



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!

MINISTERIO DE SALUD

**CARTILLA
¡ADHERENTE VICTORIOSO!
VIVIR SALUDABLE
TENIENDO VIH**



1. El VIH puede afectar a cualquier persona; por eso la información, la prevención y el uso de protección nos permiten cuidar nuestra salud y la de quienes amamos.
2. Cuando una persona recibe un diagnóstico de VIH, es normal que surjan muchas emociones: miedo, enojo, dudas e incluso pensamientos muy duros. A veces no es solo el diagnóstico, sino el temor a lo que otros puedan pensar o decir. Pero con información correcta, tratamiento oportuno y apoyo, se puede vivir plenamente. Lo que más ayuda es la comprensión, el respeto y el acompañamiento.

3. Si has recibido un diagnóstico de VIH, recordá que no estás sola ni solo. Es normal sentir miedo o dudas. Tomate tu tiempo y hablá con alguien de confianza o con el personal de salud. Compartir lo que sentís y buscar apoyo te ayudará a seguir adelante con más tranquilidad.
4. La terapia antirretroviral mejora la salud y la calidad de vida de las personas con VIH y con la probabilidad de concretar sus metas y sueños de vida.



Mi resultado es positivo ¿Qué voy hacer?

Ante un resultado positivo al VIH, la mayoría de las personas experimentamos emociones fuertes y de difícil manejo.

Negación, miedo, culpa, enojo, angustia, rabia, depresión son emociones que experimentamos ante un diagnóstico positivo. El reto es no tener miedo de expresar lo que sentimos.

**¡TENEMOS QUE DEJARLO SALIR, TENEMOS
EL DERECHO DE SENTIRNOS ASÍ!**

Pasado este primer momento, debemos avanzar. Hablar con el personal de salud y personas con VIH, esto nos ayudará a comprender la nueva condición de vida.

Compartir el resultado con nuestros amigos o familiares, es una decisión que solo nosotras/os podemos tomar, sin presiones de ningún tipo. Esto lo haremos cuando estemos preparados/as para hacerlo. Algo muy importante a considerar es contar con una red de apoyo para lograr la adherencia a los medicamentos y mejorar la salud.

NO TE CONCENTRES EN PENSAR POR QUÉ TE PASÓ, SINO EN COMO SALIR ADELANTE



Luego de conocer nuestro diagnóstico positivo, pasamos una serie de momentos, conocidos como **Etapas del Duelo**.

El tiempo que dura y la intensidad de este duelo dependerá de la capacidad que tenemos para afrontar la adversidad, superarla e incluso salir fortalecido y comenzar una nueva etapa en nuestras vidas.



Lo importante de esta experiencia es sacar lecciones aprendidas y transformar lo negativo en oportunidades para revalorar nuestras vidas y hacer cambios positivos que nos ayuden a crecer como persona y como miembro de la familia y en comunidad.

Aprendiendo a vivir con VIH

Después de aceptar la nueva condición, es esencial conocer más sobre cómo vivir con VIH, tomando en cuenta los siguientes pasos:

1. Conversar con el personal de salud de la clínica de atención integral (CAI) y buscar más información sobre el tratamiento antirretroviral (TAR) que el país pone a disposición a través del Ministerio de Salud. El inicio rápido de la TAR (primeros 7 días), es esencial para mejorar nuestra salud y calidad de vida.

Aprendiendo a vivir con VIH

2. Debemos ponernos en contacto con otras personas con VIH para conocer sus experiencias y compartir las nuestras. En los establecimientos de salud funcionan los grupos de apoyo o ayuda mutua donde podemos compartir vivencias y superar los miedos, temores y angustias.

¡Animo, el camino es más corto cuando vamos acompañados/as!

Finalmente, lo más importante es **“EL APEGO AL TRATAMIENTO Y NUESTRO COMPROMISO DE MEJORAR NUESTRA SALUD”**. Los antirretrovirales son medicamentos que mejora nuestra condición de salud, siempre que lo tomemos todos los días a la misma hora.

¿Por qué es importante tomar todos los días el medicamento?

El tratamiento antirretroviral detiene la réplica del virus en la sangre hasta niveles indetectables, permitiendo que el sistema inmunológico se recupere y se defienda de las infecciones oportunistas. Además, evita que el virus se haga resistente a los medicamentos.

