

Cómo apoyar a los clientes con la revelación



OBJETIVOS

Al final de esta unidad, las participantes podrán hacer lo siguiente:

- Definir revelación.
- Identificar los riesgos y beneficios de la revelación.
- Desarrollar estrategias para ayudar a los clientes a sopesar los riesgos y los beneficios de la revelación.
- Desarrollar estrategias para apoyar a los clientes con el proceso de revelación.
- Usar los recursos para apoyar a los clientes con la revelación a familiares, parejas íntimas y proveedores.



INSTRUCCIONES

1. Antes de que comience la sesión, coloque dos hojas de papel de rotafolio por el aula, una con la palabra "beneficios" y la otra con la palabra "riesgos". Distribuya notas adhesivas y marcadores. Revise los recursos para actualizar y compartir información con las participantes.
2. Deles la bienvenida a las participantes.
3. Revise los objetivos de la unidad.
4. Revise las diapositivas 3 y 4 que proporcionan una descripción general de la revelación.
5. Indique la actividad sobre los beneficios y los riesgos de la revelación.
6. Distribuya el folleto del modelo de las etapas de cambio. Revise las diapositivas 6 y 7 sobre los beneficios y los riesgos y el modelo de las etapas de cambio.
7. Dígales a las participantes que, como CHW, tenemos un papel único en ayudar a nuestros clientes con la revelación. Pregunte a las participantes:
 - CHW, ¿qué deben tener en cuenta al trabajar con un cliente en cuanto a la revelación?
 - CHW, ¿qué pueden hacer para cuidarse cuando están trabajando con un cliente sobre la revelación?
 - ¿Cuáles son algunas pautas que le sugerirían a un cliente cuando se está preparando para revelar su estado de VIH?
 - Anote las respuestas en un rotafolio.
8. Revise las diapositivas 9 a 11 y compárelas con las respuestas en el rotafolio. Distribuya el folleto de la actividad de revelación.

(continuación)



Roles C3 relacionados

Brindar asesoramiento y apoyo social, brindar educación e información sobre la salud apropiadas a nivel cultural, defender a las personas y las comunidades

Habilidades C3 relacionadas

Habilidades interpersonales y de construcción de relaciones, habilidades de comunicación, habilidades de defensa, educación y habilidades de facilitación



Métodos de enseñanza

Clase; análisis grupal; actividad grupal de escenarios posibles



Tiempo previsto

1,25 horas



Conceptos clave

Divulgación, I = I, PrEP, contratransferencia



Materiales

- Computadora con acceso a internet y proyector
- Diapositivas de PowerPoint
- Rotafolio
- Notas adhesivas
- Marcadores
- Vídeo: Divulgación: *Family Table Talk* (opcional) <https://www.youtube.com/watch?v=NfwvUgOuiTE>

Folleto

- Modelo de las etapas de cambio
- Análisis y guía de juego de roles: cómo decirles a los demás que eres VIH positivo
- Actividad de revelación
- Consejos para las CHW: Cómo ayudar a los clientes con la revelación
- Escenarios posibles: revelación del VIH
- Los 13 pasos para una mejor escucha activa
- Las 7 etapas del duelo

Cómo apoyar a los clientes con la revelación



INSTRUCCIONES *(continuación)*

9. Indique las actividades sobre consejos para la revelación y el cuidado personal en la diapositiva 12.
10. Revise las diapositivas 12 a 14 para hacer hincapié en los puntos clave sobre cómo las CHW pueden ayudar con el cuidado personal y los consejos para la revelación. Distribuya el folleto Consejos para las CHW: cómo ayudar a los clientes con la revelación.
11. Revise la diapositiva 15, distribuya el folleto Los 13 pasos para una mejor escucha activa. Pídales a las participantes que lean cada técnica.
12. Revise las diapositivas 16 a 19 sobre un cliente que intenta revelar la información a un niño, las etapas del duelo y la contratransferencia.
13. Indique la actividad del escenario posible, diapositiva 19.
14. Indique el análisis sobre qué tan cómodos se sienten las participantes acerca de su capacidad para apoyar a los clientes con la revelación en la diapositiva 20.
15. Cierre la actividad. Cierre con el video "La revelación: charla para la mesa familiar" (opcional). Agradezca a las participantes por las contribuciones y el compromiso activo. Revise la diapositiva de resumen y comparta la diapositiva final con recursos adicionales. Destaque que, como CHW, tienen una función única como miembros del equipo de atención del VIH para dedicar tiempo y apoyar a las personas con VIH a administrar su vida, incluido a quién eligen revelar su estado.



Recursos

Stages of Change: <http://www.cpe.vt.edu/gttc/presentations/8eStagesofChange.pdf>

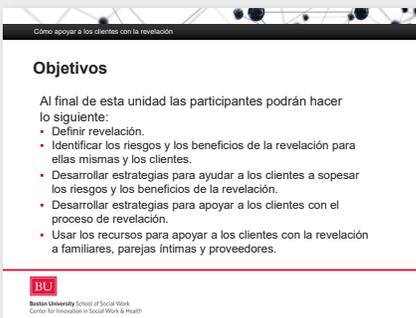
Become a Better Listener: Active Listening disponible en <https://psychcentral.com/lib/become-a-better-listener-active-listening/> de John M. Grohol, Psy.D.

