 años volví a la escuela y empecé a prepararme para ser alguien más útil, la REDCA+ me ha ayudado a comprender mejor cuáles deben de ser mis cuidados para tener una mejor calidad de vida.

Cuando regrese a la escuela recuerdo que el primer día de clases, fue muy especial, ya que me sentí fuera de base, me sentía vieja, en medio de tanto jovencito; sin embargo, traté de adecuarme pronto y hoy en día es uno de los lugares en donde me siento muy cómoda.

Estar becada ha significado una razón más para vivir porque he encontrado una razón de ser mas útil, de no quedarme estancada, de hacer un trabajo mas profesional; ahora mi comunidad y mis amigos tienen una percepción muy buena de mí, cuando ellos me ven se admiran y me preguntan acerca del VIH porque me ven como un ejemplo; y les hablo, les informó de cómo deben de prevenirlo; ellos me han dado muchísimo apoyo.

Los cambios que como persona he tenido en mi forma de pensar han sido gracias a que ahora me puedo informar más, ya no espero solo que me cuenten, sino más bien, ahora lo averiguo por mí misma. Poder leer y tener las herramientas necesarias para progresar, me han permitido aprender mucho para poder expresarme mejor, entiendo mejor las cosas y todo esto me ha llevado a tener trabajos diferentes. Actualmente trabajo haciendo visita domiciliar.

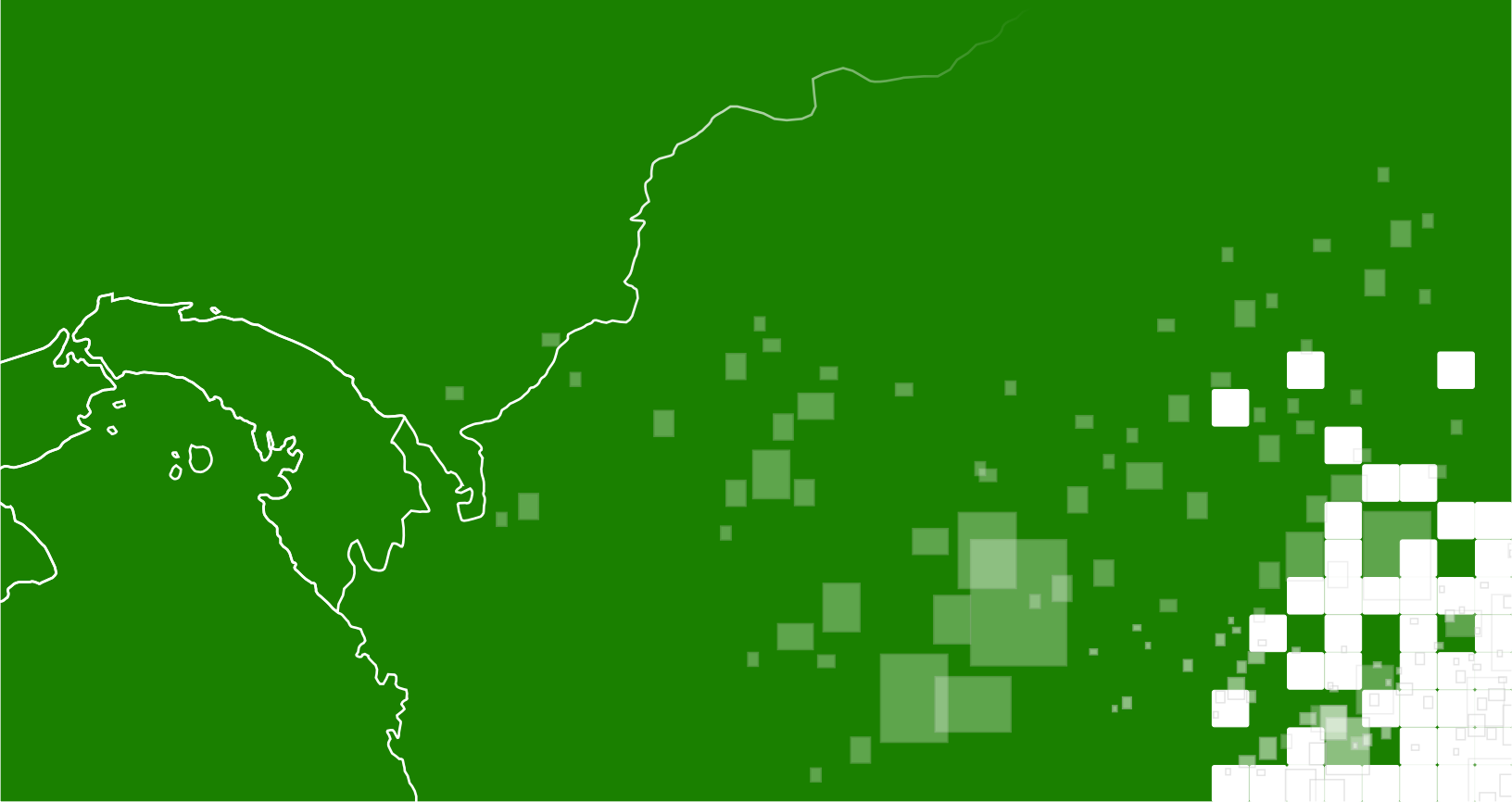
Tener las herramientas para informarme me ha empoderado de conocimiento y esto me ha llevado a tener el valor de poder compartir abiertamente mi condición y no sentirme menos que nadie, porque a pesar de mi condición, estoy sobresaliendo. A mi trabajo llegan bastantes personas que necesitan apoyo y me toca ayudarles, primero dándoles consejería, para que entiendan que no deben desfallecer, poner mi testimonio de vida frente a ellos, hace que entiendan que nadie quiere tener VIH, pero que debemos aceptar que lo tenemos y que no es el fin del mundo, que tenemos maneras de controlarlo, pero que depende de nosotros, de nuestra propia actitud, poder superarlo.

Una de las cosas que hago, con las personas que buscan informarse, es mostrarles el kit informativo y eso me alegra mucho porque ahora se los puedo leer y lo puedo explicar; me siento como una maestra enseñándoles a cuidarse. Me hace sentir que estoy haciendo algo bueno y que si yo no hubiera estudiado, no tendría la oportunidad de tener este trabajo, del cual me siento muy orgullosa.

Muchas de las personas que yo he visitado están sufriendo el rechazo de su familia y yo les digo que las personas con VIH necesitamos amor y mucho apoyo para entender y aceptar nuestra condición.

En el futuro me veo como una persona muy entregada a la causa, luchando por las personas con VIH, viviendo en un mundo mejor, apoyándonos emocionalmente, porque la gente quiere sentir consuelo. Ahora me siento una persona muy valiente, si yo no hubiera tenido la oportunidad de conocer a REDCA+ ya hubiera muerto, porque no tendría un sentido en la vida".

Costa Rica



André Hall Kirkland

“Al principio fue como una negación, pensé que mi vida se había terminado, ya no me importaba nada, era una apatía total hacia la vida”, comenta André en tono de reflexión”.

Yo siempre había pensado que era una persona sumamente informada, que tenía una actitud y una mente abierta hacia el tema de VIH, pero al verme del otro lado de la barrera, las cosas cambiaron, mi perspectiva de vida fue otra, fue como si todo se oscureciera, y lo más lamentable es que mi familia tuvo que ver esa parte de mi vida, aunque ellos no sabían qué me pasaba, fue duro para ellos también, al ver que poco a poco mi vida iba terminando.

Al principio, tenía que esconderme para tomarme los medicamentos, para que nadie de mi familia preguntara. Esa no aceptación de mi condición, hizo que yo enfrentara la carga solo y por un sin fin de 'rollos mentales' decidí dejar de tomarme los medicamentos, porque yo decía que eso era placebo para el cuerpo, que no me ayudaba en nada y todo era mental. Esta decisión casi me cuesta la vida, ya que me enfermé tremendamente y fui a parar al hospital. Fue en ese momento que mi condición dejó de ser un secreto para toda mi familia y amigos. MI diagnóstico, fue revelado

A pesar de que dejo de ser un secreto, esta noticia hizo que las relaciones con mi familia, se fortalecieran y me apoyaran mucho.

Estando en el hospital conocí a REDCA+. Empecé a asistir a unas reuniones en el hospital y casualmente, se estaban realizando unos talleres a los cuales me invitaron. En ese momento, sin saberlo me estaba acercando a lo que me abriría las puertas para hacer un cambio en mi comportamiento y fortalecer mis ganas por vivir.

Empecé a participar en cada una de las actividad y esto me dio la oportunidad de escuchar otras experiencias, pude ver que esto es como un proceso de aceptación de una nueva condición de vida, que tener VIH, no es extraordinario; pero que se aprende a llevarlo y a vivir con más tranquilidad. Deje de sentir, que tenía una sentencia de muerte; creo que fue y siempre será una oportunidad de aprovechar mejor la vida

A partir de ese momento las cosas son diferentes, el sol ha ido apareciendo eventualmente; mi familia y amigos lo perciben de otra manera. La vida no es fácil cuando te dan un diagnóstico, sobre todo, cuando has sido muy bueno dando consejos a otras personas, pero cuando me tocó a mí, el sentimiento de negación fue tan grande que yo creía que nada más valía la pena, ni siquiera intentarlo.

Mi cambio de comportamiento no solo me ha ayudado a mí, sino también a toda mi familia, ya que en la medida en la que participo en los talleres de REDCA+, me empodero a través de la información que recibo y considero que es mi deber compartirlo, no solo con mi familia, sino también, con mis amigos o en la calle. No necesariamente debo decir que soy portador, se trata simplemente de poder compartir la información; porque todo el mundo, por cultura general, debería saber a ciencia cierta qué es el VIH y evitar que haya tantos tabúes y discriminación. Aunque no estamos en los ochenta, siempre hay mucha desinformación y la gente se sigue muriendo por no conocer qué es lo que debe hacer.

Yo ahora pienso seguir trabajando, yo soy pintor de profesión, voy a seguir trabajando por informar y ayudara través de mi testimonio. Quiero decirle a la gente que no pierda la fe, que hay más vida, siempre y cuando la vivamos con calidad, y que aún podemos tener oportunidades de hacer grandes cosas en la vida".

A través de mi cambio de comportamiento, entendí que ya no tenía una sentencia de muerte sobre mí... sino una oportunidad de aprovechar mejor mi vida.

Charlín Aguilar

Soy una niña valiente y siempre me digo,
Diosito le da la fuerza a uno...

La verdad no sé cómo se supó en la escuela de que mi padre había muerto por tener VIH, desde ese momento todos andaban diciendo que yo tenía Sida y me gritaban ¡sidosa, sidosa! y me trataban mal, pero la verdad nunca me sentí ni mal, ni bien, simplemente me dio igual, yo no me iba a dar por vencida.

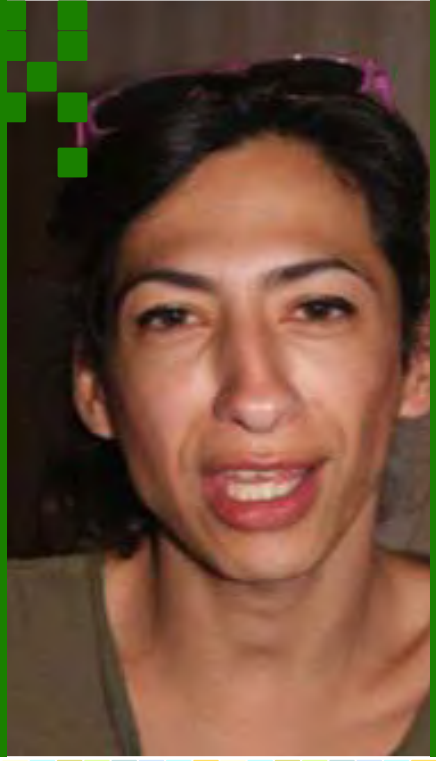
Yo nací con el VIH; sin embargo, nunca lo supe; yo sabía que tenía una enfermedad, pero no sabía cuál; fue hasta hace un año que comencé a preguntarle a mi mamá. Cuando ella me lo dijo, la verdad yo no lo tomé a mal, no me importó, pero cuando comenzaron los insultos en la escuela, me hicieron sentir menos, me hicieron pensar que era una niña inservible, inútil, ya no me sentía igual que los demás .Esa situación me llevo a una rebeldía que lo único que hacía era culpar a mi mamá y me preguntaba porque a mí, porque mi madre no se había cuidado porque había permitido que yo tuviera esta enfermedad. Transcurrido el tiempo empecé a comprender y valorar que sin mi mamá no hubiera salido adelante; si ella no hubiera estado pendiente de mi medicamento desde que estaba pequeña yo no hubiera vivido más, no hubiera compartido con ella ni con mis hermanos, ahora yo, le agradezco mucho porque siempre se ha preocupado por mis cuidados, hasta el grado de solicitar una beca para que yo pudiera continuar mis estudios y así poder apoyar también a mis hermanos.

Somos una familia que siempre hemos luchado mucho. Mi mamá es una persona sola quien le ha costado mantenernos y mandarme a la escuela, ha sido un gran esfuerzo. Un día ella escuchó acerca del programa de becas que tiene REDCA+;y pensó en solicitar una beca para mí para que no me quedara sin estudios. Poder estudiar me motiva a seguir adelante, ya que yo quiero ser veterinaria .Eso me gusta y lo voy a lograr. Porque la verdad es que creo que soy una niña valiente, ya que me he enfrentado a muchas cosas, discriminación, marginación, insultos y eso lejos de apagarme me ha dado mucha fortaleza. Ahora me siento como una niña normal que tengo la oportunidad, no solo de estudiar, sino de demostrarme y demostrar a otros niños, que yo también puedo, que no me siento menos, tengo mis dos brazos, no me falta nada, por eso puedo estudiar como los demás lo hacen, además quiero llegar a ser veterinaria.

La vida para nosotros los niños y niñas que tenemos VIH, no es fácil; muchas veces he pensado, que por la falta de información que hay en las escuelas y colegios, es que los niños discriminan, por eso me gustaría que alguien les dijera a las escuelas que dieran, en las clases de ciencias, más información acerca del VIH, para que se den cuenta de cómo es en realidad el virus y no es como ellos piensan; porque Dios nos hizo a todos iguales. Ellos no deben criticar, porque a cualquiera le puede pasar, a mi mamá no le paso por tonta, sino porque mi papá no quiso cuidarse.

Yo voy a seguir con mis estudios, aprendiendo cada vez más, porque esto ayudará a toda mi familia.

Dios sabe de todo corazón que amo a mi mamá y que lo doy gracias porque desde pequeñita ella me decía:"Tómese las medicinas, tiene que salir adelante. Charlín no se eche para atrás, usted es valiente". Entonces, siempre digo en mi mente, no me voy a echar para atrás, tengo que superarme, yo no me voy a quedar en el mismo lugar, voy a seguir estudiando y así me graduaré y seré veterinaria y con mi trabajo podré ayudar a mi familia.



Dayana Hernández

“Fortaleza y luz..., en mi vida he sido una guerrera de luz,
me he caído, pero me he levantado sin importar lo que pase”.

La reacción fue muy dura e impactante, ya que uno no lo espera, aunque como trabajadora del sexo, debí haber estado preparada, ya que día a día tenía conductas riesgosas. Lo que sabía a ciencia cierta era que mis necesidades eran grandes y mi falta de información también y es lo que te lleva a una desesperación.

Como una persona transgénero, desde muy joven sufría mucho bullying en la escuela. Esto hace que la mayoría de chicas como nosotras nos veamos rechazadas, huyamos de casa y nos alojemos en la calle; además de empezar a consumir drogas, con suerte terminamos viviendo en hoteles; y hay que salir a buscar dinero todas las noches, porque hay que pagar hotel y alimentación. Esa era mi realidad, yo me encontraba en esa situación, decidir usar condón o no, es para nosotras una cuestión de dinero, que sin lugar a duda es necesario.

Yo me encontraba sola, a mi familia no le había comentado, nada acerca de mi diagnóstico, no por miedo, ni por vergüenza; sino más bien, porque necesitaba estar preparada psicológicamente para poder tocar ese tema con mucha sensibilidad con ellos; inclusive tener una mejor aceptación de mi parte. En ese momento, me faltaban armas emocionales para poder externarlo, porque el ser trans y ser positiva, eso automáticamente involucra a tu familia; por eso, yo no consideraba justo involucrar a otras personas, hasta no tener el conocimiento y las herramientas para poder manejar mi historia.

Fue en todo este caminar por la vida y tratando de digerir mi condición, que conocí a REDCA+, por medio de reuniones y talleres con la sociedad civil. En ese momento, aquí en Costa Rica, había un vacío enorme en cuanto a las necesidades de nosotras las trans, y fue así que yo empecé a involucrarme en los talleres y las actividades de sensibilización, de información y generalidades del VIH así como el conocimiento de las ITS, y a tocar temas sobre cómo mejorar nuestra la calidad de vida.

Las actividades que íbamos trabajando, a través de los talleres de cambio de comportamientos, nos confrontaban con situaciones del diario vivir; con todo lo que tenemos que lidiar en las calles, situaciones como autoestima, reconocer exactamente quién soy, saber qué es lo que quiero, cuál es mi situación como ser humano, y lo más importante, es que nos ayudan a exteriorizar nuestras angustias y dudas.

A pesar de saber manejar el comercio de la calle, siempre estamos en el proceso de renovación y estas actividades de cambio de comportamiento nos ubican en esas etapas de la vida y nos muestra que estamos todas a un mismo nivel; es rico aprender entre risas, y juegos.

Ahora, mi perspectiva de vida es diferente, ya que antes tenía el conocimiento pero no de una manera teórica y fundamentada en información real, hoy en día tengo más argumentos y eso me empodera para decir las cosas, para poder exteriorizar los sentimientos. Me he vuelto más cuidadosa de mí misma, ahora ya no tengo temor de perder un cliente porque no quiera usar un preservativo, tengo argumentos y valor para poder velar por mis derechos como persona trans.

REDCA+ además de ayudarme a ver un panorama diferente y tener una vida más saludable, me ha dado la oportunidad de seguir estudiando gracias a una beca, he retomado mis estudios de matemáticas y quiero completar mi bachillerato; esto me reta mucho, ya que tengo la oportunidad de trabajar en sensibilizar a mis compañeros de clase, un grupo de 28 personas, en donde yo era la única trans femenina. Ahora ellos me respetan y mi es meta es entrar a la universidad.

REDCA+ me ha hecho soñar de nuevo.

Eliécer Sandí Hernández

“Soy una persona que ha tenido que hacer cambios radicales en la vida, porque al enterarme que era portador del VIH, me etiquetaron con la muerte, eso me dio tanto miedo que me llevó a replantear mi vida, comenta Eliecer con un rostro muy pensativo”.

Cuando yo me enteré de mi condición fue una situación terrible, ya que acababa de perder a mi madre; mi padre había fallecido hace algún tiempo, eso me hizo sentir solo por completo, además, cuando yo me enteré apenas tenía 20 años y en ese tiempo nadie explicaba nada y era obvio... nadie sabía nada, simplemente se oía decir: 'estás condenado y morirás en poco tiempo, para eso no hay cura...

Esa etapa fue muy depresiva en mi vida y terminé en el hospital. La gente que me veía no podía salir de su asombro por lo delgado y mal que me veía. Estando en el hospital, conocí a mi 'par' que es la persona que desde ese momento, mes a mes, se ha tomado el tiempo de visitarme y llevarme un control; así como también, información y ponerme al tanto, como dicen, de todas las actividades en las que puedo participar para informarme y tener más conocimiento y argumentos que nos ayude, a las personas con VIH, para poder obtener medicamentos y hacer valer nuestros derechos.

Es valioso tener personas con las que uno puede hablar, comentar síntomas, situaciones emocionales por las que uno está pasando, ya que te das cuenta que no solo a ti te pasan y que si otros, con los mismos problemas, andan caminando y llevando una vida normal, porqué yo no puedo hacerlo. Esas eran de las muchas inquietudes que yo siempre tenía y que a veces sigo teniendo, y me pregunto ¿tengo derecho a llevar una vida normal? y la respuesta automática es ¡SI!

Ahora, mi tarea también es enseñar a otras personas y sobre todo a mi familia acerca del VIH, hay que terminar con los mitos. Ya no seguir escuchando esas demoledoras frases de '¡Ay!, Dios guarde que un familiar o mi hijo puedan tenerlo', 'Dios guarde un beso, un abrazo compartir el baño! Debemos enseñar que eso es un mito, esas expresiones son las que más dañan a las personas como nosotros; y eso es un trabajo que se debe hacer diariamente y la sociedad misma debe hacer porque eso sí puede matar, el VIH no. Yo he llegado a comprender que es una enfermedad como cualquier otra, que hay que controlarla y ya.

Mis pares trabajan por empoderarme como persona, a través de la información que me brindan, me dan valor para hacer cosas y sin miedos y 'tapujos', poder hablar de mi condición como sero postivo. Pienso que si Dios no me ha querido llevar es porque la vida es una oportunidad.

Actualmente, yo no tengo pareja pero he comprendido que si en algún momento la llego a tener yo hablaría de mi situación y nos protegeríamos, ya que he aprendido también a valorar a las demás personas y no por mi condición debo generar otras.

Antes no me importaba la vida, ya que somos muchos los hombres a los que nos cuesta superar el machismo; y entonces a uno no le importa estar con varias parejas pero ya todo eso ha cambiado.

La conciencia que ahora tengo acerca de las cosa que debo hacer para tener una mayor calidad de vida, es gracias a la ayuda que REDCA+ me ha brindado a través de las visitas domiciliares. Ahora me siento una persona con valor, no me siento ignorado, ya superé el miedo a la muerte, sé que un día llegará como a todos, pero ya no vivo únicamente pensando en eso.

Ahora soy una persona feliz y tranquila con muchas ganas de vivir."

Fernando Salas Zuñiga

Fernando es un chico alegre, optimista que ve el futuro como su mejor aliado. Sabe que hay mucha vida para él, que aún hay muchos capítulos que contar en su historia de vida...

Yo nací con el VIH, el VIH ha sido parte de mí, por lo que no puedo expresar si tuve o no un cambio de vida tan radical; sin embargo, recuerdo que cuando estaba más pequeño, la forma que mi madre utilizaba para tratar de explicarme, era a través de muñequitos que ella dibujaba y me decía: “Papi y mami tienen esto”. Ella, a su manera, nunca me lo ocultó, y yo viví creyendo que era una enfermedad como cualquier otra, la verdad no me interesaba entender nada más.

Recuerdo que cuando cumplí 10 años y tuve un poco más de uso de razón, empecé a sufrir discriminación en la escuela, fue en esa época cuando empecé a rebelarme en contra de mi mamá; al principio, me enojé mucho con ella, llegaba a la casa y lloraba porque mis compañeros me empezaban a decir que no se juntaran conmigo, porque yo los podía contagiar y se alejaron de mí, no me volvieron hablar, me trataron muy mal hasta que me cambiaron de escuela.

Mi madre siempre había estado trabajando muy de cerca con REDCA+, y a medida que yo iba creciendome fui involucrando más en la red, siempre me interesó mucho conocer a más personas que estuvieran en mi condición y poder compartir experiencias con ellos. Sobretodo que me ayudaran a cambiar mi manera de pensar; y poder superar ese temor o esa apatía por la vida que yo llegué a sentir.

Nuestra condición económica, era muy difícil y cada vez se veía más difícil que yo continuara mis estudios; por esta razón, cuando me sometí al proceso para obtener la beca, yo no solo veía la oportunidad de poder ayudar a mi madre, ya que a ella tiene los cargos de la casa y eso es muy duro cuando tu mamá se convierte en papá a la vez, sino también de poder tener un acercamiento a esa vida de joven que todos anhelamos, compartir con otros de nuestra edad, conocer muchachas; es decir, llevar una vida normal de estudiante, tareas, exámenes y sobretodo la aspiración de llegar a cumplir mis sueños.

Para ese entonces yo me cambié del colegio por la discriminación que había sufrido y la verdad es que eso me ayudó mucho, porque yo no sé, si mis compañeros saben de mi condición, pero hay más apoyo de esta escuela. Además, yo he cambiado mi forma de ver la vida y me he involucrado en más actividades, cuando yo tengo la oportunidad de hablar acerca del tema lo hago. En una ocasión participé en una feria científica organizada por varias instituciones e hice una exposición sobre el VIH, quedé en el segundo lugar; al final de la exposición yo dije que era portador y ya no sentí vergüenza de reconocerlo ante los demás. Les dije que el VIH no se pasaba por estar cerca de alguien y fue muy interesante.

Actualmente, apoyo en las charlas de prevención en los colegios y escuelas; sin embargo, en lo personal considero que la auto confianza que yo he generado, ha sido gracias a los conocimientos que me facilitan a través del estudio, porque obviamente mientras mejor preparados estemos, maduramos y nos desenvolvemos mejor, adquirimos argumentos.

La beca me ha dado la oportunidad de conocer a más personas, de quienes he aprendido; además, me ha dado la oportunidad de poder llegar a otros jóvenes y poder llevar información, ya que a través de las herramientas necesarias que ahora manejo puedo conocer un poco más acerca del virus y entenderlo mejor.

Una de mis aspiraciones es colaborar más en el trabajo de la REDCA+ de una manera más directa ,tener la oportunidad de llegar a más gente que quizás han pasado por la misma situación de desesperación y pena, y que como yo, lo puedan superar y cuenten su historia. Con relación a mi profesión me gustaría estudiar administración aduanera, es por eso que me estoy esforzando en terminar la escuela y entrar a especializarme.

Estoy consciente de que para poder tener las cosas en la vida hay que esforzarse y luchar por lo que uno quiere; y eso es lo que yo estoy haciendo.

Debo aprovechar bien la beca, ya que es una oportunidad que no todos la tienen y a través de ella, yo me puedo sentir una persona normal de mi edad, que puedo hacer y llegar a completar mis sueños como cualquier otro ser humano".

Flor María Marín

La falta de estudios, me llevó a prostituirme,
algo que a mí no me gustaba.

Dios me mandó todo esto para que yo cambiara mi vida.

Desde pequeña tuve una vida, un poco difícil ya que mi papá y mi mamá vivían cada uno por su propio lado. Yo me quedé viviendo con mi padre y mis hermanos, de vez en cuando iba a la escuela ya que había otras prioridades. Todo esto hizo que yo abandonara mis estudios, a los 10 años dejé de ir a la escuela, así de pequeña me dediqué a cuidar mi casa, a mis hermanos a preparar comida y todo eso hizo que yo abandonara en definitiva la escuela.
A los 13 años busqué a mi madre, pero lamentablemente tampoco tuve el apoyo para seguir en la escuela y las condiciones, prácticamente, me obligaron a irme a las calles. Después de un tiempo, me fui a vivir con un jovencito quien me dio una vida de infierno hasta los 18 años.

La falta de formación y mi autoestima por el suelo, hicieron que pensara en la prostitución como mi única opción; y aunque era algo que no me gustaba, tenía que hacerlo porque para entonces ya tenía dos hijos que mantener. Mientras yo trabajaba en esto, siempre me cuidé, por lo que no creo haber adquirido el VIH en esa situación, sino más bien fue el padre de mi tercera hija que me lo transmitió. Como yo veía que él era descuidado y mujeriego, un día que fui hacer unas diligencias al hospital decidí hacerme la prueba de VIH.

Después de un tiempo me comunicaron que era VIH positiva y desde ese momento mi vida dio un giro total, ya que lo único que sabía era que el VIH es una enfermedad y que mañana me iba a morir.

En ese momento, lo único que me daba vuelta en la cabeza eran mis hijos; sin embargo, estando en el hospital me hablaron de un grupo de apoyo al cual acudían muchas personas que, como yo, necesitaban ayuda y fue a través de esta organización que por primera vez escuché hablar de REDCA+. Pero aunque supe de la existencia de la Red, tardé un año y medio en asimilar mi enfermedad y reconocer que necesitaba ayuda.