Al iniciar y continuar apegado al tratamiento, implica que hemos mejorado nuestros hábitos alimenticios, estilos de vida y conocemos las consecuencias que tiene para nuestra salud dejar de tomarlo. Por eso, es importante, no olvidar una sola dosis, ni creer que no necesitamos los medicamentos porque nos sentimos mejor.

Indetectable = Intransmisible



¿Cómo lograr ser adherente?

Ser adherente es conocer los beneficios de los antirretrovirales y estar comprometido con el tratamiento, tomarlo con agua, a la misma hora todos los días en las dosis indicadas. Por eso, durante la atención médica, lo mejor es hablar con franqueza sobre los estilos de vida, horarios, naturaleza del trabajo y las dudas sobre los beneficios y efectos de los medicamentos.

IMPORTANTE: Si ingerimos licor o consumimos algún tipo de droga, afectará negativamente la adherencia. Debes hablar con el personal de salud para ayuda profesional y enfrentar este problema.

¡Tu salud, es tu mayor prioridad!

¿Cuáles son los beneficios de ser adherente?

- ➡ Impide el avance del virus en tu cuerpo y tendrás una vida larga y saludable.
- ➡ Ayuda a mantener tu carga viral baja y tu recuento de células CD4 alto para prevenir complicaciones como las infecciones oportunistas.
- ➡ Reduce la carga viral a niveles tan bajos que los exámenes no lo puedan detectar (esto se llama tener una carga viral indetectable) y previene la transmisión sexual del VIH a tu pareja.
- ➡ En la embarazada ser adherente reduce el riesgo de transmisión a su hijo/a.

Por estos beneficios no debes suspender por ningún motivo tu tratamiento, aunque te sientas bien.

¿Qué debemos saber sobre los antirretrovirales?



Algunos antirretrovirales pueden provocar molestias como dolor de cabeza, náuseas, diarrea, dificultad leve para dormir, cansancio, aumento del apetito, depresión o ansiedad.



Consulta de inmediato, si presentas reacciones alérgicas.



Los antirretrovirales deben resguardarse en lugares frescos y evitar exposición al sol y humedad.



Algunos antirretrovirales deberás tomarlos con las comidas y otros antes o después de ellas.



¡Infórmate como responde tu cuerpo ante los antirretrovirales!



“ Si tienes dudas, lo mejor es hablar sin temor con el personal de salud de la clínica para que le indiquen y aclaren sobre la mejor forma de tomar el tratamiento.

Poner alarmas, usar pastilleros son algunos de los recursos que pueden ayudar a recordar la hora de tomar tu tratamiento.

Es importante contar con personas que te recuerden tomar el tratamiento. Esto te será de mucha ayuda para fortalecer tu adherencia. ”

RECORDÁ: Los medicamentos pueden tener efectos secundarios y provocar malestares, especialmente en las primeras semanas de iniciado el tratamiento. ¡Que esto no te desanime! Demos tiempo a nuestro cuerpo para que se adapte a ellos. Si los malestares se prolongan, debemos acudir al establecimiento de salud y consultar con el personal para valorar opciones para mejorar estos malestares.

¿Qué situaciones pueden influir en la adherencia?

- ⇒ Esquemas seguros, eficaces, tolerados y disponible en combinación fija de 1 sola tableta.
- ⇒ Disponibilidad de tecnología de monitoreo de VIH (Conteo CD4, Carga Viral Plasmática, TB)
- ⇒ Personal de salud entrenado en consejería intensificada en adherencia (CIA) y asesoramiento permanente.
- ⇒ Garantía de la disponibilidad de los esquemas de
- ⇒ antirretrovirales en los establecimientos de salud.
- ⇒ Notificación de los eventos adversos de los antirretrovirales

¿Qué situaciones pueden influir en la adherencia?

- ⇒ Estigma y discriminación anticipado, estructural y percibido
- ⇒ Salto de dosis u olvidos de tomar diario la tableta
- ⇒ Alteraciones de la salud mental o consumo de alcohol y drogas
- ⇒ Falta de apoyo social, familiar o de pares
- ⇒ Movilización por trabajo o encuentro familiar
- ⇒ Razones socioeconómicas: desempleo, estilo de vida no saludable, oficio u ocupación (horario laboral)

Indetectable = Intransmisible

La detección de virus se mide mediante una prueba de carga viral.

Estar **SUPRIMIDO** (resultado de carga viral de menos de 1,000 copias/mL): La omisión de dosis permite que los virus continúen replicándose y están presentes en el cuerpo.