The 7 Stages of Grief: Through the Process and Back to Life disponible en www.recover-from-grief.com/7-stages-of-grief.html

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

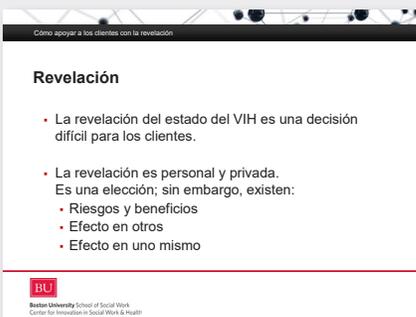


DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2

Revise los objetivos.



DIAPPOSITIVA 3

Revise la diapositiva.

¿Qué es la revelación? El diccionario lo define como "revelar, admitir". El término se usa en finanzas, derecho y bienes raíces. La mayoría de las veces pensamos en la revelación como autorrevelación. Es decir, estamos revelando algo acerca de nosotros mismos que de otra manera no es evidente y que tal vez no se lo revelamos a todos.

Decidir a quién revelar algo, qué revelar, por qué revelarlo, cuándo y dónde es un proceso continuo para los clientes, uno que es estresante, genera miedo y ansiedad y puede cambiar las relaciones.

La decisión de revelar es personal. Hay riesgos y beneficios que sopesar y hay temores que superar. El objetivo de esta unidad es proporcionarles información y recursos para ayudarlas a ayudar a los clientes con la decisión de revelar la información.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

La revelación es un continuo

- Autorrevelación: revelar algo sobre nosotros que no es evidente
- Las decisiones de autorrevelación varían según las circunstancias
- Los resultados de la autorrevelación también varían
- No existe una guía perfecta para revelar el estado

 Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health



ACTIVIDAD: LOS RIESGOS Y BENEFICIOS DE LA REVELACIÓN

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Revelación del VIH: beneficios

- Alienta a una persona a ser abierta (libre) para recibir apoyo confiable.
- Permite que una persona mantenga informados a sus amigos y seres queridos sobre temas importantes para ellos.
- Reduce la ansiedad, el miedo y la preocupación.
- Ayuda a una persona a sentirse mejor consigo misma.
- Ayuda a una persona a ser más auténtica con las personas en las que confía.
- Disminuye la necesidad de ser reservado (p. ej., ocultar medicamentos), lo que les permite recibir apoyo (p. ej., para el cumplimiento del tratamiento).
- Ayuda a reducir el estigma asociado con el VIH.
- Fomenta la comunidad con otras personas que viven con el VIH.
- Reduce el estrés mental.
- Cumple con las leyes de revelación legal para algunos estados.

 Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 4

Revise la diapositiva.

La revelación personal es una realidad para todos, y cada uno de toma decisiones muchas veces al día sobre revelar o no revelar información sobre nosotros mismos. Algunas veces esas decisiones son fáciles y otras difíciles. A veces revelamos a unos pocos (y esperamos que lo mantengan en silencio) y a veces se lo decimos a todos.

La revelación del estado del VIH es difícil y la dificultad a veces surge de la reacción que creemos que la otra persona podría tener. Todavía hay tanto estigma y miedo asociados con el VIH que la revelación puede ser arriesgada. Podemos conocer a alguien que ha sido rechazado por familiares o seres queridos, despedido de su trabajo o rechazado por sus amigos después de revelar su estado de VIH. También podemos conocer a alguien que se haya beneficiado de la revelación; ganó fuerza, confianza y encontró apoyo y amor por quién es después de revelar el secreto.

DIAPPOSITIVA 5

Actividad: Lluvia de ideas sobre los riesgos y beneficios

- Preparación: Antes de que comience la sesión, coloque dos hojas de papel de rotafolio por el aula, una con la palabra “beneficios” y la otra con la palabra “riesgos”.
- Dé las siguientes instrucciones: existen beneficios y riesgos para las personas con VIH que revelan su estado. Con las notas adhesivas frente a ustedes, escriban todos los beneficios y riesgos que puedan pensar relacionados con alguien que revela su estado de VIH y luego pónganlos en la hoja correspondiente. Brinde cinco minutos para la actividad, luego revise en grupo.
- Revise las siguientes diapositivas para cubrir los riesgos y los beneficios que las participantes no presentaron.

DIAPPOSITIVA 6

La revelación tiene sus beneficios. Sin embargo, los beneficios de la revelación pueden ser diferentes para todos. Con la revelación, se alienta a una persona a ser abierta y compartir su estado de VIH y obtener el apoyo de las personas en quienes confía.

La revelación ayuda a reducir la ansiedad, el miedo y la preocupación por lo desconocido. Las personas con VIH pueden sentirse mejor al compartir un aspecto importante de su vida. Ya no tienen que esconderse y colabora de forma indirecta a estimular el sistema inmunitario, que se ve afectado por el estrés.