Cuando empecé a visitar el grupo de apoyo, me hablaron de un programa de becas que manejaba la REDCA+ y me plantearon que esto podía ser una oportunidad para que yo continuara mis estudios. Al principio me dio un poco de risa y temor, ya que a mi edad era difícil pensar en continuar con mis estudios de quinto grado, porque yo me había retirado en cuarto.

Después de someterme a un proceso de selección de los aspirantes a becas, un día me llamaron y me dijeron que yo había clasificado y fue así, con todo el temor envuelto en alegría, que decidí emprender otra vez la aventura de estudiar. Ahora estudio sexto grado y me sorprendo yo misma de ver cómo voy avanzando, que soy inteligente y que a pesar de todo lo que ha sido mi vida, y sobre todo a mi edad, puedo aún superarme; mis amistades, mis hijos y mi familia me ven con respeto.

Ahora puedo ver otro futuro, y aunque en este momento tengo un trabajo sencillo, puedo leer y escribir y eso me hace sentir más valiosa, tengo mucha luz y muchas ganas de salir adelante.

La oportunidad de continuar mis estudios, a través de la beca, me hace sentir más segura, he ganado confianza, ya siento que puedo participar en todas la actividades a las que me invitan para informarme y poder tomar acción en pro de mis pares, luchar por los derechos que se nos violentan como personas portadoras del VIH, y además, demostrar con mi testimonio que las personas con VIH podemos superarnos, no importa lo que pasemos. Debemos entender que al recibir un diagnóstico, no tenemos que condenarnos a la muerte, solo necesitamos oportunidades...

Jorge Ulises Porras

"Descubrí que tenía el VIH, cuando me fui hacer los exámenes para ir a trabajar en un crucero, como chef de un barco..."

Esta son las palabras con la que inicia su historia Jorge, una persona joven con un semblante muy fuerte y dinámico.
Ya tenía sospechas de tener esta enfermedad porque, aunque no me había hecho exámenes, la pareja con la que yo convivía acababa de fallecer por esa razón eso me daba temor de haberla contraído, me hacía la idea de que existía la posibilidad de ser portador. Sin embargo, pasaba el tiempo y yo no tenía valor, ni decisión para ir a practicarme los exámenes. Yo había trabajado por más de 20 años siendo cocinero de diferentes restaurantes y en 1996 me vine a trabajar a San José, abandonando San Carlos que es de donde yo soy.

Transcurrido dos años del fallecimiento de mi pareja, decidí someterme al examen de VIH el cual, sin lugar a dudas, resultó positivo.
La reacción frente a lo que consideré una condena de muerte ,fue muy dura, ya que vi pasar mis planes de futuro al cesto de basura; en ese momento, no tenía ni el valor, ni las palabras adecuadas para decirlo a mi familia ya que soy el menor de 12 hermanos y de alguna manera, mi mamá y mis hermanos siempre habían visto en mí a una persona de bien.

Estando aún en San José trabajando; me vi en la necesidad de regresar a mi ciudad de origen San Carlos, ya que se estaban dando unos problemas familiares, debido a que mi padre falleció, esto me acelero mi estado de depresión; fue entonces, cuando empecé a bajar de peso grandemente. A finales del 2004,tuvieron que internarme en el hospital con toxoplasmosis; y en ese momento me vi en la obligación de decir mi diagnóstico, el cual, sin lugar a dudas, fue muy duro para todos.

En el hospital y después de haber superado la toxoplasmosis, me visitaron de un grupo de auto apoyo, ya que el médico me recomendó aprender un poco más sobre el VIH y el procedimiento para tener medicamentos. Un día que me encontraba en una de las reuniones, me enteré sobre las visitas domiciliares que eran coordinadas por la REDCA+, y me motivó mucho saber que las hacían personas que también tenían el VIH, y esto me hizo sentir más confiado. Fue así como empecé a recibir este beneficio, he aprendido mucho y además de brindarme también han apoyado a mi familia. Ellos reciben información y eso nos ayuda porque entendemos cómo se debe tratar esta enfermedad y cómo mi familia debe apoyarme. Al principio, cuando me visitaron la primera vez no fue nada fácil, ya que a mi familia le costó mucho asimilarlo y no preguntaban nada, pero ahora es diferente hay más interés por parte de todos de seguir aprendiendo.

Las visitas que realizan mis pares, me han ayudado a que me libere de prejuicios, y que pueda conocer más acerca de los avances del VIH; la adecuada alimentación que debemos de tener ,y la adherencia precisa de los medicamentos. Esto nos ha dado tranquilidad a mí y a mi familia.

Una de las cosas que aún falta y en la que se deben redoblar esfuerzos es en seguir informando a las personas, ya que a pesar de todos los avances que se han ido dando, existe todavía falta de información no solo de cómo prevenir, sino también de los derechos que nosotros tenemos. Las personas viviendo con VIH necesitamos orientación y guía para conocer las instancias a las cuales podemos acudir para obtener medicamentos, etc. Creo que es algo en lo que se debe seguir trabajando; y en este aspecto, la visita domiciliar es vital, ya que hay mucha gente que viven en lugares bien alejados y no tienen acceso prácticamente a nada. Sin embargo estas personas que realizan las visitas a sus hogares, llegan aunque sean muy lejanos.

Ahora puedo decir que mi vida se ha transformado, ya que soy una persona más consciente, más activa, siempre trato de estar colaborando con los puntos focales en las actividades participo en impartir la estrategia de cambio de comportamiento, eso me hace sentir más útil y especialmente porque a través de mi experiencia puedo ayudar también a otras personas.

José Francisco Quirós

REDCA+ me dio la oportunidad de volver a estudiar, y volver a sentir que soy un ser humano...

Es que usted no sabe qué se siente por dentro , poder sentarse a la par de una persona que no tenga el virus y poder estar sentado en una clase con un cuaderno, escuchar a un profesor explicar y entender, compartir pensamientos 'mira, esto se puede hacer y esto no'. Volver a sentirse humano es una sensación increíble", comenta con gran emoción José.

Recuerdo que yo era una persona muy cómoda, muy estable con mi vida, llevaba unas clases en la universidad y tenía un trabajo estable y de pronto, un día me dan la noticia que yo era portador del VIH; en ese momento, sentí que yo no estaba capacitado tan siquiera para hablar ni a mi compañero de trabajo, ni a mis compañeros de estudio; no podía ni ver a nadie. La noticia me aniquiló como ser humano, entonces decidí refugiarme en las drogas y empecé a ingerir drogas de una manera muy destructiva, pensaba hasta aquí llegó mi vida... perdí el sentido de mi vida.

Jamás pensé que a mí me podía ocurrir esto, me acuerdo que cuando me dieron el diagnóstico, el infectólogo tuvo que regresarse a medio camino porque yo daba gritos, me metieron a un cuarto y empezaron hablar conmigo.

A medida que pasaba el tiempo el sentido de mi vida y de superación estaban por el suelo, pero tuve la oportunidad de conocer a REDCA+, esta organización no solo me dio la oportunidad de continuar con mis estudios, sino también, me ha ayudado a renovar mi fe y a ser positivo ante las adversidades. Mi superación, a través de la beca, me ha regalado la oportunidad de ver más allá, tener un horizonte diferente.

Ahora estoy estudiando unos cursos de matemáticas y también sé hablar inglés y me veo en el futuro con mis sueños cumplidos, me veo con una familia, me veo profesional y sobretodo terminando de aceptar mi situación, ya que esto es un proceso, en el cual debo de seguir trabajando día a día. Aún tengo miedo de morirme, pero he aprendido con toda la información y el acercamiento a reuniones y talleres, que el VIH es una enfermedad crónica, la cual debo de tratar como tal, y he aprendido a ser una persona muy adherente con los medicamentos.

Cada noche doy gracias a Dios por la personas que están haciendo posible que yo vaya a clases porque haber obtenido una beca no solo me ha ayudado en cuanto al conocimiento, sino en la parte emocional, a darme valor para seguir adelante y comprender que puedo llevar una vida normal.

Katya López

A mis 16 años cuando recibí el diagnóstico me prepararon para morir, no para proyectarme a futuro...

Katya es una mujer optimista, para ella haber obtenido una beca,no hasido una oportunidad de tener a alguien que pague un curso para poder asistir a la escuela o comprar libros,
La beca de estudios va más allá, es el principal motivo, que me ayudó a redescubrir y enfrentarme al miedo de creer que no era capaz, para mí eso ha sido maravilloso!!.

Cuando yo me enteré que era portadora del VIH tenía apenas 16 años, en ese momento estuve envuelta en una mezcla de sistema de incertidumbre, me prepararon únicamente para morir, sin tener una visión de algo más, yo estaba condenada a no superarme, simplemente a pensar cómo iba a morir...
Esa fue mi dura realidad desde aquel momento .Yo era una adolescente con mucho temor, preparada para morir; sin embargo había algo interno que me hacía convencerme que yo aún podía hacer cosas y fue así como a pesar de mi situación, me di a la tarea de ser una adolescente de lucha, de activismo, de organizaciones, sin embargo a pesar de esa fuerza, siempre estaba llena de miedos, de frustraciones, de enfrentar estigmas ,y la dura discriminación, todo eso fue una etapa muy dura, recuerda Katya con lágrimas en sus ojos.
El tiempo pasaba y a pesar de todo el activismo que me acompañaba, quedaba algo interno sin manejar y era la necesidad de proyectarme a futuro, de seguir con mis metas, esas metas que se habían truncado con un diagnóstico a muy corta edad; mi condición familiar era difícil y yo siempre pensé, no estudiar, era únicamente por falta de recursos económicos; sin embargo a través de este activismo y participar en reuniones de REDCA+, tuve la bendición de ser acreditada con una beca y eso me abrió otro panorama, me desafiaron a romper temores internos que me limitaban a demostrarme a mí misma que podía hacer mucho más. Que lo académico era muy importante de concluir, para crecer profesionalmente y argumentar aún más mi trabajo por los derechos dignos de las personas con VIH.

La beca no solo me ha brindado la oportunidad de estudiar, sino además, me ha dado la oportunidad de redescubrirme y a través de formación, poder tener otra perspectiva de la vida; pero llegar a entender esto que estoy contando me costó muchas lágrimas, fue complejo ir descubriendo en todo este proceso la cantidad de habilidades que tengo y la capacidad de ser profesional en lo que hago.

Con el pasar del tiempo y ahora un poco más madura, me he podido dar cuenta, que la beca llegó con una serie de sucesos a mi vida, sumado a más responsabilidades, que conlleva trabajar para un organismo internacional. Todo esto me llevó a confrontarme conmigo misma porque aunque era activista y muy dada a la causa, personalmente, me cuestionaba no haber terminado mi secundaria, simplemente no tenía ningún título. La beca más allá de sacarme dos horas de mi tiempo para ir a la escuela, m permitió demostrarme que puedo lograrlo, aunque vaya materia por materia, aunque me tome tiempo voy a cerrar ese ciclo de mi vida, una tarea que desde hace mucho tenía pendiente.

Soy una persona empoderada acerca del tema VIH, pero no confiada, porque aún ahora hay temores que debo superar, pero sí puedo asegurar que esta etapa de mi vida es la más maravillosa que he tenido, ya que me ha dado mucha ilusión, me ha proyectado a futuro y no sé cuánto tiempo me lleve, no es el tema, será el tiempo que deba ser. La beca vino a darme la principal herramienta de motivación no solo personal, sino también en el trabajo; ahora puedo, con seguridad, analizar cuál es la realidad que tenemos como país y eso me hace sentir más útil porque puedo opinar y me escuchan.

A pesar de mi condición, soy una mujer totalmente afortunada porque mi familia siempre ha estado conmigo, ellos siempre pensaron que el amor no contamina y nunca sufrí de discriminación. Como familia hubo miedo, temor de verme débil, de que las personas pudieran dañarme, hubo mucho sentimientos, pero ahora ellos me ven tan fortalecida, me piden consejos, me he convertido en esa mujer que puede "enseñar", dice con una gran sonrisa.

Maestro en casa

La vida me ha dado la oportunidad de ser madre y tengo un hijo de 11años y él siempre había visto a su mamá como una mujer fuerte que además de trabajar, imparte talleres; una mujer completa en su rol de mamá. Cuando él supo que yo estaba estudiando se sorprendió y un buen día me dice: "Mami, ¿y usted no había terminado de estudiar?"

Cuando yo empecé a estudiar, comencé cursando el mismo grado que mi hijo y eso movió muchas cosas. En ese momento un sentimiento de vergüenza me invadió y solo le dije que"mamá no había podido terminar y ahora quería hacerlo". Mi hijo a veces se ha sentado a estudiar y a explicarme cosas que no terminaba de entender en la escuela".

A pesar de todo el camino recorrido, a veces me veo tan lejos de terminar mis estudios, porque sé que es una etapa larga, muchas personas que me conocen me dicen y ¿cómo vas en la universidad? y yo respondo con un tono de voz bajo, no es la universidad es el colegio y qué quiero ser psicóloga y sé que aún me falta para empezar esa carrera, pero antes cuando aún no había retomado mis estudios solo podía decir quisiera ser psicóloga, ahora digo voy a ser psicóloga, voy a lograrlo...

...Como he logrado estar aquí compartiendo mi historia.

Maurin Murillo

Mientras yo respire y esté viva, voy a seguir y voy a sacar a mis hijos adelante…”

Yo me siento una persona muy luchadora con un propósito y una oportunidad que Dios me está dando”, expresa Mauri, mientras respiraba para comentar su historia.

“Cuando yo me enteré que era seropositiva, sentí que la vida se me acababa, que mi vida no tenía rumbo, que no tenía nada más que la certeza de que iba a morir. Eso fue realmente duro y más aún cuando no tienes la información necesaria, simplemente te asustas, eso fue lo que literalmente me pasó. Me enojé con la vida, me enojé, me frustré mucho.

Ahora cuando ya han transcurrido 14 años de mi diagnóstico, entiendo que todo tiene un propósito en la vida, el mío era mi hija, en ese momento solo la tenía a ella y fue y sigue siendo mi fuente de inspiración ;por la que no podía permitirme caer.

Cuando se lo dije a mi familia era porque yo ya no soportaba la carga emocional, tenía que hablarlo y se lo dije a mi mamá, pero su reacción obviamente, no fue la que yo esperaba, no recibí apoyo de ella, luego fui comprendiendo, que en parte era por la misma desinformación que existía, si yo que era la más afectada no sabía cómo manejarlo no digamos ellos que además del dolor no contaban con nada de información al respecto. A pesar de la dosis de positivismo que yo creía tener, me sentía desahuciada, ya que tenía una serie de dudas con relación a mi enfermedad. No bastaba solo con estar frente a la computadora y buscar qué es el VIH; faltaba aún más y era tener un contacto más real con personas que han vivido y que tienen la misma condición, que sienten lo mismo, que comprenden lo que yo estaba pasando, que me entendieran y tuvieran las palabras adecuadas, las que necesitaba escuchar en ese momento y me hicieran cambiar mi estado de ánimo.

Fue entonces, que yo empecé a recibir visitas de personas que mes a mes, llegaban hasta mi hogar. Ellos además de visitarme, me daban medicamento y sobretodo mucho consuelo, a pesar de que vivo en un lugar lejano; en el trascurso del tiempo, no solo me fueron ayudando a mí, sino también a mi familia, mis hermanos, ya que cuando llegan a mi casa ahí están todos escuchando y aprendiendo, y eso me hace sentir satisfecha.

Ahora ya no escondo mi situación, me siento liberada, confiada, empoderada con la información que me brindan y sobre todo, me siento más consciente de que debo cuidarme y no descuidar mis medicamentos; ahora que conozco más, se cómo orientar mejor a mi hija que también es seropositiva.

Ahora veo un futuro que antes yo no veía. Me veo como una persona triunfadora, compartiendo información a personas que lo necesitan, como a mí me la han brindado, afuera hay muchas personas que al igual que yo, se han sentido solas y yo quiero trabajar y hacer visitas domiciliares para llevar esperanza. Ya no me da vergüenza y tampoco pienso que no me van a entender; la verdad me siento con muchas ganas de vivir y a pesar de ser una mujer con VIH, puedo vivir como una mujer normal, puedo ser madre, hermana e hija. Aún hay mucho por hacer".

Mauricio Cordero

Soy una persona sumamente fuerte;
sin embargo, pensé:“Dios, ya me pusiste un reloj de arena”.

Mauricio es un activista sumamente positivo, trabaja muy de cerca con la REDCA+ ayudando a otras personas a través de los talleres de cambio de comportamiento.

Poder relatar cuál ha sido mi cambio de comportamiento, es una oportunidad enorme, ya que cuando me enteré de que era seropositivo mi vida se destrozó, sentía que todo se me había acabado, no tenía sentimiento de vida, no tenía nada positivo en mi vida.
Enterarme de esta noticia fue completamente devastador, ya que lo único que yo sabía era que el VIH era Sida y la gente se moría, los retrovirales eran muy complicados de conseguir y por supuesto, cuando a mí me dijeron: 'Mauricio, usted tiene VIH', jamás me lo imagine Mi aceptación era completamente nula.
Tiempo atrás mi hermano había fallecido días después nos enteramos quela causa había sido que él tenía el virus del VIH. Cuando yo me enteré de mi condición seropositivo, traté de investigar un poco más acerca del tema pero la gente que yo veía en el hospital, eran personas que llegaban en su etapa terminal, y esto me llevó a pensar que Dios ya no quería que estuviera acá, me había puesto un reloj de arena y mis días estaban contados.

Todo esto me llevó a un descontrol de mi vida, me refugié en el alcohol, no contaba con mi familia, porque ellos son homofóbicos y tenía la idea que no iban a entender mi situación, no tenía amigos por lo mismo y la verdad estaba solo, muy solo.
Un buen día estando en mis depresiones acostumbradas, estaba en el hospital, cuando un doctor me habló y me dijo que existía un grupo de apoyo que ayudaba a gente como yo. Fue así como conocí al punto focal de REDCA+ aquí en Costa Rica; y ahí empecé a liberarme y a respirar, a entender que la vida no terminaba con un diagnóstico, y que había más personas que como yo, estaban padeciendo lo mismo; muchas de esas personas llevaban una vida normal y tenían más de 15 años de tener el virus en su cuerpo.

A través de involucrarme en estas reuniones de grupo de apoyo, pude ver que había mucha información que yo no manejaba, es más, ni entendía los términos ITS, temas como la prevención, las reinfecciones y la adherencia que son tan importantes; todo esto fue despertando mi interés por conocer y motivarme a la vida.
El tiempo iba pasando y cada vez, me involucraba más y me sentía más comprometido; no solo por aprender, sino también por ayudar a otras personas; además, que la metodología de jugar y aprender, hizo que yo aprendiera de una manera más dinámica y creativa; esto despertó mi interés por preguntar y participar. Cada uno de los juegos, por su manera tan asertiva ,despierta en uno el deseo por conocer más a acerca de cómo debemos de cuidarnos y velar por los derechos que como personas con VIH, tenemos ante los sistemas de salud.

Los talleres de cambio de comportamiento fueron creando mayor consciencia en mí y me animaron a empezar mi vida nuevamente, participar en ellos me ha vuelto un activista positivo, además me ayudó a reflexionar sobre el pasado, lo que había hecho con mi vida y aprendí a perdonarme. Pude ver que aún había oportunidades para mí y alejé de mí las drogas, el alcohol y los pensamientos suicidas.
Gracias al acercamiento con otras personas a través de los talleres de metodología de comportamiento, ahora soy una persona sin miedos y públicamente, puedo hablar y luchar abiertamente por mis derechos y los de mis pares. Tengo la suerte de vivir con VIH porque ahora soy una persona que lucha, que quiere vivir y me he solidarizado con mis pares, eso me llena de satisfacción. Puedo decir que soy un Mauricio completamente renovado, con mucha fuerza interna, me veo en el futuro como un líder activista, luchando por los derechos, ya que yo fui discriminado en mi lugar de trabajo, una instancia del Poder Judicial de la República y los jueces, por ignorancia, decidieron despedirme después de 17 años de trabajo.

Me veo triunfante y profesional, con mucho compromiso y disciplina, he reiniciado mi carrera de leyes la cual espero poner en práctica para la causa".

Randall Rojas Chávez

El VIH me ha enseñado a vivir bien la vida o hacía un cambio en mi vida o me moría...

“Vivir con VIH, es una experiencia que me ha enseñado a vivir la vida, me ha enseñado a valorarme más, entendí y conocí quiénes realmente estaban conmigo”.

Estas son las palabras con las que comienza su relato Randal, un joven entregado a la causa, al trabajo por sus pares y sobretodo empoderado y abierto a compartir su historia.

“Hace 10 años, cuando yo me enteré de que era portador del VIH, fue una situación muy dolorosa, ya que la verdad yo nunca me vi siendo portador, pensé que eso a mí no me podía pasar porque yo siempre me había protegido; además, con mi pareja de ese momento yo era totalmente fiel, el detalle fue que mi pareja era portador y nunca me lo dijo y fue así como yo entré al mundo del VIH.

Enterarme fue muy impactante porque, la verdad, nunca imaginé que me podía pasar, traté de poner una actitud positiva, más sin embargo, sabía que había comprado mi boleto a la muerte. En esa época, yo conocí a otras personas que como yo, también habían sido diagnosticadas y tomaron el camino del suicidio, pero a pesar de ver esos ejemplos ,también tuve la oportunidad de conocer casos de personas que llevaban con el virus más de 15 o 20 años y entonces comprendí, que aun con la condición de ser portadores del VIH, podíamos tener oportunidades de vida.

Un día en el hospital llegaron a dar unas charlas por parte de REDCA+, acerca del VIH y los cuidados que requería esta enfermedad, me llamo la atención, que la forma como ellos orientaban era a través de juegos, los cuales hacían comprender de una manera menos tensa de como uno debía manejar la situación. Fue así como yo me involucré en estas actividades de cambio de comportamiento y mientras más me interesaba en la estrategia, más aprendía. Una de las cosas que yo comprendí, es que al enemigo es mejor conocerlo para defendernos mejor.
Estas personas pusieron en una balanza mi vida y me dijeron: 'Randal, o sigue con la vida que lo ha llevado a estar aquí y se muere; o cambia. Fue así como gracias a Dios y al equipo profesional de REDCA+ me ayudaron a salir adelante.

A través de REDCA+ conocí a otras personas y pude obtener mi actual trabajo, como representante de la sociedad civil en una organización en Punta Arenas y me dedico a labores de prevención, adherencia e información.

Hoy puedo decir que mi vida ha cambiado a través de toda la ayuda, ya que antes de que fuera diagnosticado con el VIH, era una persona desordenada, dormía hasta tarde, me hice adicto a la cocaína y de ahí viene todo, porque una cosa lleva a la otra, pero Dios me cacheteó y me dijo:'se sacude el polvo o se va'. Y fue así como, a través de los conocimientos que he obtenido, ahora soy una persona responsable, trabajadora, aprendí a llevar una vida más saludable y una adherencia más cuidadosa.

Ya no me da miedo hablar de mi situación en público, ya no bajo la cara ante nadie, si alguien me replica algo, tengo las herramientas para contestar con autoridad de conocimiento y ya no me intimidan.
El cambio de comportamiento, a través de juegos lúdicos, me enfrentó a diferentes facetas con relación a mi enfermedad y me hizo comprender cómo me sentía. Con la ayuda del instructor, me fue explicando el camino de cómo tenía que actuar frente a mi nueva realidad.

Además, aprendí a perdonarme y perdonar a los que me hicieron mal, pero sobretodo, a tener consciencia de cómo debo protegerme para prevenir más contagios. Sé que aún debo continuar trabajando, pero ahora puedo expresar sentimientos que estaban muy arraigados y que me hacían no lograr del todo mi paz interna.

Rudy Leitón Meléndez

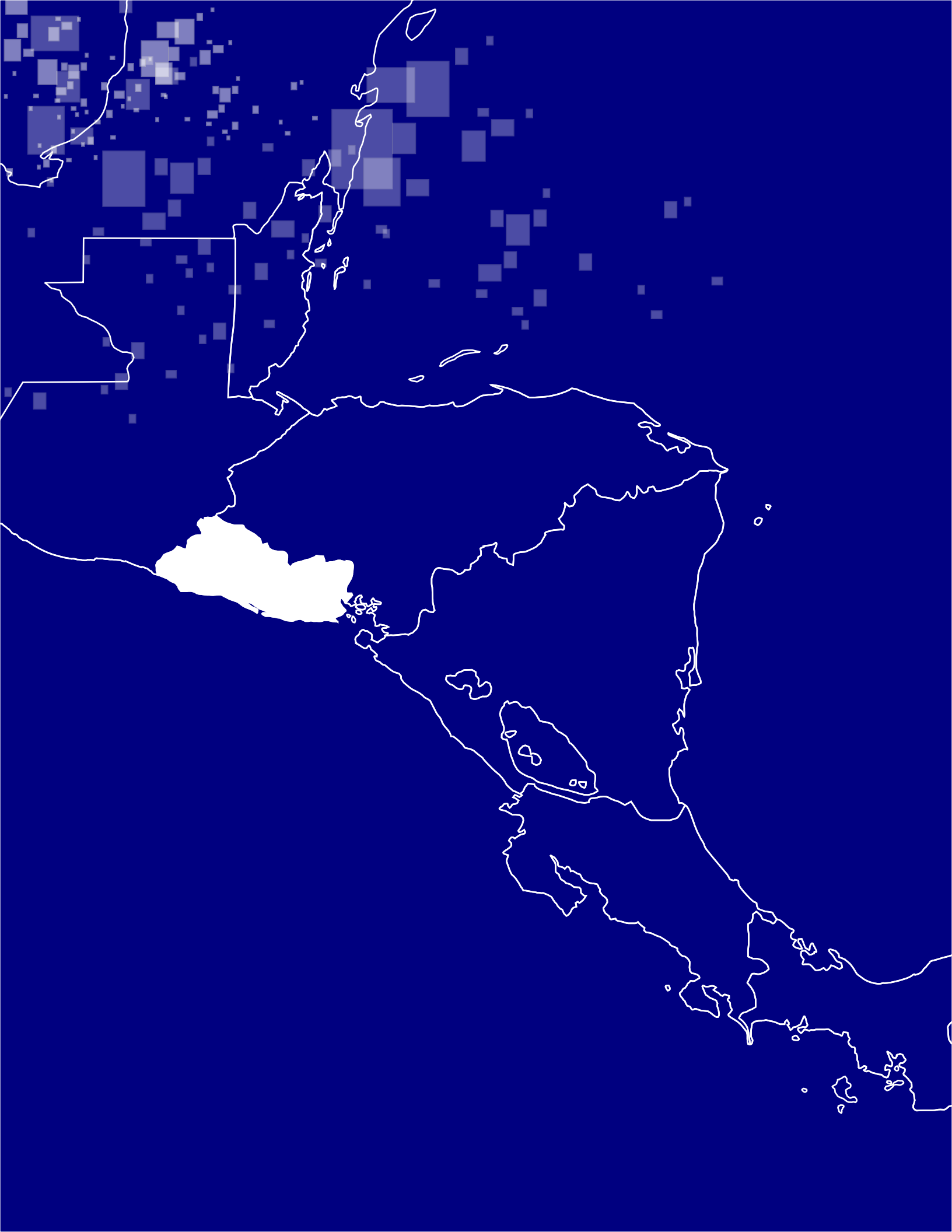
"No somos personas desechables, ni tenemos que meternos en hueco a callar...
Yo tenía mucho miedo a la aceptación sobre mi condición de VIH, ahora soy un líder en mi comunidad, me doy cuenta que además de los derechos, nosotros tenemos muchas cualidades..."

Me contagié de VIH por la falta de conocimiento y por actitudes descontroladas que no logré manejar y me llevaron a mi condición actual; creía que jamás me pasaría y me pasó... trabajaba y vivía para mí mismo, era sumamente egocéntrico. Nadie más que yo.
Cuando me enteré de mi diagnóstico, recuerdo que estaba en el hospital y cuando me dijeron:'eres portador de VIH", estaba solo, no había nadie más que yo recibiendo mi acta de defunción; por lo que mi experiencia fue muy dura ya que en ese momento la falta de información, la poca atención y el trabajo social estaban totalmente desactualizados del protocolo de cómo se debe dar un diagnóstico y tuve que enfrentarlo. En ese momento, la vida se me acabó, maté muchas de mis esperanzas, no seguí estudiando e hice un ingreso abrupto a las drogas.