Estar **INDETECTABLE** (resultado de carga viral sin replicación de virus en sangre): No hay virus medible. **Sin riesgo de transmisión.** No significa que no tengas **VIH**, sino que a reducido la cantidad de virus en sangre a niveles tan bajos que las pruebas de laboratorio no lo detectan. Esto ocurre después de 6 meses de iniciada la terapia y somos adherentes a la medicación.

Indetectable = Intransmisible

MENSAJE IMPORTANTE: NO EXISTE RIESGO DE TRANSMISIÓN A PAREJAS SEXUALES CON UNA CARGA VIRAL INDETECTABLE, pero es necesario el uso correcto y consistente del condón en todas las relaciones sexuales para prevenir una reinfección de VIH, una infección de transmisión sexual o un embarazo no planificado.

TENER VIH ES UNA ENFERMEDAD CRÓNICA CONTROLABLE como la diabetes o la hipertensión, pero con los cuidados adecuados y la adherencia al TAR, podemos alcanzar nuestras metas y sueños, tener una mejor calidad de vida y lo lograremos, **SI SOMOS ADHERENTES VICTORIOSOS PARA VIVIR SALUDABLE TENIENDO VIH.**

LISTADO DE CLINICAS DE ATENCIÓN INTEGRAL A NIVEL NACIONAL

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Madriz	San Juan de Río Coco	Hospital Primario Luis Felipe Moncada	San Juan de Río Coco
	Somoto	Hospital Departamental Juan Antonio Brenes	Salida a carretera a Quilali, Somoto
Nueva Segovia	Ocotal	CSF José Dolores Fletes	Ocotal
	Jalapa	Hospital Primario Pastor Jiménez	Frente al CDI Jalapa
	El Jicaró	Hospital Primario Augusto César Sandino (El Jicaró)	Bo. Libertad, antigua salida a Murra.
	Quilalí	Hospital Primario Francisco martel Charrat	Quilali
	San Fernando	CSF Enoc Ortéz	Santa Clara
Estelí	Estelí	CSF Leonel Rugama Rugama	Shell Estelí 1c. al Sur
	Condega	Hospital Primario Ada María López	Contiguo a los "Pipitos"

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Estelí	La Trinidad	Hospital Departamental Pedro Altamirano	La Trinidad
Chinandega	Corinto	Hospital Primario Rvdo. Aten. Int. José Shendel	Contiguo a Iglesia Morava Corinto Sector 2
	Chinandega	CSF Roberto Cortés Montealegre	Interbank 20 vrs al este
	El Viejo	CSF José Rubí Somarriba	Frente al Juzgado. La Bananera
	Somotillo	Hospital Primario Raymundo García	Del Mercado Central 3 km. hacia Carretera Cinco Pino
León	León	CSF Mantica Berrio	Antiguo Hospital San Vicente
	León	Centro de Salud Félix Pedro Picado	Costado Este asilo de ancianos, Bo. Sutiaba
	Nagarote	Centro de Salud Raúl Vargas	Costado Sur Parque Central, Nagarote
	El Sauce	Hospital Primario Coronel Santos López (El Sauce)	Salida a Estelí, las cuatro esquinas.

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
León	El Jicaral	CSF Noel Brenes	Frente al Parque del Jicaral
	Telica	CSF Augusto C. Sandino Telica	Contiguo a la policía
	Malpaisillo	Centro de Salud Fanor Urroz	Costado Oeste Iglesia Católica Malpaisillo.
Managua	Distrito I	Hospital Militar Escuela Alejandro Dávila Bolaños	Rotonda El gueguense 2 cuadras Este 2 cuadras Sur
	Distrito I	CSF Roberto Herrera	De Transnica, 2c. al Lago, Reparto Serrato
	Distrito II	CSF Sócrates Flores	Portón del Cementerio General 2 c. al Norte
	Distrito II	Policlínico Francisco Morazán (Distrito 2)	Colonia Francisco Morazán
	Distrito II	Hospital Escuela Antonio Lenin Fonseca	Reparto Los Arcos, Managua
Distrito III	CSF Altagracia (Distrito 3)	B. Altagracia semáforos Racachaca 1 c lago ½ c arriba	

