Indetectable equivale a Intransmisible

Consejos para comunicar

September 30, 2019

El hecho de que las personas que viven con el VIH que están bajo un tratamiento efectivo no transmitan el virus se conoce como I=I (Indetectable = Intransmisible, en inglés, Undetectable = Untransmittable, o U=U). Esta información puede cambiar vidas cuando se comunica correctamente. Es importante ser preciso y motivador.

I=I es de todos

I=I está basado en la ciencia del tratamiento como prevención (en inglés, Treatment as Prevention, o TasP). En 2016, Julio Montaner, MD, el pionero de TasP, fue uno de los primeros que avaló I=I. Más de 800 organizaciones de casi 100 países, incluyendo docenas de organismos de salud pública de los EE.UU, ahora utilizan ese término.

Hazlo una prioridad

Cuando produzcas textos, videos, discursos y hojas informativas, pon I=I al principio para que tenga la mayor oportunidad de ser escuchado. I=I aplica a varias áreas, incluyendo el estigma sobre el VIH, la salud sexual y reproductiva, la prevención del VIH, la criminalización del VIH y el acceso a tratamientos y servicios.

La información básica es sencilla

Enfócate en la adherencia, las pruebas de carga viral con regularidad y la participación en el cuidado. Las reglas básicas no son complicadas. Se trata de TLC. Tratamiento: mantente en tratamiento de acuerdo a las indicaciones médicas. Laboratorio: hazte las pruebas de laboratorio con regularidad. Conexión: mantente conectado con la atención médica.

Otros temas para tener en cuenta: el umbral viral para I=I es menos de 200 copias por mililitro, sinónimo de supresión viral. I=I sólo previene el VIH. Los condones ayudan a prevenir otras infecciones de transmisión sexual y el embarazo. I=I puede no eximir a las personas del alcance de las leyes de divulgación del VIH.

Sé claro y consistente

Usa frases fuertes como “no puede pasarlo”, “no puede transmitirlo”, “sin riesgo” y

“efectivamente sin riesgo”. Estas frases son de hecho la misma evaluación de riesgo. También puedes decir “riesgo cero”. Evita frases que comuniquen incluso el menor riesgo, como “casi imposible”, “extremadamente bajo” o “dificulta la transmisión”. Cualquier percepción de riesgo, no importa qué tan pequeña sea, aún puede ser considerada un riesgo.

Para más información visita PreventionAccess.org y POZ.com/Undetectable.

Fuente: Adaptado de “Communication Tips: A Dear Colleague Letter from the Executive Director” por Bruce Richman de Prevention Access Campaign.

Haga clic aquí para descargar la versión en PDF Indetectable equivale a Intransmisible.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.
http://beta.docker.poz.com/article/indetectable-equivale-intransmisible