La revelación los ayuda a sentirse genuinos con otros a quienes les importan y en quienes confían; ya no necesitan ser reservados, esconderse cuando toman medicamentos o inventar razones para citas médicas. Reduce el estigma asociado con vivir con el VIH, en especial cuando se conectan con otras personas que también viven con el VIH; comienzan a construir una red de apoyo.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Revelación del VIH: riesgos

- Estigma
- Riesgo de discriminación (es decir, efecto en la carrera o la vida personal)
- Riesgo de criminalización
- Daño emocional o físico
- Falta de respeto a la privacidad: miedo a los demás
- Rechazo
- Falta de una red social fuerte
- Sentirse avergonzado, culpable, sucio, juzgado como irresponsable (p. ej., no puede protegerse a sí mismo)
- Homofobia
- Carga para los demás

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 7

Las personas con VIH todavía están estigmatizadas y desafortunadamente eso no desaparecerá pronto. Por supuesto, podemos hacer mucho para combatir el estigma; principalmente, normalizarlo hablando de esto con la comunidad en las escuelas, las universidades, las iglesias, entre otros.

- La revelación puede afectar una carrera en cualquier nivel de trabajo (por ejemplo, camarero en un restaurante, dentista, enfermera, entre otros) y puede afectar su vida personal (por ejemplo, amigos y familiares que no entienden cómo se transmite la enfermedad pueden actuar de forma negativa por la ignorancia).
- Las personas han experimentado daños emocionales y físicos, incluso la muerte después de revelar su estado o si alguien se enteraba de su estado.
- Sentir miedo de que otros no respeten la privacidad: hablaremos sobre consejos y consideraciones para compartir con los clientes cuando estén pensando en revelar su estado.
- El rechazo, sentirse avergonzado, culpable, sucio, juzgado como irresponsable y la falta de una red social fuerte pueden causar aislamiento y retraimiento.
- La homofobia es real; las personas pueden ser rechazadas y puestas en peligro debido al miedo y la ignorancia.
- Cargar a los demás con responsabilidades: los niños pueden sentir que tienen que cuidar a un padre que vive con el VIH, los miembros de la familia pueden recibir noticias de un diagnóstico del que pueden no tener conocimiento, o incluso temerle.

La investigación indica que, en la mayoría de las situaciones, los beneficios significativos superan los riesgos y que la mayoría de las personas siente poco o ningún arrepentimiento después de la revelación.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Etapas de cambio y revelación

```
graph TD; A[Precontemplación] --> B[Contemplación]; B --> C[Preparación]; C --> D[Acción]; D --> E[Mantenimiento]; E --> A; F[Reconsideración (recaida)] -.-> A;
```

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 8

Repase brevemente el folleto del modelo de las etapas de cambio.

Trabajar con los clientes para ayudarlos a pensar dónde están en el espectro de revelación es útil para determinar cuál será su próxima medida. ¿Están al principio, en la precontemplación, no están pensando en revelar, o están en la etapa de acción, listos para revelar su estado a pequeña escala a una o más personas? ¿O están listos para revelar su estado a una audiencia en el Día Mundial del SIDA?

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Pautas generales para decirles a los demás que eres VIH positivo

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 9

Revise el folleto Análisis y guía de juego de roles: cómo decirles a los demás que eres VIH positivo. Las CHW pueden realizar un análisis o un juego de roles con los clientes para ayudarlos a guiar su decisión de revelar o no.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Consejos para la revelación: preparación, acción y comportamiento

- Prepárese: infórmese sobre el VIH.
- Brinde recursos (p. ej., artículos o un número de teléfono de la línea directa) a la persona a quien le cuenta.
- Obtenga apoyo.
- Hable con alguien de su confianza y elabore un plan.
- Acepte la reacción.
- No puede controlar cómo otros tomarán sus noticias.
- Si se lo dice a otra persona o a su pareja, pueden ser útiles otros recursos u hojas de datos sobre I=I o PrEP.

Fuente: <http://www.thebody.com>

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Consejos para la divulgación (continuación)

- Sea selectivo
- Considere las seis preguntas
 1. ¿A quién le cuenta?
 2. ¿Qué les quiere contar sobre su estado de VIH?
 3. ¿Qué espera de las personas a las que les está revelando su estado de VIH?
 4. ¿Cuándo debería decirles?
 5. ¿Cuál es el mejor lugar para tener esta conversación?
 6. ¿Por qué les está contando?

Fuente: <http://www.thebody.com>

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Consejos y consideraciones sobre el cuidado personal

Como CHW

- ¿Qué pueden hacer para cuidarse cuando están trabajando con un cliente sobre la revelación?
- ¿Qué deben tener en cuenta al trabajar con un cliente en cuanto a la revelación?
- ¿Cuáles son algunas pautas que le sugerirían a un cliente cuando se está preparando para revelar su estado de VIH?