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Managua	Distrito III	CSF Edgar Lang	Barrio San Judas
	Distrito III	Hospital Berta Calderón	Frente a INATEC (Centro cívico)
	Distrito IV	CSF Francisco Buitrago	Bo. San Luis Sur, detrás del Catastro, frente CECNA
	Distrito V	CSF Pedro Altamirano	Detrás del Mercado Roberto Huembes
	Distrito V	CSF Carlos Rugama (Distrito 5)	Bo. René Schick casa de la mujer 3c al lago 1/2c arriba
	Distrito V	Hospital Infantil Manuel de Jesús Rivera La Mascota	Bo. Ariel Darce, Distrito V, Managua
	Distrito V	Hospital Manolo Morales	Frente al costado Norte del mercado Roberto Huembes
	Distrito VI	Hospital Departamental Alemán Nicaragüense	Simens 2c al Sur, Bº Carlos Marx
	Distrito VI	CSF Silvia Ferrufino	Bo. La Primavera
	Distrito VI	CSF Roger Osorio	Bo. Américas No. 2
Distrito VII	CSF Villa Libertad	Villa Libertad	

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Managua	El Crucero	CSF Nuestra Señora de las Victorias	Entrada a la Carretera a la Hacienda el Chile, contiguo a la Policía
	Ticuanatepe	Hospital Primario Amistad México - Nicaragua	Alcaldía 1c. arriba
	San Rafael del Sur	CSF San Rafael del Sur	km 45 carretera a Masachapa, 1 km al Sur carretera San Pablo
	Masachapa	CSI Julio Buitrago	Km 69, contiguo a escuela República de Ecuador, Masachapa
	Villa El Carmen	CSF Villa Carlos Fonseca	Villa el Carmen, km 42 carretera a Masachapa, 2 c. arriba
	Tipitapa	Hospital Primario Yolanda Mayorga	Contiguo a INDUMETASA Tipitapa
	Ciudad Sandino	Hospital Primario Nilda Patricia Zedillo (Ciudad Sandino)	Zona # 5 Mercado 1c. Sur
Rivas	Moyogalpa	Hospital Primario Héroes y Mártires de Ometepe	Moyogalpa
	Rivas	Hospital Departamental Gaspar García Laviana	Rivas, Carretera Tola
	San Juan del Sur	Hospital Primario Gaspar García Laviana	San Juan del Sur

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Granada	Granada	CSF Jorge Sinforoso Bravo	Frente al Parque Sandino
	Granada	CSF Pedro José Chamorro	Shell Palmira 1/2 al Sur, Granada
	Granada	Hospital Departamental Amistad Japón Nicaragua	Granada, 44 1/2 Carretera Granada - Masaya
	Nandaime	Hospital Primario Monte Carmelo	Plaza José D. Estrada 3c. al Oeste
Carazo	Jinotepe	Hospital Regional Santiago	Jinotepe
	Diriamba	Centro de salud Diriamba	Mercado Municipal 1 km arriba Comunidad Santa Cecilia
	San Marcos	Centro de Salud Sócrates Flores	Instituto Juan XXII, 1 ½c. al Norte, Colonia Manuel Moya
	Teresa	Centro de Salud Santa Teresa	Detrás de estadio
Masaya	Masaya	CSF Alejandro Davila Bolaños	Frente a Servicios Municipales, Masaya
	Masaya	Hospital Departamental Humberto Alvarado	Masaya

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Masaya	Masaya	CSF Monimbó	Plaza Pedro Joaquín Chamorro 3c. al Oeste
	Masatepe	CSF Benicio Gutiérrez	Costado Este de la Parada de Buses Bo. Jalapa
	Catarina	CSFC carlos Roberto Huembes	Del Triangulo la Gallina 1c al Norte
	La Concepción	CSF Alejandro Calero	La Concepción
	Nandasmo	CSF José Napoleón García	Del empalme de Nandasmo 2 km al Norte
	Nindiri	CSF Enrique Cisnes	Contiguo a Mercado de Artesanias
	Niquinohomo	CSF Augusto Cesar Sandino	De la Iglesia Católica 2 c al Oeste
	San Juan de Oriente	CSFC Pedro Pualo Gutierrez	De la iglesia Catolica 2c Suroeste
	Tisma	CSF Tisma	Costado Norte Parque Central
Boaco	Boaco	Hospital Departamental José Nieborowsky	Boaco, Carretera Boaco Muy Muy
	Boaco	Centro de Salud Ramón Guillen	Frente al Parque Boaco