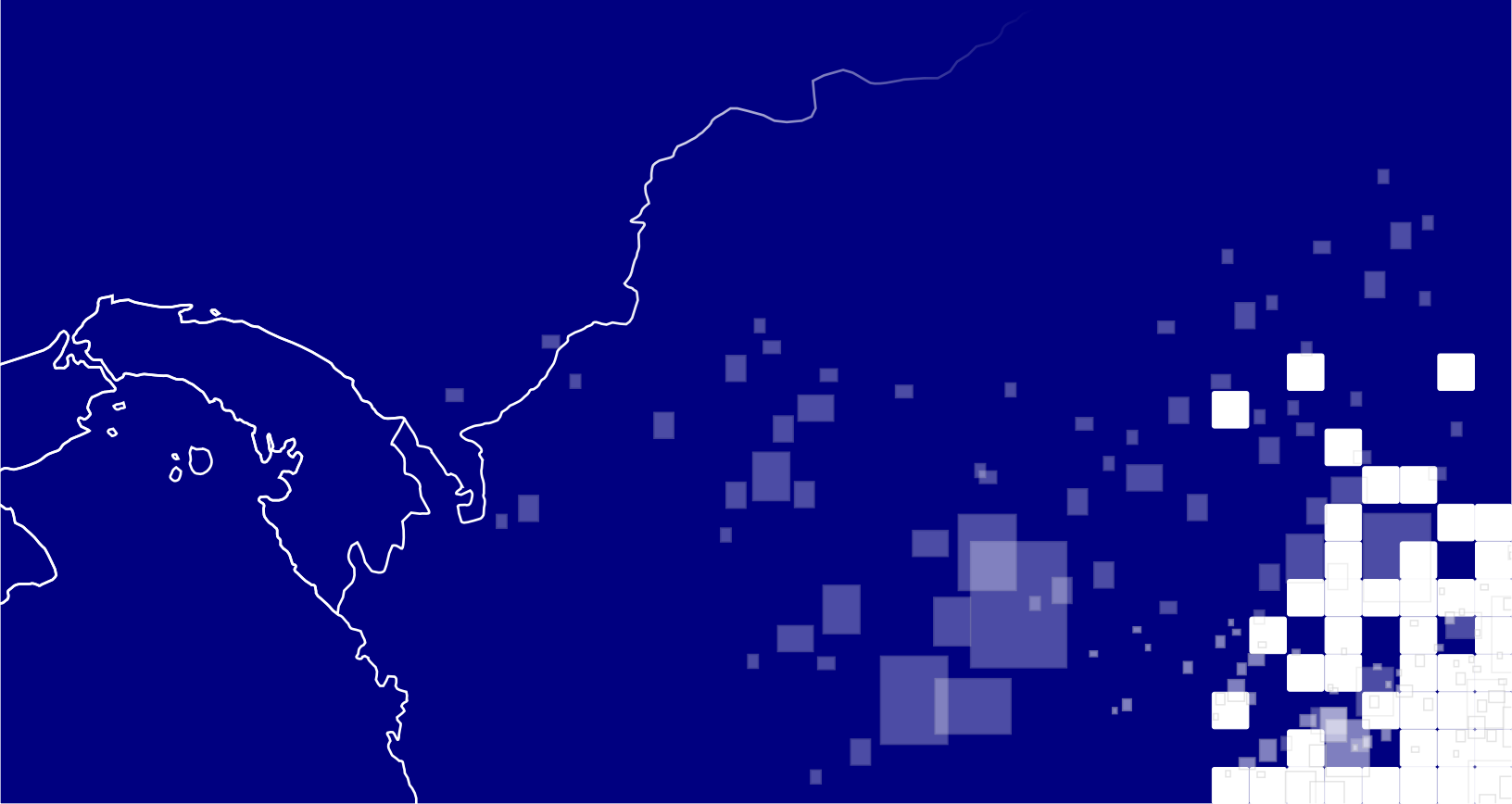
Para entonces yo no sabía de la existencia de ninguna red de apoyo, porque no había gente que diera el abordaje inmediato y me pudiera decir “mira, no estás solo, estamos aquí”. No tuve acceso a ello. Recuerdo que acudía a las citas de la trabajadora social, pero estas reuniones eran totalmente escuetas, sin dejar en mí un valor de vida.
Tuve grandes problemas con mi medicamento, inclusive llegué a estar como una persona completamente desahuciada, motivo por el cual, en el hospital me estaban negando otro esquema de medicamento porque decían que ya no valía la pena si me iba a morir. Fue entonces, que con el paso del tiempo, los trabajos sociales y los abordajes de los hospitales a los que yo seguí llegandome dieron la oportunidad de conocer a mis ángeles, como yo les llamo a los puntos focales de la REDCA+. Ellas vieron el momento por el que yo estaba pasando en el hospital, en donde mis derechos de recibir medicamento se me estaban negando y desde ese momento se convirtieron en las guías de mi caminar.

A medida que me fui involucrando en las reuniones de apoyo, un buen día me invitaron a un taller holístico y recuerdo que a ese taller fui con mucho miedo, porque la verdad, no sabía nada. Cuando el taller empezó a desarrollarse, se fueron trabajando dinámica sy actividades y me fui dándo cuenta, que en el grupo había más personas como yo enfrentábamos muchas dudas, y que a través de la información que nos iban proporcionando, nos dábamos cuenta de cuáles eran los errores que cometíamos y que para tener una vida sana, no bastaba con comer bien o dejar de consumir drogas .Después del primer taller, empecé a comprender qué era una adherencia médica, lo cual es vital para las personas que convivimos con el VIH.

Todos estos talleres de cambios de comportamiento me dieron la oportunidad, de enriquecer mis conocimientos; de obtener información, no solo en aspectos de prevención, sino también en el tema de incidencia política y contraloría social; todo esto me brindó la oportunidad de trabajar con dichos temas en función del beneficio de todos y todas las personas que debemos enfrentar la condición de ser personas seropositivos.
¡Soy una persona diferente!
Ahora puedo decir que soy diferente porque soy un líder en mi comunidad, me he dado a la tarea de impartir charlas, estoy trabajando con grupos de niños, jóvenes y adultos mayores. A estas personas les puedo decir libremente “soy una persona viviendo con VIH”. La metodología de Cambio de Comportamiento que se maneja, son juegos, que me han servido, para obtener información y que al mismo tiempo, voy y la replico con otras personas, para poder compartir con otros lo que estamos aprendiendo día a día.
Ahora, después de algunas caídas, yo me proyecto en el futuro, como un verdadero líder, que está dispuesto a seguir luchando, que está dispuesto a dar la cara, que no tiene miedo, que las críticas de otras personas no me hacen daño y sobretodo que me siento feliz!!.
Soy una persona que he aceptado mi condición completamente, quiero a mi comunidad, por eso me veo como una persona influyente que impulsa acciones, que busco cuidarme y luchar por salir adelante y que a pesar de haber estado desahuciado, no recuerdo cuantas veces, tengo derechos y una oportunidad más de vivir”.



El Salvador



Gerónima del Carmen Duarte

"Para mí fue un orgullo que me dijeran hay un lugar para usted; aún puede progresar..."

Soy una mujer que nació en un hogar bastante grande, tengo 13 hermanos, soy sobreviviente de la guerra, tuve que huir por miedo a morir y luego cada uno de mis hermanos, tuvieron que hacer lo mismo, fue así, como mi familia se fue desintegrando, unos tuvimos que vernos forzados a abandonar nuestro país. En mi caso, llegué a México buscando mi seguridad y para ganarme la vida ,estuve en las calles vendiendo flores en los semáforos a quien las pidiera. Luego, tuve miedo de pasar a Estados Unidos porque pensé que podían matarme en el desierto...

Con el paso del tiempo, tuve que regresar a mi país y enfrentar la pobreza que me esperaba, quizás con más fuerzas que antes, porque ya tenía hijos que mantener.

Para ese entonces, realmente no sabía si era o no portadora del virus; la verdad no se me había desarrollado, a mi pareja lo mataron y él nunca supo acerca de lo que me había heredado. Yo tuve que trabajar siempre como doméstica, vendiendo algo de ropa para poder sacar a mis hijos adelante. Ahora ya ellos están grandes, graduados y casados... Ya, como quien dice, me toca a mí darme tiempo. Por todas esas razones, nunca había estudiado, llegué a los 40 años como analfabeta, no sabía leer ni escribir, tuve hasta problemas legales porque me acusaron de un robo, se aprovecharon de mí, por no saber qué era lo que estaba escribiendo.

Por mi condición sufrí de discriminación ya que mi familia y mis patrones se dieron cuenta de que yo era portadora del VIH y me corrieron de mi empleo. Con todo esto en mi contra, lo que menos aspiraba era pensar en estudiar. Ya era una mujer mayor y con VIH avanzado,¿qué esperanzas podía tener alguien como yo?

Sin embargo un día, alguien me habló de un grupo de auto apoyo. Así que, empecé a asistir a medida que me involucraba, en una ocasión, me invitaron a una capacitación, y fue ahí, que conocí a REDCA+. Luego de un tiempo, los puntos focales de El Salvador me hablaron de la posibilidad de optar por una beca de estudios, me dijeron que si estaba dispuesta a echarle ganas, la podía obtener.

Me animé y me sometí al proceso de selección y REDCA+ me dio la oportunidad de conocer un mundo diferente, el cual me abrió puertas que yo creí haber cerrado. En ese momento, hallé una escuela que me daba la opción, de estudiar dos grados en un mismo período, con la facilidad de tomar el horario nocturno. Fue así como, empecé en primer grado y ahora estoy en sexto grado .Al principio fue difícil ya que la mayoría de mis compañeros eran jovencitos de 10 y 12 años. Era un grupo muy variado; los primeros días sentí un poco de pena, pero mi maestra se me quedó viendo y me dijo:'usted puede hacerlo' y me dio mucho ánimo.

Ahora puedo decir con orgullo que a pesar de ser una persona viviendo con VIH, el virus no es un obstáculo para superarme como persona y profesional Estudiar me ha ayudado a levantar mi autoestima; compartir con otras personas me hace sentir sana, normal; puedo hacer muchas cosas más si me lo propongo.

Gracias a la formación y al apoyo emocional que he encontrado en REDCA+, pude obtener mi primer trabajo. Gracias a que sé leer y escribir me contrataron para hacer visitas domiciliares. Al principio hubo muchas críticas, pero también hubo gente que confió en mí y me ayudó. A pesar de que yo tenía mi trabajo formal, nunca abandoné mis estudios porque eso era lo que había elevado la confianza en mí misma. He entendido y demostrado que puedo salir adelante y que el VIH es un compañero con el que debo aprender a convivir.

Ahora voy a comenzar a trabajar con REDCA+ como educadora, para las personas que están viviendo con VIH y que al igual que yo tienen muchas dudas. Con mucho orgullo puedo pararme frente a un grupo y decir soy “Gerónima, conocida como Reinita” y tengo 8 años de ser diagnosticada; si ustedes me ven, no parece que vivo con el virus, porque he aprendido que si uno es adherente a los medicamentos, la condición de vida es mayor'.

Me siento una mujer útil, una mujer no discriminada, no despreciada, gracias a toda la información que he adquirido a través de la lectura. Considero que asistiendo a talleres y capacitaciones obtenemos el valor para seguir adelante.

Antes de mi diagnóstico fui una persona abusada, violentada; después de mi diagnostico fui discriminada, rechazada de los trabajos; pero ahora soy una persona que sabe el valor de su vida, que ve oportunidades en la adversidad y para quien la frase 'no puedo', no existe.

Nohemí del Rosario Rivas

Yo pensaba que el VIH era una enfermedad exclusiva de trabajadoras del sexo y de homosexuales....Y ese no era mi caso

Cuando yo me di cuenta que tenía VIH entré en una situación muy difícil, me quedé como fuera de este mundo, simplemente lloraba y lloraba r sin consuelo alguno. Entre en una situación depresiva y paranoica En ese momento, no había más para mí, que la muerte; todo giraba alrededor del VIH, no había más realidad que esa, fue así como yo decidí que me iba a morir en tres meses.

Al principio ,la poca o nada información que yo tenía era terrible, yo creía que el VIH, pera una enfermedad exclusiva de trabajadoras del sexo y de homosexuales y ese no era mi caso; entonces, mi desconcierto era tal, que no entendía porqué el virus había llegado a mi vida.

En lo personal no podía aceptar esa condición y la sentencia de muerte que me había impuesto fueron suficientes motivos para tirarme a una vida desenfrenada en gastos porque simplemente mi tiempo terminaba y decidí ya no tener más sueños en la vida, y lo único que adquirí fueron muchas deudas ya que llevo ya casi 10 años de convivir con este virus. Y aún sigo aquí con muchos sueños por cumplir.

A pesar de todo lo negativo que yo veía, en ese momento no todo era malo, siempre hay ángeles que se preocupan y cuidan de uno y una amiga muy cercana, me ayudó a buscar apoyo en una Asociación de auto apoyo, quienes me ayudarían a sobrellevar mi enfermedad; aquí me dieron muchas razones para valorar más mi vida, aprendí a ver que la enfermedad no me estaba matando, sino todo lo contrario, me di cuenta que yo podía tener el control de la misma.
Estando en la asociación tuve la oportunidad de conocer sobre REDCA+ y me pude enterar de su programa de becas.

Por razones externas a mi voluntad, Yo había dejado de estudiar desde que tenía 19 años y en REDCA+ me motivaron a que aplicara, y fue así, como me encaminé en esta aventura de reiniciar mis estudios, ya que había llegado hasta octavo grado y ahora estoy terminando el segundo año de bachillerato. Mis notas no bajan de 8, en los últimos dos años he logrado obtener el primer lugar.
Al principio no fue fácil, se burlaban de mí, ya que mis compañeros son 20,30 años menores que yo.

Volver a las aulas me motivó muchísimo, me ayudó a salir de la depresión; a levantar mi autoestima y a entender que a pesar de mi edad soy una mujer muy inteligente y que aun puedo superarme.
Con este impulso, me interesé por iniciativas productivas y tomé clases de bisutería, velas aromáticas y de piñatería; esta última se convirtió en mi fuente de ingresos ya que puse mi negocio de piñatas y en eso estoy trabajando actualmente.

En todo este, la mi percepción acerca de la vida ha cambiado mucho; ahora la veo como una oportunidad, la gente que me conoce, me tiene mucho respeto, mis maestros y directores de la escuela me admiran, y tengo la satisfacción de tener un club de tareas con mis nietos en casa, hacer mis asignaciones escolares con ellos es una experiencia invaluable, ya que ellos me ayudan a resolver algunas dudas y nos acerca más.

Mi cambio ha sido tan grande que la gente que ahora me ve lo comenta; hasta culturalmente he cambiado... he aprendido a utilizar herramientas tecnológicas, lo básico; pero me ha permitido hacer mi propia página web. También he tenido la oportunidad de trabajar en algunas instituciones para colaborar en la ejecución de censos de población. Ellos admiran mi cambio y hasta me llaman supervisora.

En el futuro me proyecto como una persona que pueda hablar de mi condición de manera más pública. “Quiero decir sin temor, a todo el mundo, que yo soy una persona que vivo con el VIH y que soy completamente feliz, que tengo un futuro esperanzador y prometedor, que aún puedo dar mucho más de mí”.

Guatemala

Ángel Gabriel Arévalo

"Aunque todos somos responsables de nuestros actos, al principio consideré que mi diagnóstico era injusto. Me costó mucho aceptar..."

Al principio, cuando empecé a recibir las visitas, me costaba mucho entender porque aún estaba en una negación total; tener el valor para hablar con ellos era sumamente difícil para mí, pero a medida que iba pasando el tiempo fui entendiendo y aceptando que el tema no solo era el tomar medicamentos; sino que todo era un proceso psicológico que me iba dando las fuerzas para asimilar la situación y mi nuevo estilo de vida.

Una de las cosas más importantes que fui aprendiendo, fue a valorarme a mí mismo y de esa manera, día a día, tomaba más conciencia de mi cuido personal; fui entendiendo que en esto del VIH no estamos solos, que hay más personas que comparten situaciones similares o quizás peores pero, que si uno tiene la autoestima bien y el positivismo ante la vida, todo camina hacia adelante.

Ahora puedo decir que mi vida ha tomado un giro de 180 grados. Entender mi nueva situación, , volverme más consciente de las cosas que debo cambiar, ha logrado despertar en mí una conciencia y velar por una mejor calidad de vida. Cuando mis compañeros me visitan en mi casa, ellos se interesan mucho, no solo por saber si me tomo o no las medicinas, también se preocupan cuando estoy decaído por alguna situación y me dan apoyo emocional, se toman el tiempo de explicarme lo que yo aún no termino de entender.

Mi diagnóstico fue en el 2008, pero hasta hace dos meses tuve el valor de comentarlo con mi familia porque una de las cosas que entendí, es que primero tenía que aceptarlo yo, para poder transmitir confianza a mi familia y que ellos, a través de mi comportamiento, fueran aceptando mi situación.

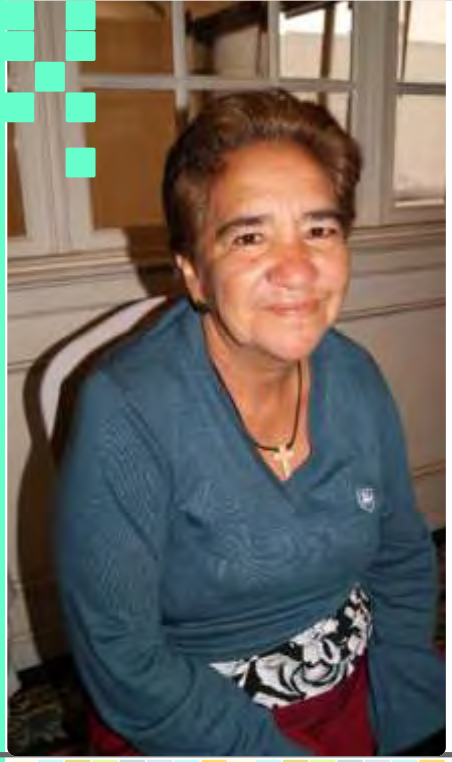
Ahora puedo decir que soy otra persona, soy más solidario y responsable de mis actos y todo eso lo ha visto mi familia y mis amigos, ellos ahora tienen otra valoración de mí, han visto cómo yo me cuido, me respeto y puedo decir que me valoran porque ven que he tomado la vida con mucho positivismo. .

Constantemente estoy tratando de informarme más acerca de las cosas que puedo y debo hacer y es por eso que colaboro más de cerca con las reuniones que se coordinan, porque la información que brindan es sumamente valiosa para mi salud; además, me permiten obtener los insumos necesarios para poder hacer una incidencia más directa y poder velar, con más argumentos, por nuestros derechos como personas con VIH. En el 2008 cuando me enteré de mi condición, el acceso a la información acerca del VIH era casi nula, por lo que enfrentarme con mi nueva situación de vida fue muy dolorosa, yo no conocía qué era una adherencia, mi vida se había llenado de muchos vacíos.

Ahora soy una persona que me expreso públicamente, no tengo temor de que la gente sepa que soy portador del VIH, es más, me siento afortunado, ya que Dios me ha dado otra oportunidad de vida y yo no me voy a morir por tener esto.

La oportunidad de contar con personas de REDCA+, quienes se toman el tiempo de visitarme, orientarme y cuidarme, me ha permitido que tenga otra perspectiva de vida y que aún me considere útil para mis compañeros y para mi familia.

El VIH me ha enseñado qué es la solidaridad, la lealtad y sobre todo el compromiso y la disciplina.



Carmen Noemi Vielman

Mi vida siempre ha sido vivir sola, tengo una hija, pero desde muy pequeña tuve que entregarla a mi hermana para que me ayudara con su formación; ya que por mi condición económica y violencia en mi hogar, no podía darle estudio, ni una buena vida.

Mi historia de ser portadora del VIH inicia con mi relación con mi pareja, el padre de mi hija, yo tenía una vida poco envidiable; recibía mucho maltrato físico, mi esposo era un hombre bastante promiscuo y despreocupado.

Al principio yo trabajaba; pero como él empezó a ponerse mal de salud, tuve que dejar de trabajar para cuidarlo, eso hizo que yo pasara aún más penurias, porque nos tocaba hasta aguantar hambre. Cuando el empezó a decaer en su estado de salud, toda la familia sabía lo que él padecía la única que no sabía era yo. Cuando él murió, a mí me practicaron los exámenes de VIH, solo para comprobar que yo también padecía el VIH.

En ese momento empezó mi calvario, yo tenía mucho rencor, mucho dolor y cólera contra todos, me sentía engañada por la familia de él, mi vida terminaba en ese momento. Fue así como yo me refugié en el alcohol y trabajaba solo para mantener mi vicio, sufrí discriminación en mi comunidad, ya que había un vecino que me quería sacar de la colonia y eso me llevó a una profunda depresión. Como en el hospital, en donde me habían hecho los exámenes, me tenían el control y ya me conocían por mi hermana que es psicóloga; me comentaron que yo podía recibir visitas domiciliares y que estas las hacían personas en mi misma condición, lo que llevo a que mi interés se despertara y fue así, como empecé a cambiar mis hábitos, mi estilo de vida, mi actitud ante las cosas que me pasaban. Empecé a recibir apoyo para dejar el vicio, ya que me hicieron entender que el alcohol cortaba la reacción de los medicamentos.

Tener contacto con otras personas en mis mismas condiciones de vida, me ha permitido ver la vida diferente, tener más esperanza y volverme adherente a mis medicamentos, a no abandonarme y entender que tengo una vida por delante, que tengo que seguir y tratar de no ver mi pasado porque eso no me trae nada bueno".

Filomena Sánchez

Con mi testimonio de vida he podido apoyar a otros compañeros que reciben el diagnóstico y que creen que han llegado al final de sus vidas.

Hace 13 años, cuando recibí mi diagnóstico, al igual que la mayoría, pensaba que mi vida había terminado. En ese entonces, como no sabía nada de lo que era el VIH, me acerqué a un grupo de apoyo y una psicóloga del grupo empezó a involucrarme en las diferentes agrupaciones.
En el año 2003, REDCA+ se inició acá en Guatemala y por estar relacionada con el trabajo que se hacía en otras agrupaciones me fui involucrando con la Red, tratando de entender cómo trabajaba. A raíz de mi participación, tuve la oportunidad de ser capacitada en el tema de la Visita Domiciliar y en las Herramientas de Cambio de Comportamiento, toda esta formación me dio la posibilidad de trabajar más de cerca con mis pares, en una iniciativa en donde no solo llevamos la teoría, sino también vivencias, experiencias y además se nos permite un acercamiento con nuestros compañeros recién diagnosticados. El beneficio real de estas prácticas es el conocimiento, la educación de nuestros pares sobre el tema.

En lo personal, siempre he considerado que esta metodología de enseñanza es bastante práctica y cada vez que llevamos estas herramientas a los talleres, nuestro conocimiento siempre se enriquece, ya que las experiencias y vivencias de otras personas hace que aprendamos constantemente. Por otra parte, es importante destacar que en los grupos hay personas que no saben leer ni escribir y esta metodología del juego permite que ellos y ellas vayan aprendiendo y tengan un cambio radical en su cuido; prevención y adherencia en general.

A lo largo de mi vida como facilitadora, de estas herramientas he visto cómo con mi testimonio he podido cambiar los pensamientos de personas que creen que la vida se ha terminado.
A mí no me da vergüenza que las personas sepan que tengo VIH, constantemente me estoy informando acerca del tema, para poder compartir con mis pares recomendaciones de cómo tener una mejor calidad de vida, cómo trabajar por nuestros derechos. Además, en mi caso, una de mis hijas es positiva y trato de informarle e involucrarla en el tema para que tenga más conciencia de cómo manejar esta enfermedad y no permitir que la enfermedad la maneje a ella. También le comparto conocimientos constantemente a mi familia, ya que al principio sufrí discriminación pero me día la tarea de demostrar que tener VIH no nos hace diferente a ellos.

Luis Armando Linares

Para mí, recordar cuando fui diagnosticado con el VIH es recordar tiempos muy duros, ya que yo fui uno de los primeros casos en Guatemala. Recuerdo que fue en el año 84, apenas a mis 16 años y desde ese momento perdí mi niñez, mi juventud y casi, casi, mi licencia de vida.

En aquel entonces, me encerré en la idea única de querer morir; inclusive tuve pensamientos suicidas que me llevaron, un día, a estar parado a la orilla de uno de los puentes más grandes de Guatemala dispuesto a lanzarme. Mi depresión era tan grande que no podía ver más a allá de la muerte, de la frustración de que la vida de una jovencita había terminado; quizás antes de comenzar.
En ese tiempo yo no se sabía nada del VIH, el diagnóstico que le daban a uno era 'tienes SIDA' y eso es muerte en poco tiempo .Llevo 31 años viviendo con el virus y aún estoy aquí.

Al principio acudía al hospital a retirar medicamento, pero por mi rebeldía de no aceptar mi condición me retiré en varias ocasiones; es decir, que el tema de la adherencia no ha sido mi fuerte", relata Cora mientras en su rostro se dibuja una sonrisa.

"En una de esas ocasiones conocí a la persona que desde ese momento se convirtió en mi amiga y confidente, ella apoyaba a REDCA+, específicamente en las visitas domiciliares; y fue a través de estas visitas que me fueron guiando para que yo tuviera un verdadero cambio de vida, me ayudó a hacer conciencia para volverme adherente a mi medicamento, a pesar de los síntomas secundario sque me afectaban. .

Así fue como conocía REDCA+, con el paso del tiempo, cada día me fui incorporando más y más a las diferentes actividades y talleres que se organizaban, y esto me permitió tener otra percepción de la vida. Esa visión que había perdido. Mi comportamiento frente al VIH fue cambiando hasta llegar a sentirme como me siento ahora, una persona pública, empoderada, activista en el tema de derechos humanos y prevención.

Tengo aproximadamente año y medio de haber retomado mi tratamiento y puedo decir que voy bien, estoy participando en algunas visitas domiciliares ya que mi testimonio también sirve para motivar a otras personas que se encuentran mal. Además ,lidero un grupo de autoapoyo que se llama "Angeles de Vida", el cual con mi hermana estamos tratando de ampliar y hacerlo colectivo para trans, o transgénero que vivimos con VIH; para llevarles este tipo de actividades, a través de los juegos, con el propósito de que ellas tengan un cambio de comportamiento, con mayor sentido de la prevención y de la adherencia.

Actualmente, puedo decir que me siento más viva que nunca, me siento mejor, viviendo con calidad ,más tranquila, más convencida de que todavía tengo mucho para dar y que puedo trabajar por mis pares y ser un ejemplo para mi familia. Estoy trabajando muy de cerca con REDCA+ y eso es lo que hace la diferencia, ya que hoy tengo una razón de peso para vivir".

Marco Gustavo Chámale

“Gustavo, tú eres portador del VIH. Esas fueron las palabras con las que me dieron la noticia. En ese momento, lo único que se me cruzaba por la cabeza era culpar a alguien; porque la víctima era yo”.

La primera reacción fue pensar que mi vida se había acabado; si en algún momento tuve el sueño de ser constructor, ya lo estaba cumpliendo, porque había construido mi muerte.
Lo menos que se me ocurría era llevar la noticia a mi familia por el miedo a que me discriminaran, yo estaba casado, ya tenía mis hijos y por lo tanto, mi situación no era sencilla, no sabía cómo afrontarlo y más aún cabía la posibilidad de que ellos también lo tuvieran... y fue así.