Fuente: <http://www.thebody.com>

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 10

- Las CHW pueden capacitar al cliente de las siguientes maneras con respecto a su preparación, acciones y comportamientos antes de revelar su estado: revise la diapositiva.
- Alienten al cliente a obtener conocimiento sobre el VIH, de esa manera puede obtener respuestas a las preguntas de la persona a quien está revelando su estado. El conocimiento del cliente puede asegurarle a la persona que las cosas estarán bien.
- Tengan recursos disponibles. Hay sitios web actualizados y objetivos donde se pueden obtener folletos informativos y otros recursos.
- En función de cómo vaya el proceso de revelación, la CHW puede brindar apoyo o es posible que deba derivar al cliente para buscar terapia profesional y así controlar las emociones.
- Alienten al cliente a pensar en lo que sabe acerca de la persona a la que le está revelando su estado y a tratar de anticipar la reacción, pero también aceptar cómo la persona puede reaccionar ante las noticias. En última instancia, solo podemos controlarnos a nosotros mismos y no cómo responden los demás a la información.

DIAPPOSITIVA 11

Pídale a una participante que lea la diapositiva.

DIAPPOSITIVA 12

Actividad grupal: Las CHW y el cuidado personal y consejos y consideraciones que las CHW pueden compartir con los clientes

- Divida a las participantes en dos grupos. Escriba en dos hojas de rotafolio: Las CHW y el cuidado personal y consejos para la revelación.
- Instruya a las participantes: la revelación puede ser estresante tanto para las CHW como para los clientes. Haga que un grupo identifique consejos que las CHW pueden compartir con los clientes para la divulgación y que el otro identifique prácticas de cuidado personal. Cada grupo tendrá una persona que escriba las respuestas y otra que las comunicará. Brinde 10 minutos para que los grupos debatan.
- Pídeles a los grupos que compartan sus respuestas. Revise las diapositivas para ver los consejos que los grupos no cubrieron.
- Distribuya el folleto Consejos y consideraciones para las CHW mientras trabajan con los clientes en torno a la revelación.

Pregunte: “¿Cuál es su nivel de confianza para apoyar las decisiones de revelación de los clientes?” Dígales a las participantes que tengan presente esta pregunta mientras trabajan en los escenarios posibles.

Distribuya el folleto Los 13 pasos para una mejor escucha activa. Esto puede ser útil para guiar a las CHW en las conversaciones con los clientes y se utilizará durante los escenarios posibles.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Las CHW y el cuidado personal

- Apoyar y asesorar a los clientes sobre la revelación puede ser estresante.
- Las CHW pueden sentir presión (de ellas mismas o del cliente) para dar consejos y, a su vez, sentirse frustradas cuando los clientes no cumplen.
- Vayan al ritmo del cliente y conozcan sus límites.
- Recuerden que la revelación es una decisión que debe tomar el cliente; no ustedes.
- Existen otras formas de manejar situaciones estresantes:
 - Intenten realizar actividad física.
 - Asegúrense de descansar y comer bien.
 - Hablen al respecto.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Consejos y consideraciones para las CHW al trabajar con clientes en torno a la divulgación

- Las CHW pueden ayudar a los clientes a considerar por qué quieren revelar su estado.
- Alienten a los clientes a elegir un momento y un lugar cómodos y apropiados para la revelación.
- Tono: tiene mucho que ver con cómo las personas pueden escuchar lo que les está diciendo. Estar calmados y brindar hechos pueden ayudar a informar su reacción y minimizar sus temores.
- Los clientes deben asegurarse de estar seguros tanto a nivel emocional como físico.
- Los clientes pueden anticipar cómo la persona podría reaccionar a la revelación de su estado.
- Alienten a los clientes a pedir lo que quieren y no quieren de la persona ante la que se están revelando.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

Cómo apoyar a los clientes con la revelación



BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 13

Las CHW pueden ayudar a los clientes mientras mantienen su propio cuidado personal. Sin embargo, las CHW pueden experimentar sentimientos de transferencia y contratransferencia, en especial si la CHW es una persona que vive con el VIH, si tiene un miembro de la familia que vive con el VIH o si tiene experiencia con la revelación de otro evento traumático de la vida. Las CHW a veces pueden sentir presión para dar consejos y, a su vez, sentirse frustradas cuando los clientes no cumplen.

Nunca se sabe cómo va a ser la revelación. Las CHW pueden aconsejar a los clientes a que adquieran más conocimiento, trabajen con un sistema de apoyo, como un grupo de ayuda, o elijan a una CHW para hablar; sin embargo, la decisión de revelar depende finalmente del cliente.

DIAPPOSITIVA 14

Puede ser difícil decidir si revelar el estado o no, pero las CHW pueden ayudar a los clientes a considerar por qué y cuándo hacerlo. En otras palabras, debe haber un propósito de autorrevelación.

Algunos puntos que las CHW pueden analizar con el cliente es asegurarse de que haya un lugar tranquilo sin distracciones y asegurarse de que el cliente tenga el tiempo adecuado para la reacción a las noticias.

El cliente también debe tener claro lo que quiere o no quiere recibir de la persona a quien le está divulgando su estado. Por ejemplo, si le está revelando su estado a una persona importante porque quiere ser abierto y honesto, entonces no puede esperar que responda a las noticias de inmediato y, en cambio, debe darle el tiempo para procesar lo que ha escuchado, tal como ocurrió cuando el cliente recibió su diagnóstico; llevó tiempo aceptar y comprender completamente lo que significaba un diagnóstico de VIH. Puede pedir a los familiares cercanos, los amigos y la pareja que no revelen su estado a otros.