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Boaco	Teustepe	CSF Santa Rita	En frente de la Farmacia Popular
	Camaoapa	Hospital Primario SAN FRANCISCO DE ASIS	Bo san Martin,
Chontales	Juigalpa	CSF Adán Barillas Huete	Costado Sur de Catedral.
	Juigalpa	Hospital Regional Asunción	Sobre a carretera al Rama
	Santo Domingo	CSF Santo Domingo	Frente al Cementerio de Santo Domingo
Zelaya Central	El Rama	Hospital Primario Carlos R. Huembes	La Esperanza el Rama
	Muelle de los Bueyes	Hospital Primario Muelle de los Bueyes	Muelle de los bueyes
	Nueva Guinea	Centro de Atención Integral. Nueva Guinea	Mercado Municipal 4 c. abajo. Nueva Guinea
Jinotega	Jinotega	CSF Guillermo Matute	Del Club Social 7c. al Norte
	Jinotega	Hospital Departamental Victoria Motta	Barrio 20 de mayo
	Wiwilí	Hosp. Primario Jorge Navarro	B°. La Jinoteguita

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Jinotega	Cúa	Hospital Primario Héroes y Mártires del Cuá	El Cuá
	Bocay	Hospital Primario Niños Mártires de Ayapal	Sector A, entrada a Bocay
	Pantasma	C/S Pantasma	
Matagalpa	Matagalpa	Policlínico Trinidad Guevara Nárvaez	Frente a la Cruz roja
	Matagalpa	Hospital Regional Cesar Amador Molina	Matagalpa Costado Norte
	Sébaco	CSF Cmdte. Tomas Borge Martínez	Bo. Linda Vista
	La Dalia	Hospital Primario La Dalia	Por la rotonda de la policia
	Waslala	Hospital Primario Fidel Ventura	Entrada principal Matagalpa Waslala
	Rancho Grande	CSF Rancho Grande	Frente a la Plaza
	Matiguas	Hospital Primario San Jose	Carretera Rio Blanco

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
RACCN	Bilwi	CSF Ernesto Hodgson Write	Bilwi
	Waspán	Hospital Primario Oswaldo Padilla	Waspán
	Prinzapolka	Hospital Primario Prinzu Pawanka, Prinzapolka	Alamikamba
LAS MINAS	Bonanza	Hospital Primario Esteban Jaén Serrano	Bonanza
	Mulukuku	Hospital Primario Comandante Carlos Fonseca	Mulukukú
	Rosita	Hospital Primario Rosario Pravia Medina	Rosita
	Siuna	Hospital Primario Carlos Centeno	Siuna
RACCS	Bluefields	CSF Juan Manuel Morales	Bluefields
	Bluefields	Hospital Regional Dr. Ernesto Sequeira	Bluefields

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
RACCS	Corn Islands	Hospital Primario Ethel Kendel	Corn Island
	Kukra Hill	CSF Milton Rocha Espinoza	Kukra Hill
	La Cruz de Rio Grande	CSF Ausberto Gutiérrez	Barrio 2000
	Laguna de Perlas	CSF Perla María Norori	Laguna de Perlas
	El Tortuguero	CSF Miguel Ángel Plazaola	Tortuguero
	Karawala	CSF Mildred Gómez Salazar	Karawala

SILAIS	MUNICIPIO	NOMBRE DE LA UNIDAD	DIRECCIÓN
Rio San Juan	San Carlos	CSF Adolfo Largaespada	San Carlos
	San Carlos	Hospital Departamental Luis Felipe Moncada	San Carlos
	Morrito	CSF Morrito	Bo. Walter Acevedo
	San Miguelito	CSF Norman Aguilar Robleto	San Miguelito
	El Almendro	CSF El Almendro	El Almendro

RESOLUCIÓN 671-2014

El objetivo de la **Resolución Ministerial No. 671-2014** del Ministerio de Salud (MINSA), es garantizar una atención de calidad a las usuarias y usuarios en los servicios de salud pública y privada, sin discriminación y estigma por orientación sexual, identidad de género, tener VIH o por ser trabajadora o trabajador sexual.

Establece, entre otras cosas el derecho al respeto a la identidad y expresión de género al momento de la admisión, tratamiento y atención de salud por parte de todo el personal del establecimiento.

Toda denuncia por maltrato en los servicios de salud, podrás interponerla por escrito.

**PARA MAYOR INFORMACIÓN SOBRE VIH
VISITA TU ESTABLECIMIENTO DE SALUD.**



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!

MINISTERIO DE SALUD