Mis sueños se vieron derrumbados, hasta que tuve la oportunidad de conocer a REDCA+, a través de un encuentro que se llevó a cabo. En ese momento, aún no sabía nada del programa de becas; sin embargo, en el lugar donde yo vivo, en Quetzaltenango, varias personas conocían acerca de la Red. De esta manera me fui acercando e involucrando en grupos de auto apoyo, pero no solo como participante, sino también como activista para ayudar a las demás personas a velar por sus derechos e incentivarlos a que acudiesen a los controles de sus CD4 y carga viral. Promovemos la importancia de la adherencia y realizamos visitas domiciliares de manera voluntaria.

Este acercamiento me hizo sentir útil y mis ideas de depresión fueron desvaneciéndose, pero a pesar de todo lo que estaba haciendo, en mi vida faltaba algo que había quedado inconcluso desde hacía más de 25 años y era finalizar mis estudios. Fue así como, retomé mis estudios en la escuela, bajo un programa de educación acelerada que hay aquí en mi país. Este programa nos brinda la oportunidad, a personas mayores, de cursar dos grados en un año, esto ha hecho que mis sueños de ser constructor resurgieran nuevamente. Mi interés es terminar mi bachillerato, estudiar una especialidad, específicamente en energía solar o energía renovable, ya que es algo que siempre quise y este año, primero Dios, me gradúe y pueda avanzar a la universidad.

Mi vida ha dado un giro importante, mi familia me apoya, mi esposa está trabajando directamente conmigo en las actividades de los grupos, somos personas públicas que hemos perdido el temor de reconocer que somos portadores; a veces salimos en la televisión dando información, así como también damos charlas en institutos y colegios.

Soy un ejemplo para mis hijos, ahora nos ponemos a estudiar los cuatro, mis dos hijos y mi esposa ya que ella también cuenta con una beca y está por terminar la primaria. Todos nos sentimos muy unidos y apoyados los uno con los otros, hacemos las tareas juntos y esto nos acerca más como familia porque ahora tenemos sueños en común y es el de procurarnos, en familia, una mejor vida. Todos nos cuidaos mutuamente, el formarme como profesional me ha brindado otra perspectiva de vida y vuelvo a pensar en que puedo construir una ilusión y por eso aprovecho cada instante que pasa".

Juan F. Salvador Pacheco

"Las personas que me conocieron antes de mi diagnósticono lo pueden creer, me preguntan cómo es que me he refinado tanto. Me dicen que no importa lo que yo tenga, lo que quieren es que sea un ejemplo de calidad de vida".

Mi vida ahora es un claro ejemplo de que las personas que vivimos con VIH no necesariamente estamos en los hospitales, somos personas que caminamos por las calles y vivimos la vida como cualquier otra persona, siempre y cuando nos cuidemos integralmente.

Mi primera reacción frente a los resultados de mis exámenes fue impactante, fue odioso, estuve a punto de desaparecer de este país, de mi familia de todo lo que yo quería. Mis sueños se bloquearon, yo sentía que ya no iba a valer nada; sin embargo, a pesar de todo lo oscura que se había tornado mi vida en unos segundos, mi familia siempre estuvo conmigo y ese apoyo junto a las palabras de aliento que me daban, me hacía ver una pequeña luz al final del túnel. Había algo que me decía, la vida no tiene por qué parar aquí, debes cambiar para no morir.

Fue así como busqué información y apoyo, empecé avocarme a organizaciones y en una de esas, conocí a personas de REDCA+, quienes con muy buena voluntad me ayudaron a informarme y así obtener más conocimientos. Sin embargo, el proceso de aceptación de mi enfermedad fue muy largo, pero a través de los diferentes talleres y actividades en las que participaba me fui motivando. Un día, alguien me dijo:'yo quiero que tú seas una persona que apoye a los demás y no solo una persona que venga a buscar apoyo de los demás'; estas palabras, sin lugar a duda, fueron claves porque me dieron una razón más para seguir luchando; me dieron una razón por la cual tenía que trabajar.

Ahora después de tanto tiempo, y de mucho trabajo conmigo mismo, mi comportamiento frente al VIH es diferente, ahora puedo decir que tengo la conciencia de ser adherente a mis medicamentos, a mi nutrición; he aprendido a convivir con esto, y a ser una persona aceptable en la sociedad, sin ser estigmatizado o discriminado. Tener contacto con todas las estrategias de cambio de comportamiento que practicamos ha sido de mucha utilidad, ya que nosotros que estamos viviendo con el virus, sufrimos constantemente de cambios en el carácter, yo a veces me he comportado agresivamente o con mucha depresión, pero he aprendido cómo debo manejar estas situaciones.

En lo personal, la metodología de juegos me ha ayudado a cambiar mi percepción ante la vida, a confiar en que aun valgo como persona y que debo protegerme para seguir viviendo.

Salir de mi vida pasada ha sido un gran trabajo porque yo fui una persona completamente desordenada, muy regalado como dirían muchos. Sin embargo, ahora me he vuelto disciplinado y muy consciente de cómo debo de llevar mis cosas; no significa que ya no pueda hacerlas, sino más bien, significa que conozco una mejor forma de hacerlas y esa es la diferencia.

La aceptación de mi condición ha hecho que yo aprenda a manejar más mis emociones, también ha permitido que me sensibilice y solidarice con mis pares. En el caso de mi familia, a través de la información que yo les doy, ellos ahora saben más cuáles el apoyo que deben darme y cómo deben aprender a ver a las personas que vivimos con VIH.

Ahora mis sueños han vuelto y quiero graduarme de trabajador social, pero un trabajador social sensibilizado para poder dar apoyo a todas las poblaciones en general. Me he capacitado para manejar las estrategias de cambio de comportamiento con otras personas, lo que me permite reforzar mis conocimientos, y poder ayudar a mucha gente que recién diagnostican para que puedan ver que aún tienen vida por delante, que no todo se ha terminado.

En algún momento de mi vida me sentí abandonado, creí que el diagnóstico había sido injusto, pero la verdad nada te ocurre por nada, todo tiene un sentido; el mío fue cambiar mi estilo de vida alocada, manteniendo siempre un lema con el cual me identifico y es que no me debo sentir fracasado, no debo ver obstáculos, más bien oportunidades.

Ahora lucho enormemente porque a nosotros se nos vea como personas con dignidad, derechos y respeto".

Maribel Chacón

"Soy una mujer con VIH pero sé que voy a llegar hasta donde yo quiero estar, con la ayuda de Dios".

Cuando me enteré de que era portadora del VIH, si bien es cierto la noticia impacta, yo no llegué a espantarme como para pensar en morir, porque yo ya tenía información y sabía que el VIH no tiene cura, pero sí se puede controlar con medicamentos.

Soy una persona que vivo la vida sin estar pensando en que algún día me voy a morir, esto lo he tomado más bien como una enfermedad crónica que hay que cuidarse y ya.

Creo que esta forma de pensar me ha ayudado a ver las cosas siempre con mucho optimismo. Sin embargo, a pesar del optimismo que tengo, había algo que yo no había podido completar; y que más allá de mi enfermedad, la falta de estudios era el verdadero obstáculo que truncaba el sueño de convertirme en una enfermera de profesión. Siempre me interesó obtener una beca y lo intenté a través de diferentes organizaciones; pero el tiempo pasaba y no tenía buenos resultados.

En una ocasión, REDCA+ me invitó a un taller que se estaba manejando con la Cruz Roja y ahí empecé a participar de manera más activa en las diferentes actividades que se desarrollaban en Guatemala. Un día, me hablaron del programa de becas y me preguntaron si quería aplicar; a pesar de haber buscado en tantas ocasiones mi esperanza no se terminaba, por lo que inmediatamente me sometí al proceso y un día me llamaron y me dijeron: “Maribel, te daremos la beca para que reinicies tus estudios”, ese día saltaba de alegría, porque Dios no se había olvidado de mi petición de tantos años.

Yo había dejado mis estudios desde los 14 años de edad, y después de 30 años, había reiniciado el quinto y sexto de primaria, hasta llegar a graduarme del segundo de básico. Tengo 4 hijos y ellos, al igual que mis maestros y amigos, me dan muchas fuerzas para salir adelante. Cuando me gradué, mis hijos estuvieron conmigo y me invitaron a cenar para celebrar, la verdad fue una experiencia especial ver a mis hijos en mi graduación de escuela.

¡Mis hijos son los maestros más estrictos que tengo!

Ellos siempre me están apoyando y revisando las tareas. Cuando hay algo que no entiendo ellos me explican, pero, eso sí nunca me hacen las tareas, porque ellos recalcan que yo debo aprender y me dicen:'A usted siempre le ha gustado entregar trabajos limpios así es que hágalo bien, tú tienes que aprender'. A veces me corrigen, realmente me siento orgullosa de ellos y de mí misma.
Mi aspiración es convertirme en enfermera, actualmente trabajo en un comedor y el tiempo que me queda para llegar a la escuela es corto, pero siempre he dicho que si quiero superarme tengo que poner de mi empeño y tengo que hacer tiempo, de lo contrario, no lograré mis objetivos.

Además, haber obtenido la beca me ha dado la oportunidad de tener las herramientas para buscar información y poder compartirla; a veces doy charlas en los hospitales y me encanta que la gente me aplauda, me siento muy feliz, me llena de mucha satisfacción poder ayudar a otras personas a través de mi experiencia y mis conocimientos, me siento importante.
Ser VIH positivo no significa que no podemos seguir adelante con lo que nosotros queremos, porque nosotros tenemos sueños y los mismos derechos del resto de personas, yo sé que obtendré mi título de enfermera y seguiré colaborando activamente con todos los pares que me necesitan”.

Melvin Yovani Ajtun

"Soy una persona de cambio, motivada y con mucha ilusión por vivir y servir a más personas".

Fui diagnosticado con el virus hace 17 años. Antes de saber que era portador del VIH, era una persona sumamente despreocupada y promiscua. Con el afán de conseguir drogas me involucraba con aquellos que pudieran proveerme de esas sustancias, fue así como contraje el virus. En ese momento, yo salía con una persona que cumplía con todo lo que yo necesitaba pero al poco tiempo ella falleció.

Por la vida tan alocada que yo tenía, recuerdo que en una ocasión, llegué al hospital por una consulta de una ITS que estaba padeciendo; pero como yo sospechaba de poder tener el VIH por todo lo que yo escuchaba, tomé la decisión de hacerme la prueba, lo que en aquel momento, confirmó mis sospechas. La prueba resultó positiva.

A pesar que yo estaba consciente de lo que padecía, no dejó de contrariarme y entristecerme la noticia. A raíz de mi diagnóstico, fui remitido a una clínica de atención integral y ahí se me acercaron personas de REDCA+ quienes me dijeron que podía recibir ayuda a través de las visitas domiciliares con el fin de que siempre me sintiera apoyado; consciente de mi necesidad de contar con personas que me entendieran y que ayudaran a salir de la depresión, tomé la decisión de permitir que llegaran a mi casa y desde aquel momento , puedo decir que mi vida dio un giro enorme, ya que empecé a informarme, a participar en actividades y esto me dio vida nuevamente.

Al principio fue difícil porque aunque sabía que me ayudaban, el temor de quedar al descubierto con mi diagnostico no fue fácil; sin embargo, estas personas fueron ganando mi voluntad hasta generar ese acercamiento que me ayudó a entender más la enfermedad. Aprendí cuáles serían las consecuencias si yo no era adherente y si no cambiaba mi conducta sexual.

Uno de los aspectos que más ha cambiado en mi vida, es entender que ser adherente a mis medicamentos, me procura una mejor vida; antes, yo trataba de engañar a los médicos haciéndoles creer que me tomaba todos las medicinas y mi astucia era tal, que sabía qué cosas debía hacer, cuando ya se acercaba la fecha de mi consulta, para que resultara lo más real posible.

Ahora Tengo aspiraciones de vida, las que de alguna manera iba perdiendo, creo que Dios me ha dado una oportunidad más, además tengo dos hijos que son el motor de mi vida, no quiero que ellos se queden sin papá porque eso les ocasionaría un choque emocional. Actualmente ellos no saben de mi condición pero estoy trabajando para decírselos en algún momento. Quiero seguir informándome, participando en actividades porque necesito empoderar me más para replicar esta información a otras personas a las que pueda orientar. Quiero brindar ese acompañamiento que a nosotros nos dieron cuando recibimos el diagnostico. Esa presencia nos ayuda a entender cómo debemos actuar ante nuestra nueva realidad.

El VIH no es muerte, simplemente es una condición que debemos saber llevar y controlar con medicamentos para tener mejor calidad de vida".

Me siento Feliz!

Miriam Elizabeth Scott

“Cuando me enteré del diagnóstico, para mí fue bastante duro, ya que yo siempre había creído tener una vida normal, siempre había vivido como cualquier otra persona dedicada a su casa y a su familia, no tenía la más mínima idea de que era portadora del VIH. Perdí a dos niños a causa del VIH, pero lo ignoraba. Pero hace 11 años mi vida, abruptamente, tuvo que dar un giro radical”.

Desde muy pequeña mi vida había transcurrido rodeada de dificultades económicas, mis padres siempre tuvieron problemas; por lo tanto, la posibilidad de que yo fuera a la escuela era imposible. Vivíamos en extrema pobreza y yo tuve que trabajar desde muy pequeña para ayudar con los gastos; esto hizo que yo adquiriera responsabilidades de una persona de 40 años y no tuviera tiempo para desarrollar esas cosas que todos los niños normales llevaban a cabo.

El tiempo transcurrió, me casé y allí comenzó mi historia. Todo transcurría en una aparente normalidad, sin que yo supiera que era lo que se me avecinaba. Perdí dos embarazos y luego tuve dos hijos, sin saber qué era lo que yo portaba en mi cuerpo, me di a la tarea de ser mamá; ahora tengo 11 años de vivir con mi diagnóstico y para mí la vida ha dado un giro enorme y especial. Aquellas ideas que vinieron a mi mente cuando recibí la noticia, esos pensamientos de que pronto iba a morir se desvanecieron y he logrado entender que el I VIH es una oportunidad de cambiar mi estilo de vida y de poder progresar, como mujer, madre y profesional.

A mi pobreza se había sumado el hecho de ser mujer, las oportunidades eran aún más limitadas para mí, lo que si podía hacer sin obstáculo alguno, era participar en las actividades de grupo de apoyo y en las de REDCA+ y fue ahí cuando sentí que había vuelto a nacer. Nuevamente mis sueños de progreso y mi autoestima habían reaparecido, ya que tuve la oportunidad de obtener una beca de estudios y a mis 40 años, empecé a estudiar primero de primaria y ahora estoy en tercero. Soy una feliz ama de casa, porque además de estar formándome académicamente, tengo las herramientas para ayudar a mis hijos en sus tareas, me siento más útil para mi familia.

Cuando inicie con la beca, nunca creí que tendría la oportunidad de llegar a las aulas de una escuela, y lo más importante, aprender a leer y escribir, eso para alguien que no lo ha vivido quizás sea más difícil entender, pero sentir que ya uno no depende de otro para que me lean las recetas de los medicamentos, esto es una verdadera bendición!.

Nada ha sido fácil aún el hecho de compartir la noticia con mi familia no fue fácil, todos pensaron en lo peor y había mucho miedo, pero a pesar de la ignorancia que todos teníamos, particularmente por la poca información en el tema, yo nunca decidí abandonarme a la desgracia, todo lo contrario, empecé a participar en muchas actividades de mujeres, talleres, encuentros y eso hizo que yo perdiera el miedo a enfrentar mi situación. Mi esposo y yo somos unas personas completamente públicas y toda mi familia y nuestra comunidad nos apoya. En lo personal, nunca he sufrido discriminación, todo lo contrario, me han felicitado por los logros. Me felicitan porque vivo una vida normal como cualquier otra persona, por mi valentía y decir sin miedo, que vivo con VIH.

Ahora con mis conocimientos, comparto la información con mi familia, con mis hermanos, los oriento; e incluso, mi ejemplo sirvió para que ellos, de manera voluntaria, fueran y se realizaran la prueba. La seguridad que me ha dado los estudios para poder buscar información, me han permitido entender que yo no estoy enferma, que el VIH es simplemente un virus que está dentro de mi cuerpo, pero que con el medicamento lo puedo controlar.
Agradezco infinitamente a la vida, a Dios, porque veo la vida de otro color, la veo como algo maravilloso porque sé que ahora tengo calidad de vida, ahora me cuido, tengo un doctor las 24 horas del día y mi familia está feliz de ver que día a día me veo mejor y que estoy superándome en la escuela, ahora soy compañera de tareas de mis hijos y ellos me ayudan a resolver problemas y me alientan a seguir adelante.

Omar Orlando Bautista

"Perseverancia, no doblegarse ante nada y ser persistente con las metas que uno quiere alcanzar, muy a pesar de lo adversa que pueda ser la vida".

Estas son las palabras con las cuales Omar relata su historia; una persona que hace 31 años abandonó sus estudios.

Haber tenido la oportunidad de reiniciar mis estudios ha sido una total bendición, ya que a mi edad, después de 31 años de haber dejado las aulas y más aún, con un diagnóstico de VIH, lo que menos esperaba era tener esta oportunidad; sin embargo, y a pesar de todo, he podido graduarme de bachiller de Ciencias y Letras y ahora espero continuar en la universidad.

La beca me ha dado la oportunidad de entender que a pesar de mi condición, puedo seguir preparándome para ser productivo y ayudar a mi familia. Esta experiencia no solo me ha servido para interesarme más en mí; sino también, para ayudar a todas aquellas personas que están en mi misma condición y que no logran ver una luz de esperanza. Quiero que ellos logren darse cuenta, con mi historia, que a pesar de las adversidades de la vida, siempre hay oportunidades.

Al principio fue bastante difícil, ya que mi autoestima estaba muy baja y me daba pena verme en medio de jovencitos como el único adulto mayor de la clase, pero cuando ellos empezaron a verme como un ejemplo de superación y de que a pesar de mi edad estaba tratando de superarme, me fueron dando un lugar muy especial y el respeto que merecía.
Hace 5 años cuando conocí a REDCA+, mi vida iba en declive, ya que cuando recibí la noticia de que tenía VIH pensé que mi vida en ese momento se detenía para siempre. La Red empezó a involucrarme en talleres y actividades que se realizaban y estas fueron llenándome de optimismo y de mucha fe; empecé a creer que las personas con VIH aún podemos ser mejores, contribuir a la sociedad y luchar en contra de la discriminación y el estigma.
En mi vida fui siempre bastante desordenado, despreocupado, no le tomaba importancia a nada y vivía por vivir. Cuando me enteré de mi diagnóstico mi vida cambió y paradójicamente saqué optimismo de todo lo que me rodeaba. Algo que me repetía constantemente era que esta enfermedad no me va a vencer, yo la voy a vencer a ella, esto no acabará con mis sueños y si pudiera retroceder el tiempo tomaría más conciencia para no cometer los errores que me llevaron a esta condición.

Mi familia y mis amigos más cercanos me apoyan cien por ciento, se alegran de ver un cambio en mí, que reinicié mis estudios y que mis aspiraciones ante la vida son concretas. Quiero convertirme en profesional, quiero ser trabajador social y ayudar a otras personas a superarse en la vida; desearía que otros entiendan que esta enfermedad del VIH no es un obstáculo, que todo ocurre por algo, todo tiene un propósito y que no debemos dejarnos vencer.
Me siento satisfecho de lo que he logrado, no importa la edad, ni la condición, siempre que uno se mentalice que lo puede lograr no hay límites para conseguirlo.

Reyna Ofelia Shun

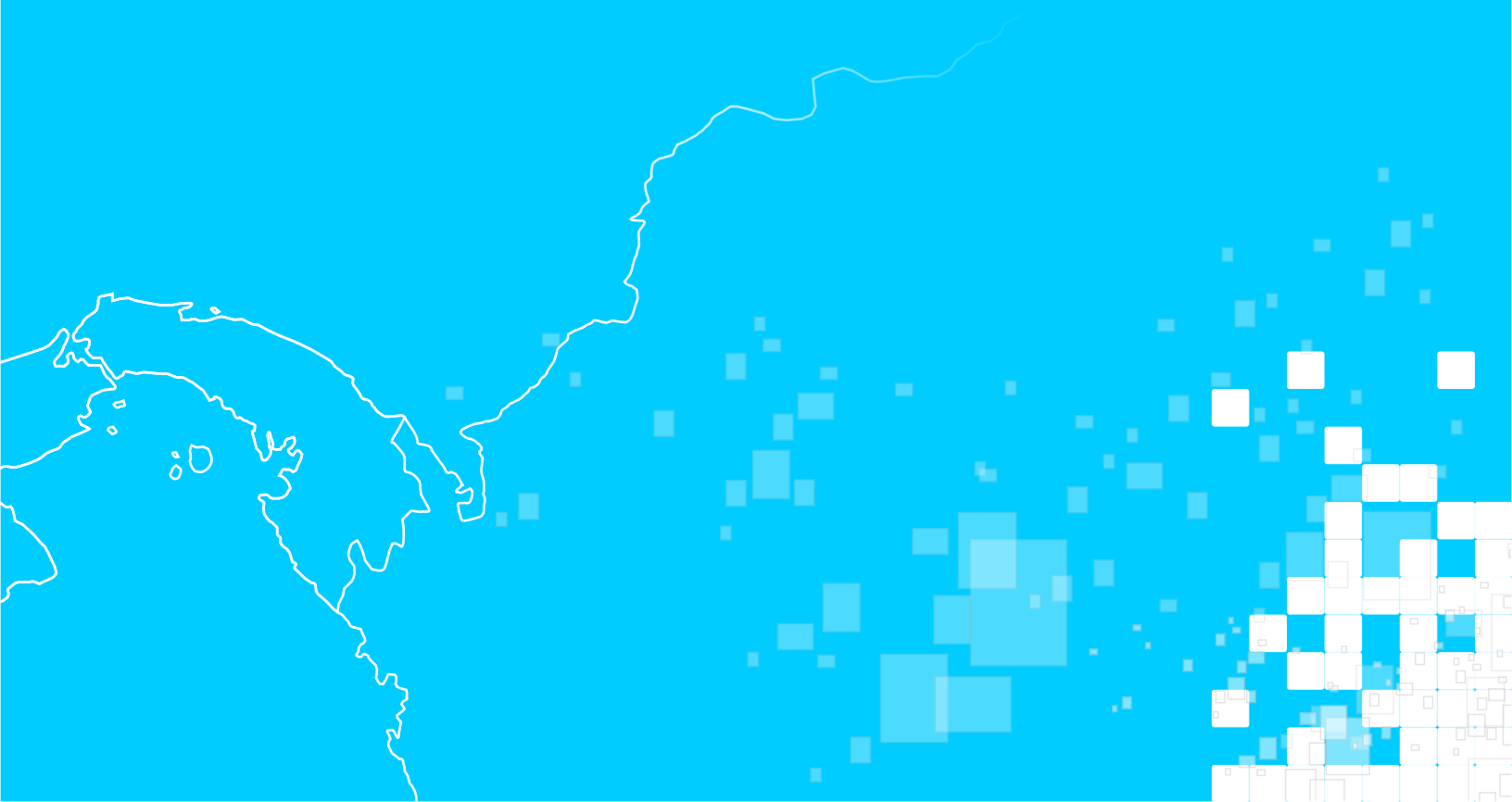
"La visita domiciliar ha sido clave para que yo no me abandone, los consejos y palabras oportunas, de las personas que me visitan, hacen que yo lleve mejor calidad de vida

Ahora puedo ver que el tener VIH es una condición controlada; no es una enfermedad. En lo personal lo considero más como una oportunidad de cambio, ya que me ha acercado más a Dios, me ha dado un médico las 24 horas del día, una psicóloga que me ayuda en mis crisis y sobretodo la ayuda de mis pares para motivarme a continuar con mi vida, a no abandonarme con mis medicamentos y a compartir información valiosa del VIH".

Héctor Manuel Vásquez

“Al principio me sentí derrotado, que todo había acabado para mí y me encerré en mí mismo. Sin embargo, ahora mi vida es otra frente al VIH. Tener los consejos oportunos, una mayor información y entendimiento, ha sido gracias a las visitas que REDCA+ me hace constantemente. Ahora tengo una mayor comunicación con mis pares y aprendo mucho de ellos, ya no tengo pena de que me señalen, al contrario me siento bien confiado, soy adherente a mi medicamento y creo que aún tengo mucho que hacer por esta Red, para poder ayudar a más personas que, como yo, necesitan que los visiten y que les den atención para seguir adelante.”

Honduras



Adán Paz Álvarez

"Yo era una persona que me encantaba la diversión a como diera lugar, no salía de las discos, trasnochaba y si había relaciones sexuales, sin protección, las disfrutaba. Nada había mejor que esa vida, no me preocupaba de nada más que ver adonde había oportunidad".

Cuando me diagnosticaron el VIH, yo creí que iba a morir. En ese momento, no quería salir adelante, el mundo se me venía encima, pensé que no había más oportunidades para mí; sin embargo, a través del tiempo fui viendo las cosas desde otro punto de vista.

Sin embargo a pesar de lo negra que era mi vida, yo acudía a un grupo de auto apoyo en el hospital al que yo frecuentaba para recibir apoyo psicológico, fue así como en el año 2010,recuerdo que estaba participando en actividades del grupo y llego una persona que pertenecía a la REDCA+ y fue donde por primera vez me acerque a ellos; esta persona nos habló de las oportunidades y del programa de becas que esta Red manejaba. El impulso y la motivación por creer en mi era tan grande, que me animé, llené el formulario para ver si aplicaba y después de un proceso, recibí la noticia de haber sido escogido dentro de los beneficiados. Realmente fueron días de mucha expectativa, pero gracias a Dios me dieron la oprtunidad.

Mi razón de no estudiar, siempre fueron problemas económicos, además, yo me fui fuera del país por algún tiempo y abandone mis estudios. Para ese entonces, ya había pasado tercero de ciclo común; es decir, el bachillerato; entonces, cuando me dieron mi beca por tres años, empecé con primero de carrera y me gradué el año pasado. Eso ha venido a impactar en mi vida, estoy muy emocionado, me siento muy feliz. Pienso que he vuelto a vivir, soy una persona diferente y tengo mi carrera profesional.
Ahora me siento más seguro de mí mismo, ahora me considero una persona competitiva. Gracias a esta beca pude graduarme y ya estoy dando clases en un programa de educación en nuestro país, es un programa del gobierno que se llama Educa Todos. Tengo a mi cargo séptimo, octavo y noveno grado, así que me siento muy feliz.

Estoy muy contento porque mi diagnóstico no fue un obstáculo para llevar adelante mi vida profesional, actualmente me desarrollo igual que cualquier otra persona, rindo igual en el mundo del trabajo, de la educación, de salud, igual en todos lados. Soy una persona con las mismas capacidades que los demás, no hay diferencia alguna.

Ahora todo es muy distinto, me quiero, me valoro, sé que soy muy importante para mí, para mi familia, para mi comunidad, para la sociedad entera.
Mi familia siempre me apoyó y sigue apoyándome. Ellos han visto el cambio en mí, admiran la valentía con la que he tomado este reto. En lo personal, considero que hay una larga vida por delante que tengo que cuidarme y ver las cosas desde otro punto de vista, ser más responsables.
Agradezco mucho a Dios y el apoyo de la Red, porque con sus directrices se han preocupado por las personas con VIH y nos han ayudado a alcanzar esos sueños que teníamos estancados por una u otra razón, ahora siento que estoy desarrollando todas mis capacidades me siento motivado y por eso me he sumado en esta labor sobre el VIH, ahora me encuentro trabajando en la temática con personas con VIH, una labor que combino con mi labor profesional. Con toda la información que yo manejo ahora, me siento empoderado y me he vuelto multiplicador de mis conocimientos
Aún tengo mucho que dar, me veo como una persona con un fuerte liderazgo, una persona grande con conocimientos sobre la temática, sensible y dispuesto a ayudar, compartiendo mi testimonio y mis conocimientos con aquellos que lo necesitan".

Hoy soy una persona más positiva, hoy pienso diferente, pienso que tengo la capacidad de competir con otras personas, porque tengo la motivación para lograr lo que me proponga.