DIAPPOSITIVA 15

Revise el folleto Los 13 pasos para una mejor escucha activa.

Tengan en cuenta estas técnicas cuando conversen con los clientes y cuando trabajemos en las dos actividades nuevas.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

¿Cómo puede una CHW ayudar a este cliente?
Un cliente está luchando con la revelación de su estado a los niños.

- A. Convenzan al cliente de que solo les cuente a los niños mayores.
- B. Interpreten diferentes escenarios con el cliente.
- C. Díganle al cliente que primero consulte con un terapeuta.
- D. Aconsejen al cliente que sea abierto y honesto, solo respondan las preguntas formuladas.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 16

Pregúnteles a las participantes qué respuesta elegirían. Después de escuchar algunas respuestas, señale que no hay una respuesta correcta o incorrecta. En realidad, depende del conocimiento sobre sus propios familiares que tenga la persona que revela su estado. Analice las opciones:

- A. Convencer al cliente de que solo hable con los niños mayores
Según la edad del niño, puede ser demasiado pequeño para comprender lo que significa el VIH y el SIDA y, por lo tanto, no comprende cómo lo afecta, mientras que un niño mayor ya ha tocado el tema en la escuela y definitivamente entiende que las noticias no solo afectan a la persona que las revela, sino también a la familia.
- B. El juego de roles en diferentes escenarios con el cliente puede brindarle la confianza de poder revelar su estado a familiares o amigos.
- C. Díganle al cliente que primero consulte con un terapeuta.
Ver a un terapeuta puede ayudarlo a prepararse para la revelación y la reacción que puede ocurrir. En un ejemplo, una clienta se divorció y admitió que contrajo el VIH de su exesposo. Estaba angustiada por cómo iba a contarles a sus hijos de distintas edades pero todos lo suficientemente mayores como para entender. Dijo que el terapeuta la ayudó a comprender cómo cada niño podría recibir la información. La clienta informó que el terapeuta fue muy acertado y le ayudó a ganar la confianza para revelar su estado.
- D. Aconseje al cliente que sea abierto y honesto y que solo responda las preguntas formuladas
¿Cuántas veces hemos dado información que nadie preguntó? Sea honesto, sea claro, pero sea breve y permita que los niños procesen lo que se les ha dicho. Esto les da tiempo para pensarlo y hacer preguntas más tarde.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Duelo y revelación del VIH

- Repasen el folleto de las 7 etapas del duelo.
- La revelación puede ser más difícil si un cliente no ha pasado por el proceso de duelo.
- Las etapas de duelo pueden ayudar a identificar dónde se encuentran los clientes en el proceso.
- Las CHW pueden revisar las etapas con los clientes.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 17

Distribuya el folleto de las 7 etapas del duelo y revise muy brevemente las etapas del duelo. Este folleto puede ser útil para guiar a las CHW en las conversaciones con los clientes. Muchos sobrevivientes del VIH a largo plazo dijeron que la parte más dolorosa fue darse cuenta de que sus amigos se habían ido, pero que todavía estaban aquí. La revelación puede ser más difícil si un cliente no ha pasado por el proceso de duelo.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Contratransferencia y revelación

- Las CHW no pueden hacer este trabajo y no verse afectadas.
- Las CHW pueden experimentar sentimientos intensos hacia los clientes con problemas relacionados con la divulgación.
- Las CHW pueden tener un sesgo hacia la divulgación.
- Identificar los sentimientos y las creencias en la supervisión puede ayudar a las CHW a "encontrarse con los clientes donde ellos están".

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 18

Revise la diapositiva.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Escenarios posibles: revelación del VIH

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 19

Actividad de escenario posible

- Divida a las participantes en dos grupos y distribuya el folleto de Escenarios posibles: la revelación del VIH. Cada grupo debe seleccionar a una persona que anotará las respuestas y a otra que las compartirá con todas las participantes.
- Un grupo analizará a Tonya, el otro a James. Haga que los grupos realicen un análisis durante unos minutos, utilizando también al folleto de la actividad de revelación, y que luego informen sobre cómo podrían ayudar a estos clientes.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

¿Cuál es su nivel de confianza para apoyar las decisiones de revelación de los clientes?

- Pregunta de análisis: ¿Qué grado de seguridad tienen en su capacidad de apoyar (asistir, ayudar) a los clientes a tomar decisiones relacionadas con la revelación?
 1. Muy segura
 2. Segura
 3. Algo segura
 4. Insegura
- ¿Hay situaciones especiales que implican la revelación?
- ¿Qué apoyos adicionales se necesitan para ayudarlo?

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 20

Preguntas finales de análisis

- Pídales a las participantes que levanten la mano y compartan lo cómodas que se sienten con su capacidad de apoyar a los clientes con la revelación.
- En función del tiempo, pregunte: “¿Qué apoyos adicionales se necesitan para ayudarlo?”
- Expliquen que puede haber situaciones especiales que impliquen la revelación del estado (p. ej., es posible que una CHW que trabaja con menores deba revelar su estado al personal de la escuela o en un tribunal)
- Cuando se solicita información o es necesario realizar una revelación sobre un cliente, la CHW necesitará el consentimiento del cliente y, además, una autorización de revelación de información firmada por el cliente o tutor.

Muestre el video opcional, La divulgación: charla para la mesa familiar
<https://www.youtube.com/watch?v=NfwwUgQuiTE>

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Resumen

- Muchas personas con VIH sienten la necesidad de contar su historia.
- También se benefician al escuchar las historias de otras personas.
- Hablar entre ellos acerca de la revelación proporciona un foro en el que sienten que el cambio es posible.
- La revelación les permite a las personas con VIH compartir su experiencia con otros.
- La revelación es personal y privada; siempre es la elección del cliente, no la suya.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 21

Revise la diapositiva.

Cómo apoyar a los clientes con la revelación

Recursos

- PEER Center: <https://clewh.org/project/peer-center/>
- “Eight HIV-Positive Folks Talk (Anonymously) About Why They Stay in the HIV Closet” (24 de abril de 2018), de The Body: <https://www.thebody.com/slideshow/eight-hiv-positive-folks-talk-anonymously-about-why-they-stay-in-the-hiv>
- “The Stages of Change”: <http://www.cpe.vt.edu/ottc/presentations/8eStagesofChange.pdf>
- “Become a Better Listener: Active Listening” | Psych Central, de John M. Grohol, Psy.D <https://psychcentral.com/lib/become-a-better-listener-active-listening/>
- “7 Stages of Grief”: www.recover-from-grief.com/7-stages-of-grief.html

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 22

Comparta los recursos con las participantes.

Modelo de las etapas de cambio

De acuerdo con el Modelo de las etapas de cambio, el cambio de comportamiento es un proceso que implica pasar por una serie de cinco etapas principales: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento.

Etapa 1. Precontemplación (*no está listo*)

En esta etapa, las personas no tienen la intención de actuar en el futuro cercano y pueden ignorar que su comportamiento es problemático.

Cómo trabajar con alguien en la etapa de precontemplación: alíenlos a pensar en las ventajas de cambiar su comportamiento y a sentir emociones sobre los efectos de su comportamiento negativo en los demás. Ayúdenlos a ser más conscientes de la toma de decisiones y a estar más atentos a los beneficios múltiples de cambiar un comportamiento poco saludable.

Etapa 2. Contemplación (*en preparación*)

En esta etapa, las personas comienzan a reconocer que su comportamiento es problemático y comienzan a mirar las ventajas y desventajas de sus acciones continuas. Quienes se encuentran en esta etapa tienen la intención de comenzar un comportamiento saludable dentro de los próximos seis meses.

Cómo trabajar con alguien en etapa de contemplación: si bien por lo general son conscientes de las ventajas del cambio, las desventajas son casi iguales a las ventajas. Esta ambivalencia sobre el cambio puede hacer que sigan posponiendo la acción. Alíenlos a trabajar para reducir las desventajas de cambiar su comportamiento.

Etapa 3. Preparación (*listo*)

Las personas en esta etapa están listas para comenzar a tomar medidas en los próximos 30 días. Toman pequeños pasos que creen que pueden ayudarlas a que el comportamiento saludable sea parte de sus vidas. Por ejemplo, les dicen a sus amigos y familiares que quieren cambiar su comportamiento.

Cómo trabajar con alguien en la etapa de preparación: alíenlos a buscar el apoyo de amigos en quienes confíen, contarles a las personas sobre su plan de cambio y pensar en cómo se sentirían si se comportaran de una manera más saludable. La principal preocupación es: cuando actúen, ¿fallarán? Aprenden que cuanto mejor preparados estén, más probabilidades tienen de seguir progresando.



Etapa 4. Acción

En esta etapa, las personas hacen ajustes específicos para cambiar su comportamiento problemático o adquirir nuevos comportamientos saludables.

Cómo trabajar con alguien en la etapa de acción: pueden enseñarles a las personas técnicas para mantener sus compromisos, como sustituir las actividades relacionadas con el comportamiento poco saludable por otras positivas, recompensarse a sí mismas por tomar medidas para cambiar y evitar a las personas y situaciones que los tientan a comportarse de manera poco saludable.

Etapa 5. Mantenimiento

Las personas en esta etapa cambiaron su comportamiento hace más de seis meses. Las personas mantienen la acción y se esfuerzan para evitar volver a su comportamiento problemático. Es importante que las personas en esta etapa sean conscientes de las situaciones que pueden tentarlos a volver a comportarse de manera poco saludable, en particular las situaciones estresantes.

Cómo trabajar con alguien en la etapa de mantenimiento: se recomienda que las personas en esta etapa busquen apoyo y hablen con personas en quienes confían, pasen tiempo con personas que se comporten de manera saludable y recuerden participar en actividades saludables para lidiar con el estrés en lugar de depender de un comportamiento poco saludable.

Adaptado de Prochaska, JO; Velicer, WF. *The transtheoretical model of health behavior change. Am J Health Promotion*, 1997. Sep.-Oct.; 12(1):38-48.