Ana Yaneth Cruz

Hace 13 años me dijeron que me quedaban solo dos meses de vida. En ese momento, mi hija tenía 7 años y mi hijo apenas 5 meses. Cuando los doctores me dieron ese pronóstico pensé “¿Dios mío qué va a pasar con mis hijos?”. Los médicos decían “estás más muerta que viva”, solo tenía 16 CD4.

Todo comenzó cuando mi pareja empezó a presentar grandes fiebres, él empezó a enfermarse, él sabía que tenía VIH, su familia también pero yo no. Al tiempo, comencé a presentar los síntomas. Acudí a Médicos sin Fronteras porque estaba muy preocupada por la salud de él, allí tomé la decisión de que me hicieran los exámenes. Cuando me dieron la noticia de que era VIH positiva, lo tomé tranquilamente porque pensé, hay solución, voy a tomar mi tratamiento.

Hicimos todo lo que pudimos por ayudar a mi pareja pero él murió. Entonces, caí en una gran depresión. Además, fui discriminada, me despidieron del trabajo porque mi jefa se enteró de mi diagnóstico. En ese tiempo no había información, sinceramente había una enorme ignorancia; pero me preparé por amor a mis hijos y pensé que por ellos tenía que echarle ganas, porque yo quería que mis hijos tuvieran una mamá. Yo no tuve una madre, me crié en las Aldeas SOS, yo sé lo que es ser huérfana. No quería que mis hijos sufrieran eso y por ellos luché. No perdí la esperanza, sabía que tenía que levantarme, mis hijos me necesitaban.

Con esa determinación en mi mente, empecé a buscar información. Durante mi proceso de recuperación me invitaron a varios grupos, entre ellos: Enlaces de Mujeres Negras; ellas me llamaron, me explicaron que tenían un grupo y querían que yo fuera como un ejemplo. Entonces, yo dije está bien, yo necesito eso. Así fue como empecé a capacitarme, a empaparme más y a querer ayudar a otras personas.

En ese camino conocí a REDCA+ e iniciaron a visitarme periódicamente. En esas visitas empezaron a decirme que hay derechos humanos que debemos defender, que existen organizaciones que nos pueden ayudar. Gracias a Dios acepté las visitas porque estas han sido sumamente impactantes en mi vida. Si no fuera por el apoyo que nos dan estas personas, digo que tal vez estaríamos dispersos, perdidos o quizás muertos.

Yo ahora considero que he ganado mayor confianza en mí misma porque puedo enseñarle a otras personas y decirles que sí se puede seguir viviendo. Al principio no sabía de qué se trataba y me decían que querían saber cómo me encontraba, si estaba bien de salud. Ahora, siempre quiero que vengan a mi casa porque me gusta informarme más y nos ayudan a entender nuestra condición desde una visión integral.
Quizás si yo no me hubiera dejado ayudar, tal vez no tendría la energía que tengo en este momento; porque sin la ayuda de las organizaciones que nos apoyan, sinceramente, digo que no estuviera donde estoy.

Mi entrega y disposición ha sido tan real, que el año pasado, me hablaron y me preguntaron si quería trabajar como visitadora domiciliaria de REDCA+, y sin dudar un tan solo minuto, yo dije que sí. A mí siempre me ha gustado trabajar con las personas, ayudar a otros que están viviendo con VIH porque yo soy un ejemplo. Entonces, me motivé y gracias a Dios lo he hecho bien y recibí capacitaciones para lograrlo.

Actualmente tengo pareja, él sabe mi condición y lo cuido, he aprendido a tener prácticas sexuales responsables, sueño con casarme, ver a mis hijos graduados y conocer a mis nietos. Mis hijos siguen siendo mi gran apoyo y mi más grande motivación. Mi hija es una joven inteligentísima. Además, quisiera ayudar a otras personas a través de mi testimonio. Si alguna de mis amigas con VIH me llama a medianoche yo me voy a verla; si me llama en la madrugada yo me voy a visitarla; porque sé que eso les ayuda a sentirse apoyadas, a saber que no están solas. Siempre les recomiendo a mis pares que debemos cuidarnos, tenemos que depender de nosotros mismos, el doctor es el doctor, pero debemos mantener siempre una actitud positiva. A todos les digo sin miedo mírenme, me veo hermosa, me siento feliz, soy una mujer viviendo con VIH. Soy una mujer realizada como madre y siento que puedo seguir ayudando a los demás.

Ana Victoria Bonilla

Creí que por ser una persona con VIH, no tenía derecho a más oportunidades en la vida ...

Hace 15 años me diagnosticaron el VIH,y o pensaba que la vida se terminaba con el diagnóstico, pero no fue así. Dios me ha dado una oportunidad más de vivir, una oportunidad para valorarme como mujer y como ser humano y poder ser una mejor persona.

Yo era una mujer muy temerosa, una persona insegura, alguien que se minimizaba constantemente y mantenía la idea que no iba a poder salir adelante por mi condición.

Toda esa baja autoestima, contribuyó, a que desde hace 10 años, yo tomara la decisión de abandonar mis estudios; sin embargo a pesar de mis decisiones no tan acertadas, tuve la oportunidad, gracias a una beca que me otorgó REDCA+, de reiniciar mis estudios; esto me permitió, obtener mi título de bachillerato en Ciencias y Letras y me motivo a querer continuar con mi sueño de estudiar en la universidad. Quiero ser licenciada en Gerencia de Desarrollo Social.

A principio creí que por ser una persona viviendo con VIH, no tendría la oportunidad de estudiar, ni la posibilidad de crecer como persona, pero, cuando comencé a estudiar de nuevo, me di cuenta que las cosas no se quedan ahí, al contrario, había aún mucho más que hacer por la vida.
Gracias a los estudios que he obtenido, mejoré mi currículum vitae y ahora tengo la posibilidad de conseguir un mejor empleo. Tengo un hijo de 18 años y una pareja, ellos saben mi condición y me apoyan. Me siento feliz porque mi hijo me dice que soy un ejemplo para él porque a pesar de mi situación, he logrado salir adelante. Día a día trato de transmitirle que no importan las barreras, ni las dificultades a las que nos enfrentemos, siempre y cuando, tengamos la decisión y la actitud positiva, podremos salir adelante.

En lo personal, me gusta compartir mi testimonio y decirle a otras personas en condiciones similares, que no nos debemos de rendir, que no nos vamos a morir, que la vida continúa y que tenemos que luchar, tenemos que hacerlo por nosotros y por nuestras familias, por nuestros hijos.
Ahora soy una persona más confiada y más empoderada. Además, puedo decir que soy adherente y que tengo una vida saludable. Nunca he recaído porque estoy al pie del cañón, tomando mis medicamentos todos los días.

Retomar mis estudios ha sido una experiencia muy gratificante, porque mis compañeros no me despreciaron, siempre han sido bien cariñosos, estudian conmigo y cuando ellos tienen duda sobre la temática del VIH, acuden a mí para consultarme. Ellos se sorprendieron porque creían que una persona en mi condición podría estar toda desanimada, pero ese no es mi caso.

He demostrado a muchas personas, que tener VIH no es una limitante, no es una barrera para obtener lo que uno quiere en la vida. Ahora soy una Ana fortalecida, gracias a Dios y a las oportunidades que se me han abierto. Quiero decirles a muchos que están en mi condición que se puede salir adelante teniendo VIH".

Benita Ramírez Fernández

Tengo 51 años. Mi vida cambió de una manera que nunca me lo hubiera imaginado. Cuando supe de mi diagnóstico, lo primero que se me ocurrió pensar fue: ¿por qué a mí?, ¿por qué yo? Simplemente no entendía, pero ahora puedo decir, que ese pensamiento y comportamiento depresivo fue cambiando y mejorando, ahora soy una persona más informada más tolerante y sobre todo me he aprendido a respetar y respetar a otros.

Hace 4 años después de un largo proceso de aceptación, de acudir a grupos de auto ayuda, conocí a REDCA+ y ellos me dieron la oportunidad de continuar mis estudios a través de una beca, actualmente estoy estudiando Gerencia y Desarrollo Social en la Universidad Metropolitana de Honduras, estoy por terminar y me siento realizada, completa y sobretodo con mucha motivación para luchar por mis sueños.

Mi vida y sobretodo mi actitud han cambiado mucho. Cuando yo me entere de mi diagnóstico y conocí a REDCA+, necesitaba mucho apoyo ya que había perdido mi trabajo y pensaba que ya no tenía nada. Pero cuando me notificaron que yo había ganado una Beca de estudios, fue muy especial, porque me hizo sentir que aun tenía camino por recorrer, que aun podía pensar en oportunidades para mí. Por eso la beca la he aprovechado al máximo y me he esforzado siempre por no reprobar ninguna de mis clases y poder compensar el esfuerzo que hacen por nosotros.

Recuerdo que al principio había perdido todo el entusiasmo por salir adelante, yo no veía futuro alguno, porque uno no espera que le den una noticia de ese tipo y pensé que todo lo que yo anhelaba tener o cumplir, se venía al suelo.

Sin embargo, muchas de mis aspiraciones e ilusiones, han resurgido; a medida que iba logrando progresar, me prometía que no me iba a echar atrás, avanzar poco a poco me ayudaba a inspirarme y agarrar fuerzas para seguir adelante, a pesar de los obstáculos que veía. Ahora puedo decir con fuerza y optimismo queme veo graduada , apoyando a los demás, ofreciendo algo de mí a todas aquellas personas que están pasando por situaciones difíciles y similares a la mía y que necesitan palabras de consuelo y mucha ayuda.

Ahora combino mis estudios con mi tarea de voluntariado para ayudar a otras personas que también viven con VIH, hago visita domiciliar ad honorem porque soy voluntaria del Foro Nacional del Sida y de la Comunidad de Mujeres con VIH.

Por el mismo interés que yo siempre he tenido en informarme más acerca de cómo manejar la enfermedad, cómo protegerme y como poder ayudar a otros, he tenido la oportunidad, de participar, en diferentes talleres de REDCA+; lo que me ha permitido obtener más conocimientos y sentirme empoderada en la temática. Si uno tiene la información, tiene el poder. Si uno no busca informarse, vamos a seguir siempre con los mismos problemas y cualquiera nos puede venir a engañar porque no tenemos conocimiento de las cosas.

A medida que uno va creciendo en conocimiento, va aprendiendo nuevas estrategias, nuevas técnicas y nuevos mecanismos para desarrollarse mejor. Aunque a veces uno diga “no puedo hacer eso”, es mejor decir “voy a intentarlo”.

Soy una persona muy activa y positiva, no me gusta estar siempre sentada, me levanto bien temprano en las mañanas a realizar los quehaceres de mi casa. Luego salgo y me voy al hospital, allí colaboro con aquellas compañeras que puedan sentirse mal o que están en abandono.

Le doy gracias al Señor y le doy gracias a REDCA+, porque en un futuro me veo con un doctorado, si Dios me tiene con vida. Tengo muchas aspiraciones, muchas metas para el futuro, quiero seguir adelante. He asumido un compromiso conmigo misma y ya siento que puedo comprometerme con los demás y con la sociedad. Me siento VIVA!!!

Blanca Ondina Hernández

Yo era una mujer muy tímida, era un ama de casa sin aspiraciones. Mi esposo no fue fiel, con él compartí 24 años de mi vida.

En la década de los noventa nos enteramos desu diagnóstico. Recuerdo que en una ocasión, él se enfermó y se practicó varios exámenes entre ellos, la prueba del VIH, las sospechas no se hicieron esperar, ya que al poco tiempo le confirmaron que la prueba resulto positiva, por lo que inmediatamente los médicos me dijeron que tenía que someterme a la prueba yo también. Fue un golpe muy duro.

Mi esposo murió en 1997 y yo sin tener opción alguna, acepté mi condición con mucho dolor y mucha angustia. En esa época no había mucha información solo miedo. Yo suplicaba a Dios que me diera vida. “Señor, no permitas que mis hijos pierdan a su madre, ya perdieron a su padre” era lo único que aclamaba.

Empecé a llenarme de mucha fe y así fue y nunca pasó por mi mente la idea de morir, ni de quitarme la vida. Al contrario, pensé en mis hijos. A ellos le hice los exámenes y todos son negativos. Y ahora aquí, después de 17 años le puedo contar mi historia.

En la búsqueda constante de información querer sentirme apoyada, conocí una organización de San Pedro Sula, con quienes inicié este camino de conocimiento del VIH, luego conocí a REDCA+, por medio de los puntos focales, ellos llegaron a mi pueblo con noticias acerca de cómo manejar el VIH, con nuevas esperanzas y con sus propuestas de cambios de comportamiento.
Cuando yo empecé esta metodología de los juegos ,aprendí a conocer mis derechos, cómo comportarme, cómo defenderme, conocí nuevas herramientas para abordar el tema que estamos viviendo; esto me ayudo a que me sintiera más confiada y poder a tener el valor para defender nuestros derechos. Actualmente estoy coordinando un programa en mi comunidad ahí he logrado convertirme en una persona sin problemas para exponerme públicamente, mis vecinos me saludan cordialmente porque así trato a los demás.

No voy a negar que todavía hay personas que discriminan, señalan y se atemorizan, pero yo he trabajado por enfrentar esas situaciones y las voy superando. Me he aferrado a Dios, yo he puesto siempre mi mirada en él. Recuerdo una anécdota, algo que me ocurrió en la iglesia en la que me congrego, un día sentí que mi garganta se resecaba y pedí un poco de agua, me quedé en la puerta esperando y pude observar cómo las personas daban vueltas y vueltas, sin que me dieran el vaso de agua, al rato alguien llegó con un poquito de agua pero en un recipiente plástico. Ese día me sentí totalmente discriminada.

Ahora la cosa esta cambiando porque existe más información, en la radio ya se escuchan programas de orientación sobre el VIH, en aquellos tiempos solo había rechazo, temor, el señalamiento.
Gracias al apoyo que recibí desde un inicio a través de las personas y las estrategias de REDCA+, ahora tengo una mejor autoestima, me siento más confiada y miro hacia adelante. Todo este tiempo de vida que Dios me ha dado ha sido de felicidad, de alegría porque comparto, oriento a otras personas, acompaño a mis hijos, he conocido mis nietos.
Tenemos que seguir adelante, esta enfermedad es como tantas otras. Al principio fue duro para mí, pero a pesar de ello tenía fuerzas para visitar a otras personas enfermas. Era duro visitar a personas que estaban mal, en fase terminal; pero aún así seguía adelante, siempre adelante.

Yo multiplico la información que me proporcionan. Muchas personas me buscan cuando reciben su diagnóstico, me buscan discretamente y los he ayudado porque soy discreta y responsable. Estoy siempre dispuesta para los que me necesiten, los acompaño a los centros de atención, los oriento. Sirvo en mi comunidad, en mi patronato, en la iglesia. Ahora formo parte del comité de liturgia y me paro al frente a leer. A diferencia del pasado, no me siento minimizada.
Creo que he crecido como persona, como ser humano, me he solidarizado y eso me hace ver hacia adelante y ya no me permito recriminarme por lo que paso.

José Eduardo Perdomo

Nací con VIH. Mi papá murió cuando yo tenía tres años y mi mamá cuando cumplí cinco. Mis hermanas se criaron en un orfanatorio, aquí en Progreso, Honduras, pero yo me quedé con mi abuela. Ella me apoyó y aunque ahora no vivo con ella, siempre me ayuda, siempre estuvo a mi lado en todo momento. Mis hermanas no son portadoras del VIH y les agradezco su cercanía y su comprensión.
Cuando fallecieron mis padres, muchas personas se dieron cuenta de nuestra condición y los adultos se encargaron de decirle a sus hijos que no se juntaran conmigo. Les prohibían jugar conmigo y allí comenzó la exclusión. Para mí fue muy doloroso.

Recuerdo que cuando a mí me dijeron lo que yo tenía, asumí mi condición de una manera normal, pero lo que más me molestaba era que los compañeritos de la escuela me marginaban, me excluían de los trabajos y me tocaba hacerlos solo. A los 9 o 10 años ingresé a una organización llamada Casa Aurora, allí nos reuníamos niños y jóvenes de todas las edades, ellos nos daban apoyo psicológico, nos motivaban y nos orientaban; en esa fundación comencé a asistir a charlas sobre el VIH y fue a través de esta organización, que conocí a REDCA+.

Al principio yo era un joven triste, siempre estaba decaído, en las actividades de la fundación, me quedaba apartado, en silencio, sin participar. A través del paso del tiempo, de la ayuda psicológica, y del trabajo que los puntos focales de REDCA+y con las dinámicas lúdicas que recibí, he aprendido acerca de los beneficios de la prevención, los derechos y de la importancia de una buena alimentación y una buena adherencia en todos los sentidos.

Dentro de la estrategia de cambio de comportamiento, hay un juego con el cual yo me identifico mucho, en donde se trata todo lo referente al VIH, la adherencia y nuestros derechos. Ahora me siento más seguro de mí mismo, mi autoestima ha mejorado y me confianza, tengo una buena actitud. Ahora estoy contento porque puedo compartir información a otros mi interés por informarme y conocer más me ha llevado incluso a participar en actividades y he podido impartir metodologías de cambio de comportamiento. Así como también, tuve la oportunidad de trabajar en estrategias para los jóvenes de Centroamérica.

En lo personal no veo el VIH como algo injusto que me sucedió, lo veo como algo que debo superar. Es una meta para ganar espacios, para ganar más vida. Ahora trabajo vendiendo accesorios de teléfonos celulares y aunque por motivos económicos no pude continuar en la universidad, tengo el sueño de ahorrar para lograrlo. Con una beca que obtuve a través de REDCA+ pude terminar mi bachillerato y quiero seguir estudiando. Tal vez a finales del año o a principios del próximo pueda retomar mis estudios universitarios.

Soy una persona productiva y sé que lo voy a lograr. Tengo el sueño de tener mi propio negocio, me veo como un empresario, y por el momento estoy trabajando con una compañera en un plan para hacer actividades con otros jóvenes, para ayudarlos en el tema del VIH, para que tengan otra perspectiva de su condición.

Soy feliz. Me siento feliz con mi vida, tengo una pareja y aunque hay altos y bajos, allí vamos. Quisiera decirles a otros jóvenes que busquen apoyo, especialmente ayuda psicológica, porque yo pasé por eso, sé lo que se siente y eso me ayudó mucho. En mi vida aún hay camino por recorrer.

Eyvi Guadalupe Antunez

“Cuando me diagnosticaron, hace 13 años, estaba embarazada de mis gemelas. Tengo seis hijos y dos nietos. Uno de mis hijos es positivo también”.

Mi esposo murió a raíz del VIH. Cuando él falleció me quedé luchando sola, sin trabajo y a la buena de Dios. La familia de mi esposo me hizo sentir culpable porque él no quiso seguir su tratamiento, no quiso tomar sus medicamentos. Ellos me trataron como si no valiera nada, me menospreciaron.
Pero eso, lejos de afectar mi autoestima, me dio fuerzas para seguir adelante, para demostrarles que yo podía continuar y así lo hice. Ahora tengo una linda pareja, ya tenemos dos años juntos. Él también es positivo pero nos cuidamos mucho y estamos a punto de casarnos. El año pasado intentamos casarnos pero él tuvo una recaída, se me puso grave porque antes estuvo en abandono pero retomó su tratamiento. El medicamento funcionó. Así que si Dios lo permite nos vamos a casar este año. Me siento feliz, estoy ilusionada.

Muchas veces creí, que mi condición era injusta, pero cuando esos pensamientos venían a mi mente, reaccionaba y me decía que esto era un propósito de Dios. La verdad ahora ya no lo veo como una desgracia en el momento que recibí mi diagnóstico, estaba tan desinformada del VIH que aunque parezca gracioso, pensé que habían sido unos zancudos, que alguien con VIH me había tocado, no comprendía por qué, cómo fue, porque yo si siempre fui una ama de casa anegada.

Desde hace cuatro años estoy trabajando con niños. Los traigo hasta Santa Pedro Sula cada dos meses y gracias a Dios recibo el apoyo del alcalde de Puerto Cortés. En esos encuentros los apoyamos y los orientamos. Esa actividad me ha motivado a seguir luchando. Creo que si yo no tuviera el virus sería una persona indiferente con otros VIH positivos, no tomaría en cuenta a esos niños; pero gracias a mi condición entendí que debemos apoyarnos unos a otros.

Desde que supe mi diagnóstico he sido muy responsable con la adherencia, no pierdo una cita y tomo mis medicamentos, participo en las capacitaciones a las que los punto Focales de REDCA+ me invitan y todas las actividades de cambio de comportamiento que desarrollamos me han servido para aprender muchas cosas, como alimentarme, inclusive a cuidarme en una relación sexual, porque por ser ama de casa desconocía. Antes yo era más confiada pero ahora entiendo que debemos cuidarnos porque corremos el riesgo de una reinfección. Uno de los compromisos que yo he adquirido es que toda la información que yo recibo, la comparto con otros compañeros, con otros que estén en la misma condición.

Creo que el amor a mí misma me impulsa y trato de hacer las cosas mucho mejor. Cada día digo mañana lo haré mejor. Ahora soy una persona diferente. Hasta mis amistades me dicen que he cambiado. Mi forma de vestir, de hablar y por supuesto de pensar es diferente.
Es doloroso no contar con todo el apoyo de mi familia, ellos son indiferentes; pero mi comunidad me respeta. Doy mi testimonio a los demás.

Cuando algún compañero dice que está cansado, que no quiere tomar sus medicamentos, me ven y observan como sigo adelante. Mis vecinos ven como salgo en las mañanas, ando con los niños, voy a San Pedro Sula, voy a los talleres que me invitan. Incluso personas sanas se admiran de mi energía y mi fortaleza. Algunos me dicen que tengo más fuerzas que ellos. Me miran con respeto y si requieren información sobre el VIH llegan a mi casa.

Hace algunos meses estuve en Santa Bárbara con unos maestros, ellos me invitaron a dar mi testimonio. Estuve en cinco canales de televisión, me encanta cuando me llaman, me fascina que me digan “Evy, ¿puede venir a tal parte”. A veces no tengo el dinero para movilizarme pero hago hasta lo imposible por no fallar a esas citas, soy una persona pública y me siento orgullosa.
Le agradezco a los puntos focales porque siempre me toman en cuenta y lo que me enseñan siempre hay algo nuevo que aprender y lo transmito. En el futuro me veo mejor, cada vez mejor, quiero progresar, avanzar, ir más allá ir hasta donde Dios me lo permita.

Mario Erick Murillo

Tenía una vida muy “alegre”, casi siempre andaba en la calle, fumaba, bebía, no le hacía caso a mi papá, no me llevaba bien con mis hermanos, no estudiaba. Mis padres me inscribían en la escuela pero yo no iba porque quería estar con mis amigos. Tengo nueve hermanos y todos están estudiando, pero yo no aproveché las oportunidades que me había brindado la vida.

Debido a esa alegre vida, que yo llevaba, un día empecé a enfermar, y fue entonces cuando un amigo que tenía información acerca del VIH, comenzó a asociar algunos síntomas, lo que a él le genero sospechas. En una ocasión, me dijo que fuéramos al hospital para que me realizaran los exámenes respectivos, eso fue muy difícil porque yo tenía mucho temor, al principio me negué, como cualquier persona con miedo. Pero él me llevó a escondidas, me mintió y al final me hice la prueba. Mi sorpresa fue, que el resultado resultó positivo. Cuando me enteré, yo pasé tres días pensando, callado, no lograba asimilarlo, estaba en shock. Tenía miedo de ser rechazado por mi familia y luego vino una gran depresión.

A pesar de mi depresión, aún existía algo de conciencia en mí y decidí buscar ayuda, fue así como desde ese momento, comencé a asistir a charlas en un grupo de auto apoyo. Sin embargo la negación a mi realidad era tan grande; que las reuniones no las tomaba en serio y al poco tiempo recaí. Mi hermana, preocupada por mi situación, me llevó a la clínica, allí me hicieron la prueba nuevamente y el resultado fue el mismo: POSITIVO. De esa forma fue como mi hermana se enteró. Yo tenía mucho miedo y le pedí que no revelara lo que había descubierto a mis padres; pero su deber como hermana mayor era decirlo.
Yo temía la reacción de mi familia, pero ellos no me rechazaron, al contrario, me apoyaron y desde ese día, sentí un inmenso alivio. A mi madre le dije: "voy a dejar todo eso, voy a ser mejor persona, voy a ayudarle con mis hermanos en lo que yo pueda. Seré un mejor hijo". Dejé de fumar, la comunicación con mis padres y mis hermanos mejoró. Ya no soy el que era antes.

Pasado los días, recuerdo que en una ocasión, un amigo me invitó a participar en el grupo llamado Renacer y fue allí, donde comencé a escuchar acerca de REDCA+ y de su programa de cambio de comportamiento. En un principio sentía intriga, mucha curiosidad por saber de qué se trataba, y empecé a participar en los talleres y cada vez fui sintiendo más interés hasta que empecé a sentir el gusto de aprender a través de las actividades lúdicas..

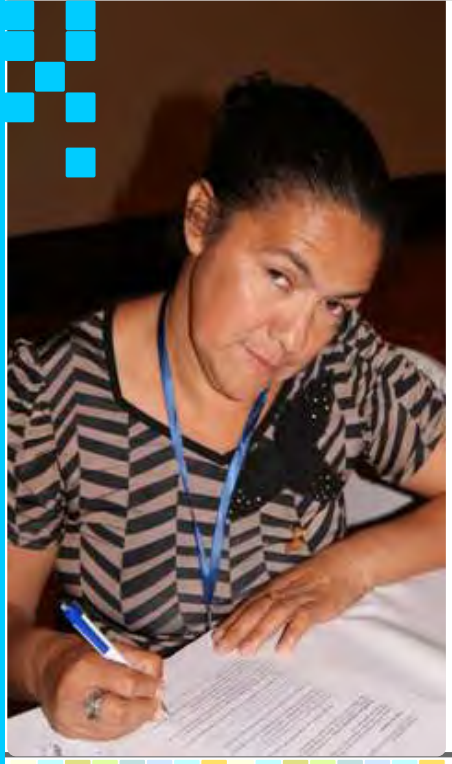
Por medio de estas actividades, obtuve información de cómo prevenir las reinfecciones, aprendí más sobre el VIH. Me fui integrando cada vez más al grupo, en labores más activas y finalmente me invitaron a trabajar como voluntario. Tuve que dejar el miedo y quebrar falsas ideas en mi mente.

Creo que puse en práctica los consejos de mi madre, ella me dijo que no había razón para negar mi condición. Recuerdo cada día sus palabras: "tú no te niegues, tú báñate con manteca y que todo lo que te digan se deslice". Esas palabras calaron tanto en mí, que entendí que no debía estar escondiéndome, que tenía que romper ese tabú.
Ahora que tengo más conocimiento sobre el tema del VIH, he comprendido que es una bendición en mi vida porque me abrió la posibilidad de ayudar a muchas más personas que no tienen suficientes conocimientos sobre el virus. Puedo ayudarles a que conozcan y se enteren más sobre el tema.

Al principio, cuando visitaba el hospital me sentía mal, como cualquier persona, no tenía muchas amistades, no tenía conocimientos. Nunca imaginé que podría ayudar a otros, pero los talleres me hicieron descubrirse potencial en mí y eso me hace sentir feliz porque entendí que soy una persona solidaria. Nunca pensé que lo era la verdad, nunca me interese por ayudar a los demás, yo era sumamente egoísta.

Actualmente tengo muchas amistades, conocidos y acepto con tranquilidad que soy una persona positiva. Si puedo ayudar en algo, pues que cuenten conmigo. Estoy trabajando con mi mamá, ayudándola a vender productos que trae desde Estados Unidos, y con mi aporte económico contribuyo en la educación de mis hermanos y estamos construyendo una casa.

Yo me veo en el futuro como una persona más informada, con más conocimientos, emprendedor y solidario. Dispuesta siempre a tender una mano a los demás. He crecido mucho como persona, como hijo, veo la vida desde otra perspectiva. Quiero retomar mis estudios y si en un futuro se presenta un amor, pues, bendito sea.