Análisis y guía de juego de roles: cómo decirles a los demás que es VIH positivo

Aquí se incluyen algunas preguntas que las CHW pueden revisar para representar o para analizar con los clientes:

- ¿Por qué quiere contarles?
- ¿Por qué siente que necesitan saber?
- ¿Qué espera de la persona a la que le está contando?
- ¿Cuáles son los beneficios y los riesgos de revelar su estado?
- ¿Qué pasa si no lo toman bien?
- ¿Cómo me sentiré si le cuentan a alguien más?
- ¿Qué quiere de ellos?
- Anticípense a la reacción de la persona (mejor/peor escenario)

Actividad de revelación

Objetivos de la actividad:

1. Comprender a quién los clientes deben revelar su estado
2. Comprender por qué las personas revelan su estado
3. Identificar estrategias para ayudar a los clientes con la revelación

QUIENES DEBEN REVELAR SU ESTADO:

Los clientes deben ser selectivos con las personas a quienes revelan su estado. Es su decisión personal. Algunos estados tienen leyes que exigen que los clientes revelen su estado antes de encuentros sexuales, compartir agujas o antes de recibir atención médica.

¿POR QUÉ LA GENTE REVELA SU ESTADO?

1. Quieren que las personas puedan elegir
2. No quieren mantenerlo en secreto
3. Es un liberador de estrés porque mantener el secreto puede ser una carga pesada
4. Es una decisión moral

¿CUÁLES SON ALGUNOS CONSEJOS SOBRE LA REVELACIÓN?

1. Ser selectivo
2. Considerar estas seis preguntas
 - a. ¿A quién necesita contarle?
 - b. ¿Qué les quiere contar sobre su infección por VIH?
 - c. ¿Qué espera de las personas a las que les está revelando su estado de VIH?
 - d. ¿Cuándo debería decirles?
 - e. ¿Cuál es el mejor lugar para tener esta conversación?
 - f. ¿Por qué les está contando?

Consejos para las CHW: Cómo ayudar a los clientes con la revelación

Las CHW pueden considerar lo siguiente para ayudar a los clientes:

- Estar allí para apoyar al cliente en el momento de la revelación
- Alentar a los clientes a elegir un momento y un lugar cómodos y apropiados para la revelación.
- Tono: tiene mucho que ver con cómo las personas pueden escuchar lo que les está diciendo. Estar calmados y brindar hechos pueden ayudar a informar su reacción y minimizar sus temores.
- Los clientes deben asegurarse de estar seguros tanto a nivel emocional como físico.
- Los clientes pueden anticipar cómo la persona podría reaccionar a la revelación de su estado.
- Alentar a los clientes a pedir lo que quieren y no quieren de la persona a la que le están revelando su estado.
- Dar una sensación de esperanza: compartir su historia o proporcionar hechos
- Responder preguntas y disipar mitos.
- Proporcionar datos sobre el VIH/SIDA: educar.
- Ofrecer una conexión con los recursos.
- Ofrecer realizar un seguimiento por teléfono en un par de semanas.
- Conocer las leyes en su estado y registrar la visita de revelación con el cliente.
- Recordar que los clientes pueden estar indecisos con su toma de decisiones y eso no es un reflejo de ustedes.
- Consultar con el supervisor.
- Para aliviar el estrés, pueden hablar con el supervisor y otros compañeros de trabajo de apoyo acerca de sus sentimientos.
- Para tener en cuenta: el agotamiento, el compromiso excesivo y extenderse más allá de lo esperado no proporciona equilibrio.

Escenarios posibles: Revelación del VIH

Revelación del VIH

Tonya (revelación del VIH)

Tonya es una mujer latina de 19 años que ama la moda. Pasa varias horas por día mejorando su apariencia, asegurándose de que su aspecto esté listo para una alfombra roja. Es popular entre sus amigas y es la persona ideal para consultar sobre estilos de alta costura y maquillaje y cabello perfectos. Sueña con tener un título en diseño de moda. En una visita reciente a la oficina, Tonya descubrió dos cosas que amenazan sus planes para el futuro. Se enteró de que estaba embarazada y dio positivo para VIH.

Durante los últimos meses ha estado recibiendo atención perinatal y está tomando medicamentos contra el VIH. Se está adaptando al diagnóstico del VIH, pero tiene mucho miedo de decírselo a su pareja. En este momento, las cosas van bien con él. Su pareja de 22 años tiene un trabajo decente; vende seguros de automóviles. Él la apoya y quiere estar con ella para criar a su hijo por nacer, pero el conocimiento de su diagnóstico de VIH podría cambiar todo.

Mientras Tonya lidia con la situación, ve que sus sueños se alejan cada vez más. Escribe en su diario, “¿Por qué debería molestarme? Esta es una situación desesperada”. Además del médico, el diario de Tonya es el único testigo de su lucha interna. Cada momento de su día parece estar lleno de debates sobre si contarle a su pareja sobre su estado de VIH. La carga la deja completamente avergonzada y sin valor. Su médico notó los cambios en su estado de ánimo y la alentó a hablar con ustedes acerca de contarle a su pareja sobre su estado.