Olga Marina Casco

Cuando yo cumplí un año de edad, mi mamá me regaló con otra señora. A raíz de eso, sufrí mucho. Nunca tuve la oportunidad de estudiar. Viví siempre en condiciones económicas muy difíciles. Me convertí en madre adolescente, a mis 14 años y tuve a mis hijas y desde ese momento, hice todo lo que pude para educarlas, siempre intenté darles lo mejor de mí...Es decir, todo aquello que a mí se me negó.

Un día hace 14 años, recibí mi diagnóstico, la verdad no lo esperaba y definitivamente fue algo terrible. Desde ese momento viví con miedo porque pensé que iba a morir y estuve así por casi cuatro años. Durante ese tiempo fui estigmatizada y discriminada; pero todo ese dolor y sufrimiento, me sirvió para levantarme y para pelear por nuestros derechos.

En una ocasión, mi esposo decidió irse de la casa y en el tiempo que yo estuve sola, conocí a una persona con el que mantuve una relación fue así, como yo adquirí el VIH. Un tiempo después, mi esposo y yo decidimos regresar y contarle mi condición fue difícil, yo tuve mucho miedo de su rechazo, pero un buen día agarre valor y le pregunte: ¿qué haría usted si yo tuviera VIH? Y él me respondió: “apoyarla y quererla”. Y fue así, como decidí contarle.

Al principio, tuve miedo de ser rechazada por él y por su familia, aún por mi propia familia, por todas la personas que me conocían, pero solo algunos amigos me rechazaron, y en algunas ocasiones apartaban el vaso y el plato que yo utilizaba; pero en todo este camino, encontré personas maravillosas, que me han brindaron todo su apoyo y me han dado mucha fuerza.
Fueron tiempos muy duros, ya que cuando a mí me diagnosticaron VIH, pensé que todo había terminado; los médicos no daban ni un cinco por mí; pero aprendí a educarme, acerca del tema que cosas tenía que hacer y que no y entendí, que el VIH no es una enfermedad, es una condición y hay muchos retos por superar y metas que aún quiero cumplir.

14 años después estoy aquí, he visto crecer a mis hijos y tengo nietos, doy charlas en donde expongo mi testimonio públicamente, aún en medios de comunicación. Soy una mujer pública y empoderada, armada de valor y por eso no tengo miedo de hablar públicamente acerca de mi vida.

Recuerdo que un día estaba en una reunión sobre el VIH y las personas organizadoras, repartieron unas hojas, para los interesados en obtener una beca de estudio. Yo siempre quise seguir estudiando, pero no tenía las condiciones económicas, así que aproveché la oportunidad, llené el formulario y pasado un tiempo, me dijeron que me podían otorgar la beca de estudios por parte de REDCA+.

Empecé a estudiar primer grado, ahora ya estoy en noveno grado. La beca me abrió una puerta para creer en mí, ha sido una gran experiencia y sé que me voy a graduar de bachiller. Quisiera obtener mi bachillerato en salud para prepararme más y poder capacitar a mi gente, para hacer incidencia política.

La gente que me vio mal, ahora se admira del cambio que he tenido y cuanto he logrado. Pero aún hay gente que critica y me pregunta para qué voy a estudiar si ya estoy vieja; pero mis hijos me alientan a seguir, ya que ellos ven mi esfuerzo y me siento orgullosa porque me dicen “mami, la admiramos por esa inteligencia por ese valor que usted tiene”. La verdad quiero superarme, salir adelante, lograr lo que quiero.
Entendí que mi condición de salud no puede truncarme el futuro. A todos mis pares les digo que nuestra condición nos debe impulsar a continuar, que la vida no termina cuando el hombre diga, sino cuando Dios decide.
He cambiado mucho mi personalidad, hay nuevos retos en mi vida, quiero pasar el tercer ciclo. Le pido a Dios más sabiduría y entendimiento para seguir aprendiendo y ayudar a los demás. La vida es una escuela, nos toca aprender muchas cosas. Ahora me considero una persona más solidaria, trato con más respeto a las demás personas, he aprendido a valorar mi vida, a querer más a mi familia y sé que tengo a Dios de mi parte, él es mi fuerza. Él es quien me ha permitido conocer a tres nietos maravillosos. Me he preparado mejor.
Actualmente soy la coordinadora del grupo del Hospital Escuela y me he educado para tratar mejor a las personas con las cuales trabajo. Me llena de mucha satisfacción, ver a mis compañeras salir de abajo, de ese agujero en el que caemos todos y todas, cuando nos dan un diagnóstico de salud tan duro, pero eso ha hecho que me identifique con esas situaciones y me llena de valor.
En el futuro me veo ayudando a gente que vive con VIH, a mis pares. Quiero ponerme en sus zapatos y pelear por sus derechos. Sé que algún día se terminará el estigma y la discriminación. Ese es mi motor para seguir adelante.

Rosaura Geraldina Lanza

Vivo en San Pedro Sula Honduras .Fui diagnosticada con VIH en el año 2005, tengo aproximadamente 9 años de vivir con el virus del VIH. Cuando reviso mi vida y me remonto a ese momento, en donde me dijeron que lo tenía, me doy cuenta ,que fui una mujer egoísta que no me importaban ni mis hijos ya que lo único que yo deseaba era la muerte.

Dos años después en el 2007, me ingresaron al hospital, ya que estaba en una situación crítica de salud. En ese momento mi hermana, preocupada por mi condición, investigó y se encontró, que las personas que vivíamos con el VIH, podíamos tener un tratamiento. Fue así, que me remitieron al Centro Integral, en donde estuve llegando por un año.

Por mi mala cabeza y mi ignorancia, tuve una mala adherencia con mis medicamentos y constantemente desertaba de seguir tomándolos, fue así como estuve tres años fuera del tratamiento. Por no tomar mis medicamentos, ingresé varias veces al hospital, a veces tenía que quedarme hasta ocho días.
Un día que fui a mi cita médica, se me acercó una visitadora que nos daba charla a todos los pacientes. Entonces, ahí me hicieron una ficha, para personas que quisieran ingresar a alguna organización de apoyo. De esa manera llegué a la Fundación Llaves, y ahí empecé a conocer sobre el programa de visitas domiciliarias que REDCA+ realizaba a través de la fundación, y fue así, como cada mes había una persona a la puerta de mi casa pendiente de mi situación, y esto hizo que yo empezara a preocuparme y a entender mis propia situación de por qué yo desertaba tanto y por qué estaba en total abandono.

A través de las visitas, empezaron a ayudarme para pedir mi traslado a un centro de salud cercano a mi casa. Cuando La doctora vio mi expediente y recibió la referencia del traslado, tuvo temor de recibirme, porque yo no tenía una buena adherencia. Ahora puedo decir, que he cambiado mi forma de ver las cosas y he mejorado bastante. Tanto los doctores, como las personas que visitan mes a mes, han sido de gran apoyo, ya que se encargan de mí como persona así como de mi salud.

Tener personas que se preocupan de mí, que entienden mi situación y me comprenden, ha sido de gran ayuda ,el camino no ha sido fácil, pero a través de consejería, charlas y toda una labor psicología, he superado muchas cosas.

En lo personal agradezco que cuando ellos me dicen “siga adelante”, es porque ellos ya saben, ya pasaron por esas situaciones; y para mi verlos y ver la motivación que ellos tienen, me inspira a seguir adelante. Ellos proyectan una imagen que me anima a seguir adelante, a luchar por mis hijos y por tantos sueños que queremos cumplir y alcanzar.
La doctora del centro al que acudo se siente muy orgullosa de mí porque ha visto el cambio, dice que soy un ejemplo. Ahora miro hacia adelante y veo un futuro. Cuando comenzaron las visitas domiciliarias yo estaba estudiando enfermería, ahora ya soy enfermera. Ahora busco poder encontrar una oportunidad para trabajar en mi profesión ayudando a personas, que como yo, que viven con VIH.
Actualmente tengo algunos clientes, inyecto suero y doy otras asistencias pequeñas en enfermería. Mis clientes saben mi condición y no me rechazan, ni tienen miedo. A pesar de que en la zona en donde vivo hay varias enfermeras, las personas me buscan porque sienten más confianza. Eso me demuestra que tengo una gran capacidad.
Mis hijos son mi gran apoyo. Ellos están pendientes de mí, si me enfermo se preocupan. Y cuando veo su preocupación por mí, digo debo seguir adelante y ser fuerte ante cualquier adversidad que venga. Hace poco tuve una recaída anímica, pero de inmediato llamé a mi visitadora, ella adelantó la fecha de la visita y me desahogué, platiqué con ella. Eso me ayudó y me recuperé rápido.
Mis padres y mis hermanos me ayudan. Mi papá construyó una habitación en su casa para que yo pudiera vivir allí con mis hijos. Mi sueño es poder tener mi propia casa y trabajar como enfermera en un hospital. En el futuro me veo como una persona próspera, sé puedo lograr mis sueños.

Yeni Carballo Romero

Siempre me consideré una mujer como cualquier otra, entregada a mi casa a mi esposo y mi familia. Recuerdo que en una ocasión, de repente mi pareja enfermó, y fue allí, cuando me di cuenta de todo lo que estaba pasando en mi vida. Yo ignoraba cualquier clase de información, lo que a mí me dijeron, fue que lo que tenía era tuberculosis, después nos enteramos que lo que realmente tenia era el virus del VIH; saber que mi esposo era portador del VIH, hizo que a mí se me practicaran los exámenes, dando como resultado que yo también lo tenía. En ese momento, yo tenía que ser fuerte, porque él estaba en una condición más difícil que la mía, yo no podía ponerme a llorar o deprimirme, teníamos que salir adelante, por nosotros, por nuestros hijos, Gracias a Dios, mi esposo logró superar la crisis y ahora está bien. Ambos estamos bien.

Al principio sentía mucho temor, ya que la manera de cómo me enteré, fue desconcertante, no sabía qué hacer, ni que pensar, tuve miedo de lo que iba a pensar la gente, de cómo me iban a tratar las demás personas. No quería ni que mi familia se enterara; fue bastante difícil manejar la situación.
Durante algún tiempo, estuve en tratamiento pero como me sentía bien, sana, no me dolía nada, decidí abandonar el medicamento, esto me llevó al hospital, ya que me enferme y cuando quise reiniciar el tratamiento tuve resistencia; para mí fue muy difícil porque en el hospital, ya no me querían cambiar la terapia por mi expediente de constantes abandonos.

En una ocasión estando ingresada, a través de unos médicos, tuve la oportunidad de conocer varias organizaciones que apoyan a las personas con VIH, entre ellas, REDCA+, ellos me hablaron de las visitas que yo podría recibir en mi casa, con el fin de que no me alejara de mis medicamentos y que siempre tuviera el apoyo necesario, tanto físico como mental, estas personas, me apoyaron y hablaron con el médico y lograron que me cambiaran la terapia. Y fue así como desde ese momento, si yo no podía desplazarme hasta el hospital, ellos me llevaban la medicina hasta mi casa, revisaban la fecha de vencimiento y estuvieron apoyándome en todo momento

Después de un largo tiempo y de haber experimentado muchos altibajos en mi salud, por mí misma actitud; considero que soy una persona vencedora, que he logrado llevar mi condición hasta el límite de sentirme comprometida con migo misma por seguir cuidándome, creciendo como persona, como alguien que puede cambiar el destino, que no por haber recibido un diagnostico mi vida estoy perdida, al contrario que a pesar de todo hay oportunidades para mí y para servir a los demás.

He asistido a muchos lugares, que antes ni me imaginaba llegar, he conocido a muchas personas viviendo con VIH, quienes han luchado mucho y ahora son personas emprendedoras, exitosas que han salido adelante. Entonces, no es que esté feliz de tener la enfermedad, pero debo reconocer que me ha ayudado a superar muchos temores, a luchar por mejorar mi condición, que tal vez anteriormente no las hubiese podido superar, por estar acomodada a una vida rutinaria ahora, cada día es un nuevo reto el cual con decisión, valentía y amor a Dios lo llevo adelante.

Ahora quisiera seguir estudiando porque tengo proyectos de crecer como profesional, Me gusta involucrarme en todo lo que me traiga beneficio, todo lo que yo miro que es bueno para mí. Hice un curso de bisutería y con eso voy saliendo delante, trabajo de eso.
Sé que Dios me da la confianza para seguir adelante. Sé que puedo con el plan que Dios tiene preparado para mí. Soy una persona más confiada, no me importa lo que digan. Aprendí primero a aceptarme yo misma y ahora los demás me aceptan y así me siento bien. Toda mi comunidad reconoce mis esfuerzos, me apoyan y me impulsan para seguir adelante y vivir mejor.

Yolany Montoya Andino

Hace 10 años, me internaron un 27 de diciembre y salí del hospital un 9 de enero, pesaba 70 libras y el doctor le dijo a mi hermana que solo viviría 6 días. Mi hermana estuvo allí conmigo en el Hospital Escuela, día y noche, cuidándome. Estaba en etapa terminal, no había ninguna esperanza porque mi CD4 era de 9. Me llevaban cargada para todos lados, me bañaban, me salieron enfermedades de la piel, en mi boca. No podía hablar, en una libreta apuntaba lo que quería, no podía tomar agua y me daban alimentos por medio de una jeringa.

Y de esta manera tan trágica y triste, mi familia se enteró. Mi hermano y mi hermana, la que me estuvo cuidando en el hospital, fueron los primeros en enterarse. Luego, se lo comunicaron a mi papá y a los tres meses, cuando ya me había recuperado, mi hermano le contó a mi mamá. Ellos me dieron mucho amor. Mi mamá me preguntaba qué quería comer, estuvo cuidándome. Mi familia me dio mucho apoyo, gracias a Dios, si no hubiese sido por el apoyo de ellos no sé qué hubiese sido de mí.

Pero no todo fueron momentos de apoyo, lamentablemente, fui discriminada en mi comunidad. En mi pueblo, soy la única persona VIH positiva; sin embargo yo me di a la tarea, de recuperarme y no tenía tiempo de pensar en los problemas de estigma y discriminación que me acechaban.

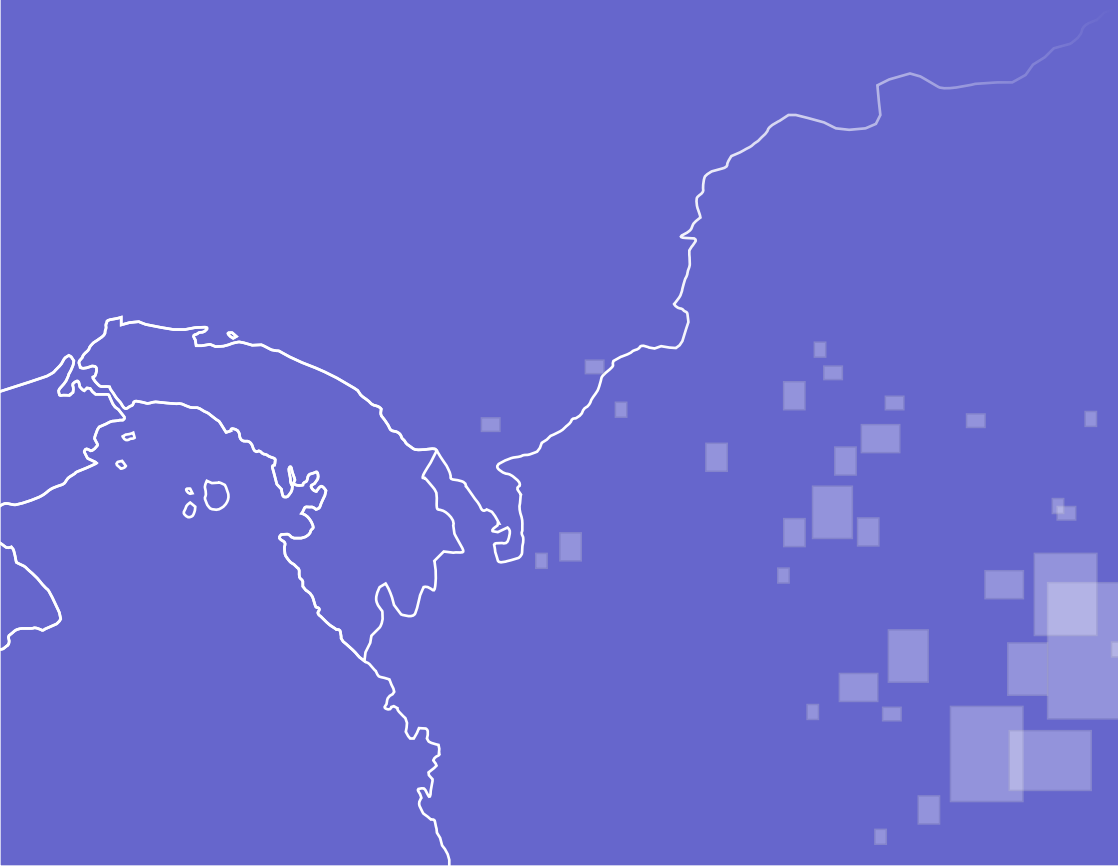
Una vez recuperada, me empezaron a invitar a reuniones, de organizaciones que trabajan con personas que viven con VIH. Así fue como empecé a escuchar de REDCA+. En una oportunidad, que yo estaba en el Hospital Escuela, escuché, acerca de unas solicitudes para participar y poder obtener una beca de estudios, nos dijeron que llenáramos las solicitudes. Yo la llené porque pensé que sería un buen intento. Al tiempo, me llamaron para decirme que había sido beneficiada con la beca, me costó diluirlo y los miedos empezaron a llegar, ya que pensé que yo estaba muy vieja para estudiar.
Me explicaron que el beneficio se otorgaba a través de REDCA+. Cuando me dieron la noticia pensé en transferirle la beca a uno de mis hijos, pero me dijeron que no, que este beneficio no era transferible era solo para las personas con VIH. Entonces, reflexioné, sentí que ya estaba mayor para estudiar, pero me animaron, me dijeron que nunca es tarde para comenzar. Así fue que retome mis estudios.

Yo solo había estudiado hasta sexto grado. Cuando tuve a mis hijos pensé que hasta allí había llegado mi tiempo para estudiar, nunca imaginé que el futuro me tenía preparada esta oportunidad.

Con la beca comencé a estudiar el primero de ciclo y logré completar el tercero. Luego, me llamaron de REDCA+ para decirme que podía continuar con otro año y de inmediato me matriculé en bachillerato de Administración de Empresas. Estoy estudiando el primer año del bachillerato y quiero graduarme. Quiero cumplir mi propósito de ser profesional y para eso, haré mi mayor esfuerzo. Yo he recibido un gran apoyo por parte de los puntos focales durante este proceso, me han estado acompañando en estos cuatro años de la beca.
Mis cuatro hijos conocen mi condición, cuando me miran triste me animan a continuar. Esas palabras de aliento me levantan. Si ellos me quieren tener a su lado, entonces yo no me puedo derrumbarme, ni caer en una cama. La situación económica es lo que me afecta, lo que a veces me desanima. Sin embargo, Dios aprieta pero no ahorca. Tengo el cariño y la ternura de mis hijos. Aunque tenga solo frijoles o arroz para comer, tengo salud y los tengo a ellos, tengo lo más importante.

Antes decía, ¿por qué a mí?, ¿por qué esta enfermedad?, pero ahora digo: Señor, si tú me la enviaste, si tú decidiste que mi vida fuera así, doy las gracias. No reniego, no me enojo, no rechazo. Estoy sana, gracias al VIH he logrado esta beca, gracias al VIH yo me estoy preparando y he aprendido mucho más.
Muchas personas me felicitan por mis estudios, por todo lo que he avanzado, me dicen que soy exitosa. Esas palabras me motivan. Mi testimonio fue publicado en una revista. Las amigas que antes me rechazaron y me discriminaron, ahora me felicitan. Si no hubiese sido por el VIH estuviera estancada, sin estudios, sintiéndome una persona de poco valor. Yolani ahora es diferente, tengo confianza, estoy demostrándole al mundo que sí valgo. Gracias a Dios y a las organizaciones que han estado conmigo y que me han ayudado a ser quien soy ahora.

Nicaragua



Alfredo Ramón Núñez

Hace dos años y medio sentí que mi mundo se había acabado. Creo que la mayoría de las personas cuando nos enteramos de nuestro diagnóstico es lo primero que pensamos, que ya nos vamos a morir. Esa fue una impresión fuerte para mí. Sin embargo, se lo conté a mi familia y ellos no me dieron la espalda. Estuvieron siempre a mi lado.

En el hospital me enteré de un programa de visita que realizaban personas en mi misma condición, y fue así como conocí de REDCA+. Por medio de esta organización, pude comprender qué es el VIH. Aprendí a salir adelante y como superar el temor. Sé que todos los seres humanos sentimos miedo pero lo importante es avanzar, no estancarnos e el pasado. Es importante sentir que somos personas positivas y que podemos avanzar frente a ese problema. Mi percepción sobre el VIH ha cambiado a raíz del apoyo que recibo mes a mes de mis pares, esto me ha llenado de valor inclusive para llegar a entender, que puedo expresarme libremente, sin temor al qué dirán.

He tenido la oportunidad, de compartir con personas que tienen ocho, diez años hasta veinte años con el diagnóstico, esto me ha hecho reflexionar, y pensar que si estas personas han sabido llevar su vida normal, salir de los problemas; que han sabido superarse y han sabido salir adelante, a pesar de todos sus contratiempos, son testimonios que me ayudaron y me motivaron para convertirme yo también en un testimonio de vida. Sin el apoyo que recibo, creo que hubiera sido algo horrible para mí, no sé qué hubiera pasado de haber estado solo.

Yo me siento optimista, quiero salir adelante, luchar, ser ejemplo para otras personas, no sentir miedo, no acobardarme. Tengo que luchar, seguir adelante, hasta donde Dios quiera. Sentir y demostrar que somos gente positiva, que tenemos sueños y aspiraciones y que a pesar del VIH podemos ser productivos y aportar a nuestras familias y a la sociedad.

Roberto Lacayo

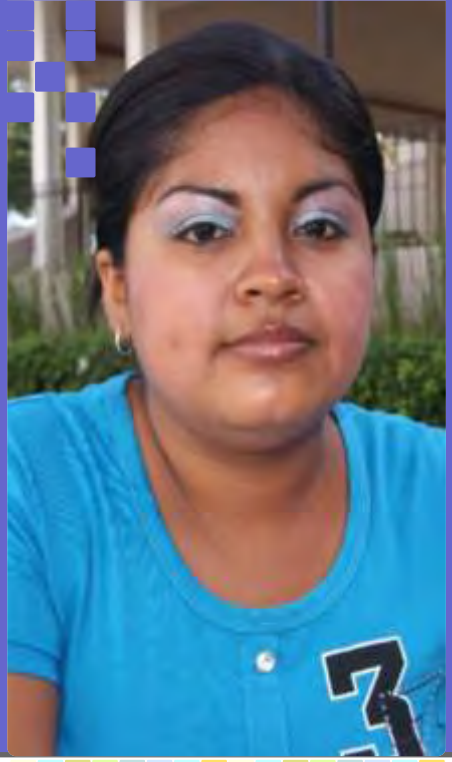
Era donante de sangre voluntario de la Cruz Roja; y en una oportunidad, en el centro de donantes me hicieron una prueba y me enteré de mi diagnóstico. Así supe que tenía el virus. Al saberlo, me dio mucha tristeza porque sabía que ya no podría continuar con mi labor humanitaria como donante. Pero, no me dejé quebrantar, debo reconocer que me impactó pero lo tomé normal.

A pesar del diagnóstico, seguí con mi vida normal pero por un tiempo abandoné el tratamiento, sufrí una recaída y me hospitalizaron; ya tenía 11 años con mi diagnóstico. En el hospital conocí a una visitadora que casualmente llegó a conversar con el paciente que estaba en la cama contigua. Me interesó lo que ella estaba diciendo y la abordé. Le pregunté de cuál asociación llegaba. Comenzamos a conversar y ella me preguntó si podía llegar a mi casa a visitarme, le dije que sí.

Así fue como conocí a REDCA+, a través de esta gran compañera y amiga, quien a través de su atención y consejos, me ha ayudado a tomar más conciencia de como sobrellevar mi condición de ser positivo. Esta persona, es una excelente visitadora, cercana, humana y que comprende la realidad de nosotros los que vivimos con VIH, empezó a visitarme y a estar pendiente de mi tratamiento y de que no falte a ninguna consulta. Le preocupa mucho mi adherencia.

En algunos momentos, cuando me he sentido decaído y con estrés, me motiva saber que personas en mi misma condición, llegarán a mi casa cada mes, para llevarme algún tipo de consuelo,

Con el paso del tiempo y con toda la información que he recibido, mi perspectiva sobre el VIH ha cambiado, me siento optimista y motivado, ahora aprovecho todas las oportunidades que me da la vida. Si se da la oportunidad de que salga un trabajo, la aprovecho y lo hago. Si sale la oportunidad de actividades formativas sobre VIH pues las tomo. Si se da la oportunidad de hacer un viaje, la aprovecho y me voy. Soy de los que viven el hoy. Vivo con lo que tengo y lo disfruto. Llevo una vida normal y procuro no abandonarme. Al contrario, sigo adelante.



Carolina Urrutia

Hace año y medio cuando mi esposo falleció, sin yo entender mucho, los doctores me practicaron unos exámenes para ver mi condición de salud, sin embargo el diagnostico que me dieron en ese momento fue que yo tenía en mi cuerpo el virus del VIH. A pesar de no tener mucha información, sabía que era algo muy grave y sentí que mi vida en ese momento se había terminado. No quería saber nada de la vida. Me abandoné, no tomé mis tratamientos. Fui discriminada por mi familia. Tenía tres hijos pequeños qué mantener y la familia de mi esposo también me dio la espalda. Yo me preguntaba constantemente, ¿Cuál era mi motivo de vida, me sentía condenada a la muerte? Estaba muy deprimida y en lo que menos pensaba era en buscar ayuda, me había aislado del mundo...

La depresión me llevo a una crisis muy fuerte y estuve internada en el hospital Manolo Morales de Nicaragua. Ahí encontré a una amiga, alguien a quien considero como mi hermana, ella pertenece a una asociación de ayuda y ellos hacían visitas a las personas que estaban padeciendo la misma situación que yo. Recuerdo que en ese momento, yo me encontraba en un grave estado de depresión y ella me preguntó: "¿por qué lloras?" Sus palabras fueron tan acertadas en ese momento, porque ella me explicó, que la enfermedad no me iba a matar si yo tomaba el control.

A través de su ejemplo y sus palabras, fui entendiendo que la "adherencia a mi tratamiento",tenía un significado muy importante y vital. Ella me dio el valor que necesitaba y la oportunidad de compartir con otras personas que han salido adelante y que la enfermedad no ha sido un obstáculo y eso fue algo fundamental en mi vida, porque desde ese momento me sentí apoyada y con nuevos ánimos para seguir en este camino; y luchar incansablemente por mí y por mis hijos.

Entendí, que si yo tomaba mi tratamiento, podía llegar a tener una vida normal, como cualquier otra persona, siempre y cuando yo fuera una persona totalmente adherente con mi medicamento y actuar de una manera responsable. Me hablaron de los cuidados que debía tener, de mi alimentación y aspectos de prevención y eso me ayudó a sacar de mi cabeza ese estigma que yo me había impuesto, aprendí a valorarme y a quererme empecé un vínculo de amor y protección conmigo misma.

Hoy puedo decir que mi vida ha cambiado mucho, mi forma de pensar es diferente. Soy totalmente adherente a mi tratamiento y a un nuevo estilo de vida, vivo como cualquier persona normal. Tengo una mejor calidad de vida y puedo sacar a mis hijos adelante. En este proceso me he aferrado a Dios porque él, es el único que nos da la fortaleza para seguir adelante.

Recuerdo que, cuando estaba viviendo con mi esposo siempre estaba al mandato de él y no podía pensar ni actuar por mí misma. Pero ahora soy capaz de tomar mis propias decisiones. Hoy no soy aquella señora de casa. Hoy hago cosas por mi cuenta. He dicho esto se va a hacer, y con la ayuda de Dios así ha sido. He sacado adelante muchas cosas.

Me encargué de informar y enseñar a mi familia, busqué folletos, leía materiales con ellos, les di mucha información. Al principio mi familia no llegaba a mi casa. Yo tenía un plato y un vaso aparte; pero todo eso cambió, ahora hay una mejor aceptación, llegan a mi casa. Me perciben como una mujer valiente, con grandes capacidades y deseos de vivir.

Trabajo vendiendo ropa, tengo clientes en las colonias y en los mercados. Trabajo duro y me esfuerzo por mis hijos. Ellos son mi orgullo, son los mejores estudiantes que ha tenido el colegio. Me esfuerzo y les dedico tiempo a ellos también. Soy madre y padre para ellos. He salido adelante. Tengo mi propia casa y ya no dependo de nadie más que de mí y de Dios.

Ahora digo que: "Carolina todo lo puede en aquel, que es lo sobrenatural, nuestro Señor, y que manda los corazones de las personas para que me ayuden".

César Anselmo Tapia

Enterarme de mi condición acerca de ser una persona viviendo con VIH, fue complejo, ya que mi diagnostico no lo recibí personalmente. Mi derecho para decidir a quién decirlo había sido violentado.

El hospital entrego mi diagnóstico a mi familia y a mi esposa; en ese momento ella tomo la decisión de irse de la casa y nos abandonó. A raíz de eso, caí en una depresión, intenté suicidarme en tres o cuatro ocasiones.

Ahora que veo hacia atrás, pienso qué tontería la que pude haber hecho, si me doy cuenta que tengo toda una vida por delante.

Yo siempre fui una persona bastante rebelde, siempre viví con muchos riesgos, me metí con las pandillas a los 13 años. A los 17 años me casé. Pasaba trasnochado, tomaba licor, tenía conductas inadecuadas y, aunque conocía sobre el VIH nunca me cuidé, no medí las consecuencias. Al principio pensé que mi condición era un castigo de Dios; pero luego, todo, tomo otro rumbo, cuando encontré a personas que me brindaron ayuda, ahí comencé a respirar y a llenarme nuevamente de ganas de vivir.

Ahora mi estilo de vida es diferente; a pesar que convivo con el VIH, he aprendido que la vida continúa y que hay un nuevo camino. Ese camino que yo estoy construyendo. Trabajo en mi casa, tengo un puesto de venta y con eso ayudo a mis dos hijos. Tengo una pareja. Empecé una nueva vida con otra muchacha a quien tuve que decirle mi condición, ella me entendió y me apoyó, me echa la mano, estamos juntos, hombro con hombro.

Algo que ha sido fundamental en mi vida fue haber cambiado mi comportamiento, porque adquirí herramientas que me ayudaron a generar más cuidado y confianza en mí mismo. En lo personal, me gusta mucho todas las actividades lúdicas, ya que además de educarnos a través de una metodología gráfica, me da la oportunidad de sentirme más seguro con la información que manejo y que vamos actualizando.

Ahora soy una persona más eficiente, antes me dejaba manejar por la situación, ahora yo manejo al VIH, soy el que tiene el poder.

Con todos los conocimientos me he animado a compartir información, particularmente a los jóvenes de mi comunidad. Voluntariamente ofrezco charlas, talleres o alguna capacitación. Quiero que otras personas también tengan ese conocimiento que yo he adquirido es una pena ver que las estadísticas de personas con VIH van creciendo, a pesar de que existe la información, por eso es que considero tan importante informar a los jóvenes, orientarlos.

En el transcurso de estos ocho años, desde que supe de mi diagnóstico; la Asociación a la que pertenezco y REDCA+, han podido ver en mí un potencial y por esta razón, ellos me invitaron a que pudiera impartir información a otras personas que están buscando apoyo para poder sentirse bien.

Desde el principio que empecé a llegar a las reuniones, se preocuparon y se puede decir que me pulieron, me integraron y me dieron metodologías para que yo pueda divulgar la información. Me siento contento porque me siento útil.

Actualmente tengo un proyecto, que tal vez algunos pensarán que es una locura, pero me gustaría tener un título de chef. Me encanta la cocina, creo que eso lo llevo en la sangre, el arte culinario.

En ocasiones, aprovecho oportunidades de personas que me invitan a prepararles la comida para sus fiestas, sus cumpleaños. Yo con gusto lo hago, les ayudo, o simplemente, dirijo. Además, trabajo como voluntario en la Asociación, específicamente en brindar información sobre VIH.

Tengo que agradecer que en este camino no estoy solo, mis pares están pendientes de mí, de mi adherencia, de mi estado físico. Quiero seguir adelante, sé que tenemos nuestros altos y bajos, pero debemos mirar siempre hacia adelante, siempre al frente!!.

Lisbeth Vega López

Hace cinco años retomé mis estudios. A mis 36 años, cinco años después de haber recibido mi diagnóstico.

Comencé de nuevo Primer grado. Debo confesar que me daba pena ir a clases porque solo había jovencitas, me sentía vieja. Después, continué con tercero y cuarto; quinto y sexto. Y así sucesivamente. Ahora ya estoy en primer año de bachillerato y me siento sumamente orgullosa de mis logros

Ahora ya sé leer y escribir!!,antes me daba pena, porque no podía repetir las vocales, no sabía escribir mi nombre, ni los nombres de mis cinco hijos, mucho menos sus fechas de nacimiento. En lo que tenía de vida, solo había alcanzado estudiar primer grado.

Siempre recuerdo haber vivido en condiciones económicas difíciles y por eso tenía que trabajar; todas las mañanas temprano, salía a vender y se me hacía imposible estudiar, recuerdo que me levantaba bien tempranito pasaba todo el día trabajando, más bien huyendo del círculo de violencia, que se vivía en mi casa y eso hacía que no lograba concentrarme en los estudios y decidí alejarme de estos.
Mi vida nunca fue fácil y recordarla me entristece, lo que sí puedo decir, es que me considero una mujer fuerte. Soy madre, soy amiga. Siento que tengo mucha fuerza. He tenido fuerza para salir adelante. A pesar de mi condición y del bajo nivel académico que tenía.

Mi nivel académico sumado a mi condición de vivir con VIH yo participaba con un perfil bajo en reuniones de grupo de apoyo y fue en uno de esos días, que un amigo muy solidario, que conocía de REDCA+ y su programa de becas, me animó a postularme para obtener una , el sabia que de esta manera me motivaría. Él me dijo "voy a meter tu solicitud a REDCA+, si es de Dios que salgas seleccionada, así será". Y así fue, me seleccionaron para esta oportunidad. Las personas encargadas de la selección, creo que vieron la necesidad que tenía de estudiar.
Los primeros dos años de la beca, estudié de noche porque trabajaba. Llegaba del trabajo y me iba al colegio. A veces, por el trabajo, tenía que trasladarme fuera de Managua pero avisaba a mis docentes y retomaba rápidamente las clases perdidas. Me dejaban las tareas y yo las llevaba a la semana. Al principio tenía que buscar ayuda para hacer mis informes, pero ahora los hago sola.

Yo siempre he pensado que Dios te manda situaciones para hacer un cambio en nuestras vidas, el VIH, me forzó a buscar ayuda y ahora estoy estudiando. Durante este proceso, he conocido a personas que me han ayudado entre ellos mi amigo que fue quien sometió mi caso para obtener una beca él ya no, falleció al poco tiempo de que yo retomara mis estudios; pero no dejé que la tristeza me venciera, al contrario, sentí una motivación mayor para seguir adelante. Me he prometido, que cuando reciba mi título iré a su tumba y le mostrare qué tan lejos he llegado. Él me dijo "quiero que salgas adelante" y así ha sido, he aprovechado mi beca, tal como él me recomendó.

Mis hijos y mi familia me han apoyado mucho, ellos me animan a seguir estudiando, a asistir a mis clases. Mi hija menor, que tiene 10 años, me ayuda con las tareas escolares, a veces se reía de mí; pero yo bromeaba con ella porque mi letra es mejor que la de ella. Quiero seguir adelante, anhelo continuar mis estudios, yo quiero ser psicóloga.

Sé que soy un orgullo para mi familia, para mis amigos, para mis compañeros de trabajo y parala sociedad. Siento que haber retomado mis estudios me ha ayudado a tener una mejor calidad de vida, porque con este crecimiento académico, podría obtener un ascenso en mi trabajo y una mejor entrada de dinero. Actualmente trabajo en una organización que apoya a personas con VIH. Soy promotora.

Mi vida ha cambiado, tengo más confianza en mí misma, soy más independiente. Además, he aprendido sobre otros temas vinculados al VIH, como los cuidados que debemos tener, y toda esta información la puedo transmitir a otras personas, puedo aportar en la educación de más personas en todo lo relacionado al VIH.

María Azucena Matamoros

Dejé de estudiar cuando tenía 15 años por problemas económicos, en esa época aún vivía con mis padres. Somos una familia numerosa, tengo siete hermanos y mi madre era una mujer muy pobre y no tenía los recursos para que yo pudiera asistir a la escuela. Luego, tuve a mi primer hijo, pero como era madre soltera no tenía tiempo para estudiar porque tenía que trabajar.

Al pasar el tiempo quedé embarazada nuevamente. En mi control prenatal me hicieron la prueba, pero no me dijeron nada. Cuando ya tenía 9 meses de embarazo, en el centro de salud, me dijeron que aparentemente tenía VIH, pero no hicieron pruebas de confirmación, todo quedó en sospechas, no me dieron mayores explicaciones. Ahora mi niña tiene cinco años y es portadora. Por no informarme tuve a mi niña por parto normal, le di leche materna y tal vez, por eso, ella también es positiva.

Cuando mi hija era apenas un bebé, la tuve que llevar de emergencia al centro de salud. Allí se reunieron muchos médicos y le dijeron a mi esposo que se preparara porque la niña no iba a vivir. Ese momento fue en el cual yo supe cuál era el diagnostico de mi hija y el mío propio. Por el mismo tema de no saber qué hacer, no tuve el valor de comentarlo a mi familia.

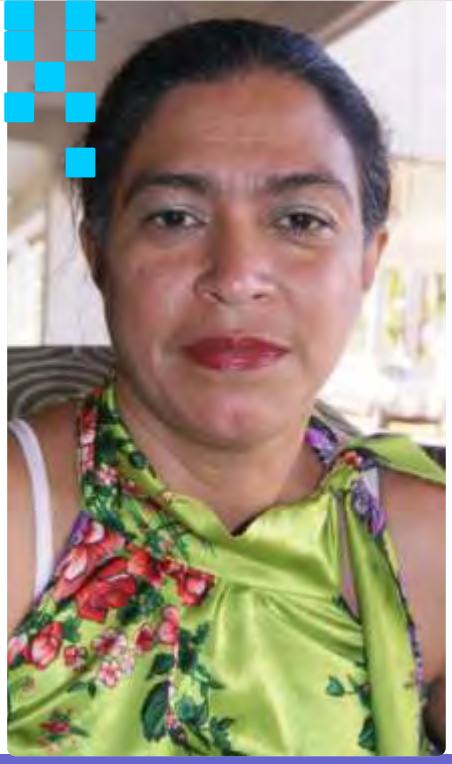
Para superar la carga emocional por la que yo estaba pasando y conocer un poco más del tema; los médicos, me recomendaron asistir, a un grupo de apoyo, recuerdo que un día un amigo que me vio tan desesperada por la salud de mi hija y la mía, me invitó al que el asistía y en ese lugar, me comencé a sentir mejor, me ayudaron mucho y sin yo saberlo, me iba acercando a lo que me daría la oportunidad no solo de obtener más información y mejorar mi calidad de vida, sino de prepararme profesionalmente.

Un día cuando participaba en las charlas de grupo, nos comentaron de la posibilidad de poder obtener una beca, me enviaron la información y me invitaron a postularme y para mi sorpresa y gratitud, fui seleccionada. Fue así, como llegue a conocer de REDCA+. Con la beca comencé a estudiar primer grado y ya estoy en segundo año. Tengo cuatro años estudiando. Para mí era como un nuevo comienzo, tenía 15 años sin estudiar. Cuando comencé ese proceso me sentí alguien útil, comencé a sentirme bien. Mi familia me mira recuperada y me dice que a pesar de todo he salido adelante. Mi mamá me dice que he cambiado mucho.

Antes, mi vida era un poco descontrolada, no sabía nada. Sin embargo, me he informado, me siento empoderada. Mi esposo también se siente diferente. Estudiar ha sido de gran ayuda para mí y para mi familia, especialmente para mis hijos. Tengo muchos sueños, quiero seguir estudiando, tener una carrera, ser una profesional y convertirme Contador.

Creo que mi perspectiva de vida ha cambiado, ya que finalmente aprendí a aceptar mi condición y la de mi hija. Me ha tocado romper muchas barreras y tuve que hablar con mis vecinos, conversar con ellos acerca de que es el VIH, para que mi hija no sufra discriminación. Ellos han cambiado. Recuerdo a una vecina que su hijo jugaba siempre con mi niña, pero después de explicarle más sobre mi condición ella cambió. Soy responsable con mi salud, soy adherente, tomo mis medicamentos con puntualidad.

He avanzado, doy la cara, tengo la frente en alto, llevo una vida totalmente normal.



Marisol Rodríguez Solís

Vivía con mi esposo en México. Él me transmitió la enfermedad. Yo era un ama de casa que pasaba encerrada, bajo llave. Él no me dejaba salir, no iba a ninguna parte. Sólo podía salir a pasear con él y no podía ver a los lados, no podía conversar con nadie. Me humillaba, me golpeaba. En el 2003, él comenzó a enfermar y tras unos análisis, el médico se me acercó y me dio su diagnóstico. Además, me dijo que yo tenía que hacerme la prueba del VIH.
Los resultados fueron positivos. Él nunca lo supo, yo lo callé hasta que falleció. Así fue como yo me di cuenta de que era una persona viviendo con VIH. Teníamos dos hijos, ya son mayores, uno tiene 23 años y el otro tiene 20, ninguno de mis hijos es positivo. Mi esposo me mantuvo aislada por mucho tiempo, yo no tenía contacto con mi familia. Cuando veníamos a Nicaragua de visita, solo tenía contacto con la familia de él porque vivíamos en la misma casa; pero a veces ni eso, en varias oportunidades me dejaba encerrada bajo llave en la habitación.

Tuve miedo de decirle su diagnóstico porque pensé que me iba a matar. Lo callé. En varias ocasiones, yo le Insistí en regresarnos a Nicaragua, como yo no tenía mucha información sobre el VIH, solo pensé que nos íbamos a morir pronto y me daba miedo morir lejos de nuestra tierra, porque por lo menos allí yo iba a tener el apoyo de su familia para que me ayude a enterrarlo.

Fue así como pude regresar a Nicaragua. Desde que supimos de su diagnóstico hasta su muerte solo transcurrió poco más de un año. En cambio, yo voy a cumplir 10 años de haber sido diagnosticada y me siento completamente sana. Cuando mi esposo murió, busqué a mi familia, ellos tenían casi 20 años sin saber de mí, no sabían si yo estaba viva o muerta.

Cuando llegué a mi casa tuve miedo de la reacción de mi familia, no sabía cómo lo iban a tomar; pero cuando les comente la razón de mi regreso y todo lo que había transcurrido en mi vida, gracias a Dios, lo entendieron y me apoyaron, no puedo negar que fue una noticia impactante y mis hermanos me llevaron a un laboratorio privado para que certificaran mi diagnóstico.
Por parte de mi familia y el mío propio, hubo un período de negación, pero después fuimos comprendiendo que tener VIH no significaba que iba a morir de inmediato. Se fueron acostumbrando a la idea y lo fueron manejando mejor. Tenían mucho más cuidado conmigo, estaban preocupados por mis pastillas, estaban pendientes de todo. Si ellos estaban enfermos, procuraban aislar su vaso. Si tenían gripe buscaban la forma de protegerme para que yo no enfermara.

Fueron comprendiendo cómo eran las cosas. En la actualidad, mi papá dice que estoy mucho más sana que todos ellos y que estoy muy bien, feliz. Actualmente tengo un niño de siete años con mi actual pareja. Él no tiene VIH. Mi niño es sano.

Mi vida se transformó completamente, porque cualquier persona en mi condición sentiría una condena, pero en lo personal siento que soy libre, voy donde yo quiera, decido qué ropa me voy a poner, cómo me quiero peinar. Estoy más empoderada de información, creo que si mi esposo viviera las cosas serían diferentes. Ya no soy esa muchacha sumisa de antes.

A los seis meses de estar de regreso con mi familia, ingresé a una organización de VIH-SIDA y empecé a meterme de lleno, para poder enterarme más acerca de lo que estaba enfrentando. Y ahí fue donde conocí de la REDCA+ y me gustó lo que hacían. Pregunté cómo podía formar parte. A los tres meses se celebraron elecciones para escoger a los puntos focales y gané. Estuve tres o cuatro años como punto focal.

Desde ese momento mi perspectiva de vida cambio. He tomado el control del VIH, porque tengo el poder de decidir cómo vivir mi vida. Mis hijos, aunque ya están grandes siguen siendo mi fuerza, porque los hijos nunca terminan de necesitarnos. Ellos han sido mi mayor motivación.
Otra gran motivación es mi deseo por ayudar a otras personas con VIH. Quería apoyar a todos aquellos que están sintiendo lo que yo sentí, con mi testimonio y experiencia. Creo que una de las satisfacciones que he tenido es eso, que he ayudado a otras mujeres con VIH.

Aprendí a cambiar, a ser solidaria, a ver por otras personas. Aunque ahora ya no soy punto focal, sigo participando en todas las actividades que se planifican en REDCA+. Además, durante un tiempo formé parte del programa de visitas domiciliares. Esto me ayudó mucho ya que me sentía muy bien ayudando a los demás, muchas veces visité a personas que no sabían leer, ni escribir, y les hacía el dibujo de una luna o de un sol en cada frasco, para que ellos supieran cuál era la pastilla de la mañana y cuál era la de la noche. De esa manera, ellos fueron cambiando y en la actualidad están muy bien. Se mantienen, se toman sus tratamientos, son adherentes, van cada seis meses a sus consultas.
Yo soy una fiel creyente y beneficiaria de los programas de cambio del comportamiento que se manejan en la Red, estos nos enseñan cómo podemos ir modificando nuestra manera de pensar. A veces llegamos con una idea muy diferente a la que tenemos ahora. Cuando empecé ,sentía que todo el mundo me iba a ver mal. Me sentía como acomplejada.
También aprendí a cuidar mi alimentación y a tomar mi tratamiento. Soy adherente, ahora las consultas ya me las dan más esporádicas, debido a que tengo muy controlada mi carga viral. Mi autoestima creció, antes sentía que valía menos que los demás. En la actualidad, siento que tengo el mismo valor

Venus Caballero López

"Soy una mujer que lucha y no me rindo ante nada".

Hace ochos años recibí mi diagnóstico. En ese momento dejé mis estudios. Como todos sabemos, superar el diagnóstico es diferente en cada persona. Yo tardé casi dos años en lograrlo. El período de dolor me duró casi dos años. Luego retomé los estudios, pero se me dificultaba porque los gastos de la universidad son mayores y muchas veces no me alcanzaba el dinero. Actualmente yo estudio licenciatura en Periodismo y este es mi último año.

Para mí fue todo un reto volver a las aulas de la universidad, iba como oxidada, tenía que adecuarme, compartir con otros chicos, la mayoría de ellos son un poco más jóvenes. Además, el reto era doble porque soy una persona con VIH y transgénero. Aunque en la universidad nadie sabe mi condición de salud. Es una situación que Implica grados de discriminación y de estigma.

Recuerdo que cuando decidí volver a estudiar, hice todo un plan. Primero me propuse buscar una media beca en la alcaldía. Entonces, a través de coordinaciones en mi departamento pude lograr esa media beca sin embargo el pago de mensualidad ascendía a 60 dólares, y como no estaba ganando muy bien, para mí era todo un esfuerzo poder reunir esa cantidad. Por eso decidí, ahorrar como por tres meses para poder reunir los sesenta dólares. Ya estando todo listo, para volver a la universidad, recuerdo que le dije a mi mamá, que es la persona más cercana a mí, y fue algo doloroso porque ella me dijo: "¿Por qué vas a volver a la universidad si no lo vas a terminar?".Aunque mi madre es la persona que me ha apoyado desde mi diagnóstico, por la falta de información al respecto, y a sus 73 años pensaba así.
En ese tiempo por el mismo deseo de vivir, tuve la o

oportunidad de participar en los talleres de capacitación que REDCA+ impartía en ese momento en Nicaragua, participé en el Diplomado para Visitas domiciliares, de prevención secundaria, también participé en espacios, como incidencia política y otros temas. Fue así como supe del programa de becas. Entonces, decidí aplicar , pero era tanta la demanda que estuve durante año y medio insistiendo hasta lograrlo, para ese momento yo estaba cursando primer año de la universidad.
Mi vida se ha visto transformada de manera positiva con la beca de estudios, ya que lo que yo destinaba antes para los gastos de la universidad, ahora lo ocupo para mi casa, mi familia y otros gastos personales y la ayuda que recibo a través de REDCA+, me ha permitido volver a tener sueños, a creer que puedo lograrlos, que aún, tengo esperanzas de convertirme en una verdadera profesional. Participar en los talleres de capacitación sobre el VIH, poder compartir con otras personas VIH positivo, muchas veces, me hizo cuestionarme y llegar a preguntarme por qué yo no podía ser una profesional como cualquier persona en este país, este cuestionamiento, me motivaba a convertirme en estudiante poder demostrar que aún con mi diagnóstico de VIH y siendo una persona transgénero, podía lograr grandes cosas, esto me animo ya que descubrí a través de esta organización, yo podía servir de ejemplo a otras personas con VIH, o a otras mujeres trans con VIH. Mi objetivo es sobresalir, no estancarme, porque siento que si a diario me esfuerzo, lo voy a lograr. Si nosotras realmente tenemos la decisión firme de poder llevar a cabo nuestros planes lograremos cumplir nuestras metas.

Antes de ser diagnosticada, Venus era una persona que no tenía claras las metas en su vida. Yo era una persona que vivía el día a día, sin pensar en el mañana. Era una persona un tanto irresponsable, se puede decir. Creo que el diagnóstico, de ser una persona con VIH, me aterrizó a la realidad y me hizó reconocer mis prioridades en la vida.

Actualmente, trabajo como directora ejecutiva de una organización que trabaja con personas transgénero y esto no se logra de la noche a la mañana. Me siento muy orgullosa de ello porque no es fácil ganar la confianza de los demás, tanto de los donantes como de las personas, no es fácil ser líder, no es algo que se logra de la noche a la mañana. Se requiere esfuerzo y dedicación.
En un futuro me veo como una mujer trans, ejerciendo mi labor periodística, teniendo mi programa de televisión y más que todo, cambiando mentalidades en las personas, en la población. Quiero incidir para reducir los niveles de discriminación en contra de las personas de la diversidad sexual, pero también en contra de las personas con VIH.

Si estoy estudiando esta carrera de periodismo es para incidir en la mentalidad de las personas y que cambien de manera positiva .Creo en la oportunidad y potencialidad que nosotras tenemos, de explorar dentro de nosotras mismas que somos capaces de hacer grandes cosas. Lo único que necesitamos es conocimientos, que confíen en nosotras, que nos compartan información para conocer más y que después la sociedad nos dé la oportunidad.

La verdad es que esta enfermedad no ha podido conmigo. Creo que la enfermedad no es una limitante de vida para mí. Al contrario, me ha ayudado a evidenciar, a ponerme las cartas sobre la mesa y empujarme a actuar a seguir adelante con mi vida, me ha permitido conocer personas que me han apoyado facilitándome poder estudiar y de esta forma volver a creer en mí y demostrar que cualquier persona con VIH tenemos posibilidades de realizar nuestros sueños. He aprendido a valorar cada día más mi vida, a mi familia, a mis amigos y a todas aquellas personas que me quieren".
Gracias a mi desempeño académico en la universidad, me gane un espacio; así como el respeto de mis compañeros, de mis profesores, de las autoridades de la universidad. Fue así, como durante dos años me he convertido en la ganadora del premio a la "Mejor estudiante de la carrera de Periodismo.

Yester Francisco Hernández

Me diagnosticaron hace tres años. Cuando me dijeron que era portador del VIH, me deprimí, porque no tenía conocimiento de medicamentos ni de organizaciones de apoyo. Me sentí solo en ese momento y con miedo de decirle a mi familia acerca de mi diagnóstico.

Al principio yo tuve una relación de pareja con una persona del mismo sexo; Por situaciones de rebeldía, podríamos decir, en una ocasión yo viajé a México, y allí conocí a un periodista, no digo su nombre por ética y conviví con él como por cuatro años. Un día me dijeron que mi mamá estaba muy mal, porque era diabética y decidí regresar a Nicaragua.

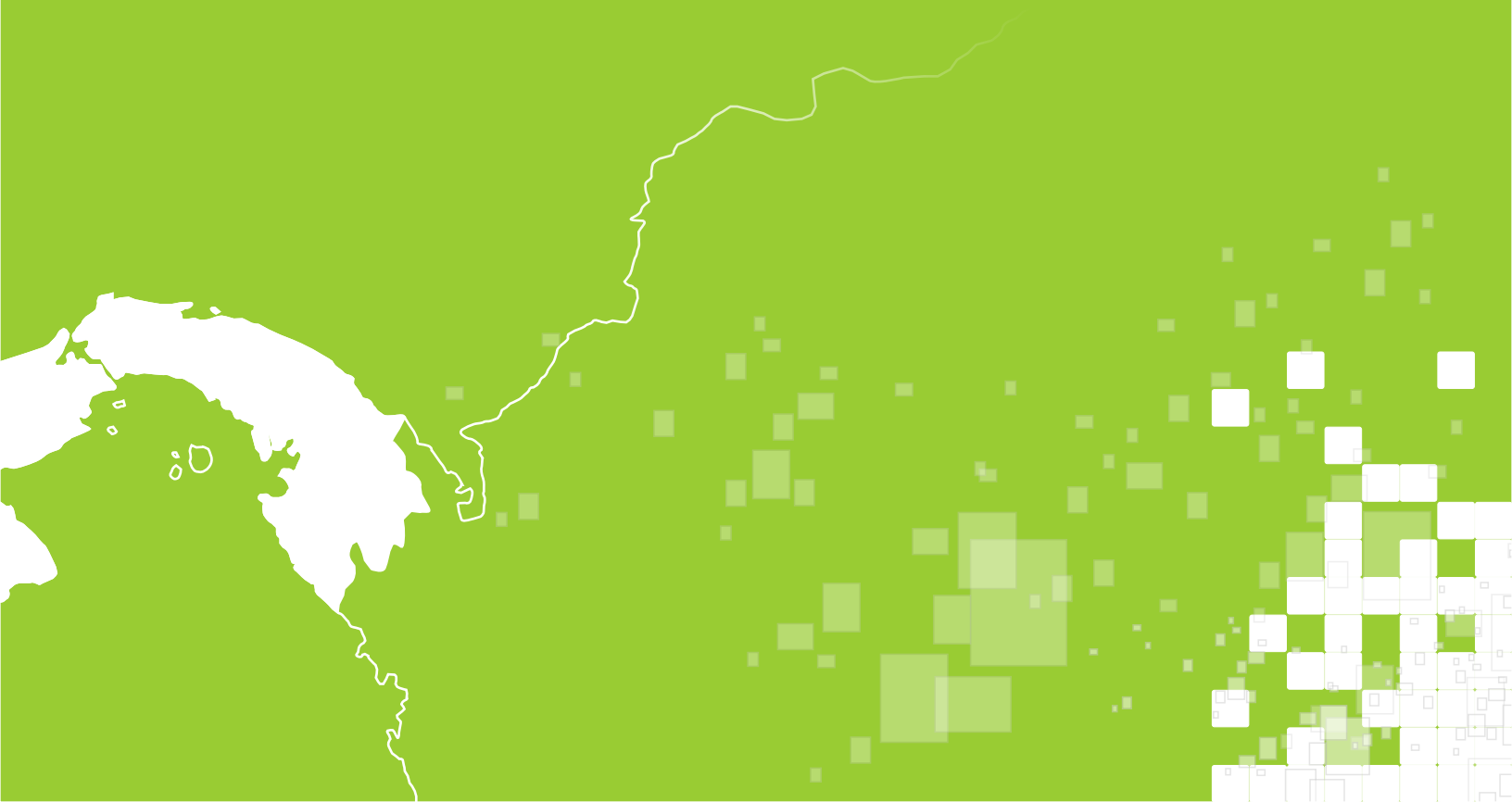
Por una serie de incidentes de salud, yo tenía ciertas sospechas de ser portador de algo y a raíz de un accidente que tuve; en una ocasión visitando el hospital, me realizaron la prueba de VIH, la cual resulto sin lugar a duda positiva. En ese momento consideré mi diagnóstico injusto, tuve sentimientos de culpa y pensé en suicidio. Muchos sentimientos me atacaron y sumados a que no tenía el apoyo de mi familia, sentía que el mundo se había terminado para mí que yo ya no tenía ninguna posibilidad de vida, gracias a Dios eso cambio porque actualmente tengo el apoyo de mi familia, lo cual ha sido sumamente beneficioso para sobrellevar mi condición.

Después de un mes de estar asistiendo al hospital, conocí a unos muchachos que eran promotores. Ellos me dijeron que trabajaban en el campo de la visita domiciliar y dijeron que podían llegar a mi casa, con el fin de monitorear mi estado de salud y dar a poyo a mi familia, para que cuando yo decidiera decirles mi condición ellos pudieran apoyarme. Con ellos sentía confianza de hablar, ellos me motivaban. Luego, comenzaron a invitarme a talleres, me daban folletos, información y libros. Fue así como conocí a REDCA+.
El tiempo transcurrió, y cada vez me volvía una persona más fuerte, más empoderada, me dieron ganas de vivir y de tener el valor de decir a mi familia lo que estaba padeciendo, perdí el miedo al rechazo.

Al principio yo me había aislado, vivía en un encierro, pero al ver a otras personas en mi condición me motivé. Mejoré mi autoestima y busqué un empleo. Soy licenciado en Derecho y lucho en contra de la falta de tolerancia y la discriminación, ayudo a otras personas para que sean aceptados y vivan en un mundo mejor. Quisiera que otros entiendan que la vida no se termina con el VIH, al contrario, sigue y aprendemos a verla de una forma más honesta y sencilla.
Cuando encuentro un paciente triste o recién diagnosticado, me siento en confianza de acercarme, porque antes no lo hacía. Me presento y le digo que existe una organización donde ellos pueden buscar ayuda, donde los van a motivar. Les digo que el mundo no se termina, que tomemos nuestros medicamentos y cambiemos nuestro estilo de vida; debemos alejarnos de trasnochar, de cosas que tal vez antes practicábamos.

Tengo más fuerza de voluntad, he aprendido a actualizarme en temas que desconocía. Me fortalece el conocimiento que puedo compartir. Mi familia me respeta, su ayuda me motiva a seguir adelante. A no quedarme en cero. Estudié, me profesionalicé y hoy el comportamiento de la sociedad conmigo es mucho mejor. Siento que me respetan.
Me veo mejor cada día. Me veo en una oficina, trabajando en lo mío. Y me gustaría, con el tiempo, poder llegar a trabajar en organizaciones porque sé lo que es vivir con VIH. Quiero ayudar a que no se discriminen a las personas, por su orientación sexual, por su color o por su raza.
Lucho por las personas que tienen ese tipo de problemas porque para mí es injusto que no se les dé una educación, que no se les permita acceso a un lugar, por su opción sexual, o por su color, o como van vestidos. Tengo una vida por delante y muchos sueños por cumplir.

Panamá



Alejandro E. González

"Soy una persona empoderada, capaz de luchar por las personas con VIH, de este país..."

Fue un 17 de abril de 2012, cuando me enteré de que era una persona con VIH, y eso fue completamente catastrófico, se me vino el mundo encima, empecé a tener pensamientos suicidas y me deprimí muchísimo, pero toda esta situación era simplemente por la falta de información.

En aquel momento, mi situación era difícil, lo primero que tuve que ha caer fue aceptar mi condición y saber qué significaba ser portador; yo no pensaba en cómo contárselo a mi familia, para mí eso no era el tema; ellos aún no saben nada acerca de mi enfermedad, aún estoy trabajando en eso no es fácil, pero cuando me sienta mejor y con la fuerza de contárselos, quiero presentarles un rostro diferente al que ellos se imaginan de las personas que convivimos con el VIH.

A pesar de lo difícil que fue aceptar mi situación, en ese momento yo trabajaba como voluntario en la Asociación Hombres y Mujeres nuevos de Panamá; sin embargo, me faltaba mucho por recorrer. Fue así, como conocí a uno de los puntos focales de REDCA+, quien me ayudó muchísimo a entender mi situación, para mí era importante tener acercamiento con personas que vivieran con el virus y él es un buen ejemplo de cómo se debe de llevar esta condición, así fue como comenzó mi acercamiento a REDCA+.

Al llegar a REDCA+, empecé a participar más de lleno en las diferentes actividades de cambio de comportamiento que se practicaban; todo era más como un juego, a través del cual, iba aprendiendo nuevas cosas que fueron generando en mí un cambio mental y actitudinal. Sin darme cuenta, iba saliendo del trauma en el que me encontraba y empecé a aceptar que, aunque el VIH no tiene cura, se puede tener el control y que es igual que otras enfermedades como la hipertensión o la diabetes.

Mi cambio de vida, sin lugar a duda, ha sido por toda la información que he ido adquiriendo a través de las participaciones activas que tengo en el grupo. Las prácticas, con la metodología, cada vez me ayudan más porque en cada pregunta y respuesta hay algo con lo que me identifico y aprendo. Además, escuchar a las demás personas participar y externar sus dudas me permiten comprender más y me siento menos solo, porque lo mismo que le está pasando a la otra persona es lo que me sucede a mí, voy reflexionando acerca de lo que era mi vida antes de ser diagnosticado, cuál fue mi reacción cuando me dieron el diagnóstico y como soy ahora. Me veo como una persona empoderada, capaz de luchar por las personas con VIH en este país.

Soy una persona normal como cualquier otra, con las mismas aspiraciones, deseos y sueños que cualquiera, el hecho de tener VIH no me hace menos que nadie.

Ahora estoy trabajando en el proyecto Panamá, lo cual me ha ayudado a madurar y estoy participando activamente en la creación de la Red Nacional de Jóvenes con VIH. Me siento completamente capaz de guiar a estos nuevos chicos que necesitan y requieren ayuda de inmediato para evitar que desarrollen pensamientos suicidas. En el grupo de auto apoyo que tenemos nos estamos enfocando en los jóvenes recién diagnosticados, que están con sentimientos depresivos. Queremos que ellos se vayan empoderando para que puedan manejar mejor el tema del VIH y que a través de la adherencia a los medicamentos y la prevención en sus prácticas sexuales entiendan que la única diferencia entre nosotros y las personas que no tienen VIH, es nuestra actitud de aceptación; queremos decirles que debemos cuidarnos y protegernos para tener una mejor calidad de vida

Eduardo R. Santrich

"Yo he asumido mi condición con mucha responsabilidad, vivo con la frente en alto y voy a seguir para adelante sin parar..."

Sentimientos de culpabilidad, muchas preguntas e incertidumbre por no saber exactamente qué pasaría fue lo que me sucedió cuando me enteré que era portador del VIH; la verdad, no me lo esperaba, ni me lo imaginaba...Lo único que se me ocurría era que me iba a morir, tenía angustia de cómo se lo iba a comunicar a mi familia, yo estaba en una relación con una persona y él me apoyó mucho.

En esos días, me hospitalizaron por un fuerte resfriado, el cual se había complicado por el mismo diagnóstico; fue ahí cuando mi familia se enteró. No fue nada fácil ya que fue un impacto enorme para todos ellos, pero gracias a Dios siempre me apoyaron y ese apoyo emocional, es el que me ha dado fuerzas para salir adelante.

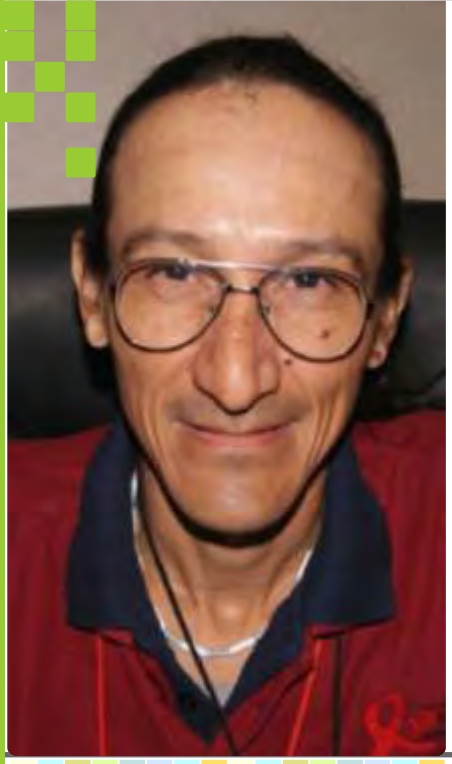
En una ocasión, en una cita en el hospital al que yo acudía, se me acercó una persona y me empezó a hacer una serie de preguntas; yo recuerdo que mi madre me acompañaba y lo primero que me dijo fue: “Hijo, no contestes ninguna pregunta si no la conoces”; sin embargo, las señoras que me abordaron me explicaron en qué consistían las visitas domiciliares, y como me podían ayudar en todo lo que se me avecinaba; en ese momento fue mi madre la primera en responder: que estaba de acuerdo en que nos apoyaran.

Así fue como empecé a participar en los grupos de apoyo y llegué a la Organización Viviendo Positivamente, en donde uno de los puntos focales de REDCA+ Panamá, empezó a ponerme como dicen, al tanto de cómo era la mejor manera de llevar esta condición. Otras personas con mi situación, me han ayudado mucho, ya que al escuchar otras experiencias, me ha permitido aceptar mejor mi situación, a ver la vida desde una perspectiva diferente y entender mejor qué es el VIH, para llevar un mejor control de mi vida.

Mi fortaleza como persona, el crecimiento y la madurez que hemos alcanzado mi familia y yo, hasta el momento, ha sido gracias a la atención por parte de mis pares; quienes me han apoyado siempre, están pendientes de mi tratamiento y me invitan a participar también en otras actividades, a fin de poder adquirir más información que me pueda ayudar en el manejo del VIH.

Ahora, después de todo este tiempo, puedo decir que soy una persona más confiada, que soy igual que el resto de personas, que puedo llegar a completar mis sueños, mis metas, sacar a mi familia adelante y que el VIH no es un obstáculo en mi vida. Ahora mismo me encuentro estudiando quinto año de Administración de Empresas y espero graduarme pronto, conseguir un buen trabajo para poder apoyar. Además, quiero trabajar por los derechos de las personas que tenemos VIH.

Espero concretar mis sueños, graduarme, convertirme en un multiplicador de mi experiencia y poder ser un testimonio de calidad de vida.



Gabriel Díaz Ramos

Haber obtenido mi diagnóstico de VIH no fue nada fácil, a pesar de que mis sospechas eran enormes; ya que desde muy corta edad me identifiqué como una persona bisexual y llevaba una vida un poco alocada, trasnochaba, salía a la calle me "travestizaba", y vendía servicios sexuales de una manera irresponsable.

Para ese entonces, aquí en Panamá no había ninguna campaña de prevención o información que nos hablara de cómo podíamos cuidarnos usando un preservativo y yo era de las personas que si tenía lo usaba o de lo contrario, me daba igual; esa conducta, por supuesto me llevó a lo que ahora soy...

Para ese tiempo trabajaba en una fábrica y tuve que renunciar debido al hostigamiento laboral por mi orientación sexual. También en esa época conocí a la que fuera madre de mis hijas y muchas cosas se me unieron, a veces tenía que pedir el apoyo de mi familia para salir adelante.

Yo estudiaba por la noche y trabajaba en el día, pero por el desempleo y algunos problemas familiares tuve que interrumpir mis estudios. La situación se tornó muy difícil y ya para entonces, tenía sospechas de mi condición, pero no me lo habían confirmado hasta que un buen día, recuerdo que estábamos en casa de mi hermana departiendo en familia, cuando me dio una crisis muy fuerte que tuvieron que llevarme al hospital y fue ahí donde todo cambió, porque mis sospechas fueron confirmadas, solo recuerdo que me dijeron: "Gabriel, ya sabes tú respuesta", pues sí, yo estaba consciente de mis andanzas riesgosas.

Por azares de la vida, mi cuñado también es portador del virus y él, aunque no es activista, me dijo:"Gabriel,aquí hay un grupo de autoapoyo que te puede ayudar a entender mejor y a salir adelante"; fue así como llegamos a este grupo y ahí empezó como dicen "lo bueno".

Haciendo mis trabajos en esa organización, siempre oía hablar de una red centroamericana que ayudaba a personas como nosotros. Por falta de información pensaba que solamente en Panamá existían personas con VIH luchando por nuestros derechos y deberes, nunca imaginé que hubiera una red de personas en toda Centroamérica velando por nosotros. Fue así, cómo me interesé y una licenciada de la organización que me conocía y sabía que, una de las cosas que necesitaba era concluir mis estudios, me preguntó si quería continuarlos, ya que REDCA+ tenía un programa de becas y ellos podían apoyarme a concluir, ella sabía que de esta manera me iba a motivar más y además iba a continuar cerca para velar por mi calidad de vida.

En ese momento, todos los sueños que habían quedado en el olvido volvieron a mi mente ya que siempre había querido estudiar algo de electricidad, pero necesitaba concluir mis estudios de bachiller. Un día, la licenciada nos llamó y nos dijo:"Empiecen a buscar colegio que la beca se las han otorgado". Fue así como junto a otras tres personas decidimos estudiar por módulos para tener un poco más de tiempo con nuestros trabajos.

A mis 40 años estoy a punto de graduarme de bachiller y dentro de mis proyecciones de vida se encuentra estudiar un técnico en electricidad; ya que me gustan más las cosas prácticas. Ahora soy una persona más completa profesionalmente, he adquirido las herramientas necesarias para desenvolverme, puedo bajar información de internet, puedo hacer investigaciones y subir datos. Hay personas que me preguntan cómo se hace y por supuesto que se los comparto, me siento con deseos de apoyar a más gente, siento que estar becado me ha permitido desarrollarme como profesional y tengo el compromiso con mis pares de ayudarles y enseñar lo que sé.

Ahora trabajo en la prevención y voy al campo, les hablo a las personas de cómo pueden evitar contagiarse; y a las que ya lo tienen les explicó cómo pueden protegerse para mejorar su condición de vida. Pero mi labor no termina allí, ahora capto personas en los hospitales o en otros sitios en donde tenga la oportunidad de hacerlo, platico con ellos, y les doy atención porque creo que no solo académicamente he evolucionado, sino también mi autoestima ha crecido y ahora tengo la fuerza y el valor necesario para poder dirigirme a otras personas con información veraz y que sé que les ayudara. Además soy una persona completamente publica que reconozco mi condición sin sentirme menos que nadie.

José Del Castillo

"Soy una persona que me siento sano, fortalecido, alegre, mucho más feliz que antes de mi diagnóstico... he aprendido a valorar más mi vida"

Cuando recibí el diagnóstico de ser positivo, lo primero que se me vino a la mente fue que definitivamente iba a morir al día siguiente, y pensé cuál sería la reacción de mi familia; más que en mí, pensé en ellos de cómo les iba a compartir esta nefasta noticia, cómo iba a enfrentar todo esto con la sociedad.
No aceptaba lo que me estaba pasando y por esa razón no tenía la fortaleza para hablar con mi familia, ni mis amigos. Además, no tenía el conocimiento real de lo que me estaba pasando, no sabía qué era realmente el VIH; lo que tenía claro era que necesitaba ayuda y buscar información para entender la enfermedad, necesitaba conocer métodos y maneras para poder sobrellevarla.

Entonces, llegué a una organización, en donde me apoyaron con visitas de parte de REDCA+, y me empezaron a brindar la atención que necesitaba; además comencé a relacionarme con otras personas que, al igual que yo, estaban pasando por la misma situación. Esto fue parte de un proceso de orientación y de formación porque nunca había compartido con personas que tuvieran VIH, pero al estar con jóvenes con las mismas inquietudes, me di cuenta de que no estaba solo. Con el paso de los meses fui adquiriendo conocimiento, fuerzas, empoderamiento y finalmente tomé la decisión de hablar con mi familia.

Parte del cambio que he tenido es que me he vuelto más responsable de mi vida y trato de ayudar a otras personas para que también lo hagan .La verdad, no es fácil, creo que aún estoy trabajando en la aceptación de mi condición, pero he avanzado mucho y ahora ya puedo hablar libremente del tema; gracias a todo el seguimiento y apoyo que recibo de mis pares que se toman el tiempo de visitarme. Mis amigos a veces me preguntan para que los oriente, porque aunque hayamos avanzado en muchas cosas, hay mucha ignorancia, muchos mitos alrededor del VIH. La razón de que mis amigos quieran conocer más del tema, me motiva para que yo me informe más y pueda compartir mis conocimientos y evitar más contagios.

El apoyo emocional que me brindan estas personas, en cada una de las visitas domiciliares, es sin lugar a duda, sumamente efectivo porque la confianza con la que uno expone su situación y que ellos puedan generar esa empatía es importante; charlar con alguien que tenga las mismas dudas, miedos es más confortable porque puede sentirlo.

Pero además detener el apoyo de mis pares, he tenido la oportunidad, de participar en actividades que me han ayudado y me han permitido conocer a más personas, ampliar mis relaciones y esto me ha apoyado a levantar mí autoestima y a creer más en mí. Actualmente, no estoy en tratamiento porque, gracias a Dios y a toda la información que he obtenido, mis CD4 se han mantenido muy bien, si yo no hubiera obtenido esta ayuda me hubiera quedado únicamente con el proceso de ir al hospital, hubiese tenido siempre dudas, porque cuando te dan tu diagnóstico, los médicos no tienen la sensibilidad, te mandan a hacer un examen, si tienes citas te dan un informe, pero no hay una conexión con la persona, ellos no entienden cuáles son tus emociones o situaciones por las que pasas.

Me siento muy agradecido porque a pesar de ser joven, veo la vida con una responsabilidad grande y entiendo que si quiero que mantener una vida estable, debo ser adherente a una nueva calidad de vida".

Magaly Castillo

Suspendí mis estudios a temprana edad. Me casé muy jovencita y me dediqué a ser mamá; entonces, cada vez que tenía la intención de continuar mis estudios, no podía porque estaban mis hijos y las deudas y fue así que todo se volvió más difícil; sin embargo, siempre traté de prepararme profesionalmente, siempre me preocupe por recibir cursos cortos de dos o tres meses, porque creo que en el fondo me resistía a pensar en que me quedaría sin mis estudios.

Como toda madre, siempre prefería dar lo mejor a mis hijos para que ellos estudiaran. Gracias a todo ese esfuerzo, tengo una hija profesional y tres que están estudiando y van progresando. Eso para mí fue siempre mi prioridad; y aunque yo no pudiera estudiar, para mí era algo grande ver que cada año que finalizaba, mis hijos cursaban un año superior.

En el año 98, cuando fui diagnosticada con el virus, yo era una mujer con muchas aspiraciones, amante del hogar, un poco inmadura, pero muy responsable. De repente, mi vida cambió, y me enfrenté a una crisis muy dura, además del VIH, quedé sola, con tres hijos, embarazada y sin casa...

Al pasar de los años, con esta situación, fui aprendiendo a ser más humana, atener más amor por las cosas que hacía y por los seres con los que convivía; a tratar de ser más humilde ante cada situación y hacer más amigos. Fue así como tratando de buscar ayuda, respuestas y oportunidades conocí a REDCA+; en una ocasión, participé en un seminario y ahí mencionaron que había una organización que estaba otorgando becas para personas que cumplieran ciertos requisitos y que tuvieran el deseo de seguir superándose; llené el formulario y para mí fue una sorpresa enorme que me seleccionaran para una de ellas.

Así comencé a estudiar y pude cursar sexto año. Paralelamente, fui estudiando lo básico de computación, lo que me permitió abrirla puerta para una mejor oportunidad de trabajo. Ahora trabajo como administradora de un INFOPLASMA, y esto me ha permitido generar una entrada de ingresos diferente y, que la condición de mi familia, y la mía sea distinta. No ha sido nada fácil ser la cabeza de un hogar formado por cuatro hijos. Antes de la beca tenía que trabajar en diferentes cosas y ahora me he estabilizado laboralmente.

La beca me ha permitido formarme y ser capaz de utilizar herramientas informáticas que me han permitido obtener más información. Cada vez que puedo dar mi testimonio y ayudar a alguien lo hago, porque eso me da fuerzas en mi interior. Además, ayudo a otras personas que se sienten desconsoladas.

En el futuro, yo me proyecto como una mujer feliz, completa, con mis nietos, con mis hijos ya preparados académicamente y siempre caminando hacia adelante.

Soy una mujer viviendo con VIH pero eso no me hace menos que otras, soy una mujer con una condición de salud buena y no le bajo la cabeza a nadie, Dios me ha regalado la vida y tengo que aprovechar cada momento.

Lucharé hasta donde Dios lo quiera.

Maritza Tiofil Romero

Si alguien me hubiera dicho hace 7 años que mi vida cambiaría tanto, quizás no me lo hubiera creído.

Esta es mi realidad hace 7 años cuando a mí me diagnosticaron el VIH, yo llevaba una vida de lo más cotidiana yo era una persona sin mayor complicación, tenía un pequeño negocio y hacia cualquier cosa pero sin mayor interés que el de ir pasando el día.

Para esa época yo tenía ya 4 años de haberme dejado con mi pareja y me recuerdo que me había practicado una prueba rápida de VIH; cuando a él lo ingresaron al hospital, recuerdo que un doctor me sugirió hacer nuevamente la prueba pero yo la verdad no tenía ningún temor ya que antes y ala había hecho y como dicen por ahí "el que nada debe nada teme", pero en mi caso la nueva prueba resulto positiva y ahí comenzó mi odisea. Yo quede hospitalizada por 27 horas porque me dio de todo.

Desde muy pequeña yo quede huérfana y era el pilar de mis tres hermanos, por lo tanto yo no sabía cómo manejar la noticia, con el resto de la gente me daba pena pero como yo siempre había acudido al hospital para visitar enfermos, las doctoras ya me conocían y fue así como me empezaron a apoyar y empecé a integrarme a grupos para tratar de manejar con una mejor actitud mi nueva situación.

Cuando yo conocí a REDCA+ yo vi la oportunidad de acercarme a otras experiencias de personas que al igual que yo estaban trabajando por los derechos de nuestros pares y yo como sierva de Dios, siempre mostré solidaridad por las demás personas y ahora con mi condición de vida no solo me estaba ayudando yo, sino también a otros .Fue así como, me inicie en los talleres de cambio de comportamiento y empecé a practicarlos y a obtener mayor información y conocimiento para poder tener una mejor calidad de vida. Practicar cada uno de los juegos para mí era ver pasar mi vida frente a cada situación ya que en varias ocasiones, había experimentado todos esos sentimientos que se exponían, tristeza, alegría, rebeldía etc.

Acercarme a la Red, también me dio la oportunidad de que aún a mis 43 años de edad, pudiera obtener una beca para continuar estudiando; ya que había abandonado mis estudios por la misma situación familiar.

El VIH, realmente cambio mi vida, le dio un giro total, la participación en talleres y seminarios, me ha dado la oportunidad de sentirme útil, me he empoderado más con la información que recibo, me ayudó a crecer más como persona y a solidarizarme con mis pares, ahora yo hago grupos de apoyo en mi casa y practicamos todas estas estrategias que me han ayudado a mí y realmente es satisfactorio ver cambio en otras personas que están tomando más conciencia sobre su adherencia a los medicamentos y la alimentación.
Las diferentes estrategias de cambio de comportamiento que practicamos en grupo, me permite expresar libremente y para mí eso es algo mágico ,por ello trato de compartir estas actividades con otras personas, porque son actividades que ayudan mucho a aceptarse y a entender que no somos diferentes que todos pasamos por las mismas situaciones pero con el apoyo que recibimos podemos sobrellevar las cosas.
En el futuro, me veo, como una persona sirviendo a la comunidad, sirviendo a mis pares, a los adolescentes para que no lleguen a adquirí el virus, quiero trabajar por fomentar la prevención y que se Dios el que decida hasta cuando llegar y una depresión o una mala adherencia por falta de conocimiento.

Santiago González

Cuando me enteré que tenía VIH estaba estudiando la carrera de profesorado en primaria; en aquel entonces, obtener ese diploma era válido para el Ministerio de Educación. Yo tenía la aspiración, de prepararme, para obtener el título de licenciado. En ese momento todo marchaba normal; sin embargo, cuando me enteré de mi diagnóstico, mi vida, en general, quedó pendiente en el espacio más bien sin rumbo.

Mi shock fue tan grande, que todos mis sueños los vi truncados, sentí que todo se me complicaba, y la pregunta que me surgió fue ¿y ahora, qué hago?, Entonces pensé dejar la universidad por un tiempo pero lo que no me esperaba era que todas las situaciones difíciles que a alguien le puedan llegar, a mí se me juntaron. Por el impacto de la noticia, sentí que tenía que compartirlo con mi familia y pensé que ellos se iban a condoler de mí; creo que fue el mismo miedo a lo que me estaba pasando, que me hizo hablar; para ellos fue una bomba, me discriminaron y mi esposa me abandonó, en vista de mi condición de salud.

Luego de un tiempo, ella regresó con la idea de quitarme la casa, acusándome de varias situaciones injustas. Por el tema de las investigaciones para verificar las acusaciones que ella hacía en mi contra, la fiscalía me pidió que me saliera de la casa y, con toda esa presión emocional, lo único que se me cruzó por la mente fue suicidarme.
Tuve que ir a un psicólogo, me dieron medicamentos y tranquilizantes.
Pasado el tiempo, empecé a acudir a una reunión de un grupo de autoapoyo y ellos me ayudaron, me dieron información y me hicieron ver que la vida no acababa con la noticia, que podía perfectamente vivir mucho tiempo si mantenía al pie de la letra el uso de mis medicamentos y el cumplimiento de los exámenes médicos. En este grupo tuve la oportunidad de conocer experiencias de personas que tenían muchos años de convivir con el virus y eso me llenó de esperanza.

Estando en el grupo, alguien nos habló de un programa de becas que manejaba REDCA+, esa noticia me llenó de emoción, ya que vi la oportunidad de completar mi carrera y graduarme para poder trabajar como maestro. Entonces, llené los papeles y me otorgaron la beca, fue así como me di a la tarea de buscar una universidad, en donde me dieron la oportunidad, de terminar el profesorado con el certificado como tal y la licenciatura, que es lo que el Ministerio de Educación exige para que tenga una verdadera validez la carrera como docente. Ahora estoy esperando poder continuar, porque la primera etapa ya la completé.

Gracias a esta oportunidad, he tenido nuevas aspiraciones de trabajo, ya que cuando realice las prácticas laborales en una escuela, los docentes me trataron como maestro, debido a mi desempeño y conocimientos. Actualmente trabajo en una empresa haciendo trabajos básicos y también allí me tratan diferente, me ven con más respeto, me admiran porque ven cómo me he superado. Mi autoestima ha crecido porque ahora sé y pienso que estoy preparado para otras cosas más grandes y mayores oportunidades.
Ya presenté en el Ministerio de Educación los créditos que he ganado, también hice unas entrevistas como pruebas de mi lenguaje; Por el momento, continúo en la empresa, haciendo trabajos generales , pero sé que pronto tendré una oportunidad diferente de trabajar en lo que yo me estoy preparando y sé que lo desarrollaré con mucho éxito.

Con el apoyo financiero de:

El Fondo Mundial
De lucha contra el SIDA, la tuberculosis y la malaria