¿Qué estrategias pueden usar para ayudar a Tonya a hacer un plan para contarle a su pareja sobre su estado?



James (revelación del VIH)

James es un hombre heterosexual de 46 años que ha estado viviendo con el VIH durante 5 años. Ha trabajado duro para construir una vida estable y feliz. Le encanta su empleo. Ha trabajado para la ciudad de Pasadena durante los últimos 10 años y se imagina jubilándose con ese puesto. Los fines de semana, James está activo y disfruta del diseño de paisajes, el patinaje y el tenis. Su vida es buena, pero desea una compañera de vida.

Mientras jugaba al tenis, conoció a una mujer con la que ha estado saliendo durante los últimos tres meses. La relación está progresando y James debe decidir si revelará su estado de VIH. Hasta la fecha, no han hablado sobre su salud reproductiva personal. Aunque James está motivado para compartir su estado, no está seguro de cómo hacerlo. Su mente repite numerosas historias que ha escuchado de sus compañeros que han tenido experiencias negativas cuando se lo revelaron a otros. James cree que decir la verdad es muy importante, pero los sentimientos de rechazo paralizantes se oponen a su deseo de revelar su estado de VIH.

¿Qué estrategias pueden usar para ayudar a James a hacer un plan para contarle a su pareja sobre su estado?

Los 13 pasos para mejorar las habilidades de escucha activa

1. Reiteración

Para demostrar que están escuchando, repitan de vez en cuando lo que creen que dijo la persona: no deben repetir como un loro, sino parafrasear lo que escucharon con sus propias palabras. Por ejemplo, “Veamos si tengo claro esto. . .”

2. Resumen

Reúnan los hechos y las partes del problema para verificar la comprensión, por ejemplo, “Entonces me parece que. . .” O “¿Es así?”

3. Estímulos mínimos

Usen indicaciones breves y positivas para mantener la conversación y mostrar que están escuchando, por ejemplo, “ah-ha”, “¡Ah!” “Entiendo”, “¿Entonces?” “¿Y?”

4. Reflexión

En lugar de simplemente repetir, reflejen las palabras del hablante en términos de sentimientos, por ejemplo, “Esto le parece realmente importante. . .”

5. Comentarios

Díganle a la persona cuáles son sus pensamientos iniciales sobre la situación. Compartan información pertinente, observaciones, ideas y experiencias. Luego, escuchen con atención para confirmar.

6. Etiquetado de emociones

Poner los sentimientos en palabras a menudo ayudará a una persona a ver las cosas de manera más objetiva. Para ayudar a la persona a comenzar, usen “facilitadores”, por ejemplo, “Siento que se siente frustrado. . . preocupado. . . ansioso. . .”

7. Sondeo

Hagan preguntas para atraer a la persona y obtener información más profunda y significativa, por ejemplo, “¿Qué cree que pasaría si usted. . .?”



8. Validación

Reconozcan los problemas, las dificultades y los sentimientos de la persona. Escuchen abiertamente y con empatía, y respondan de manera interesada, por ejemplo, “Agradezco su disposición para hablar sobre un tema tan difícil. . .”

9. Pausa efectiva

Pausen de forma deliberada en puntos clave para enfatizar. Esto le dirá a la persona que están diciendo algo que es muy importante para ellos.

10. Silencio

Permitan silencios cómodos para disminuir el ritmo del intercambio. Denle tiempo a una persona para pensar y hablar. El silencio también puede ser muy útil para difundir una interacción improductiva.

11. Mensajes de “yo”

Al usar “yo” en sus afirmaciones, se enfocan en el problema, no en la persona. Un mensaje de “yo” le permite a la persona saber lo que sienten y por qué, por ejemplo, “Sé que tiene mucho para decir, pero necesito. . .”

12. Redirección

Si alguien muestra signos de ser demasiado agresivo, estar agitado o enojado, este es el momento de llevar la conversación hacia otro tema.

13. Consecuencias

Parte de los comentarios puede incluir hablar sobre las posibles consecuencias de la inacción. Tengan en cuenta lo que dice la persona, por ejemplo, “¿Qué sucedió la última vez que dejó de tomar el medicamento que le recetó el médico?”

Las 7 etapas del duelo

1. CONMOCIÓN Y NEGACIÓN

Probablemente al enterarse de la pérdida reaccionará con incredulidad. Quizás niegue la realidad de la pérdida en algún nivel, para evitar el dolor. La conmoción brinda protección emocional para evitar sentirse abrumado de golpe. Esto puede durar semanas.

2. DOLOR Y CULPA

A medida que desaparece la conmoción, se reemplaza con el sufrimiento de un dolor inimaginable. Aunque es terrible y casi insoportable, es importante que experimente el dolor por completo y no lo oculte, lo evite ni escape con el alcohol o las drogas.

Es posible que tenga sentimientos de culpa o remordimiento por las cosas que hizo o no hizo con su ser querido. La vida se siente caótica y aterradora durante esta fase.

3. IRA Y NEGOCIACIÓN

La frustración da paso a la ira es posible que usted arremeta contra y le eche la culpa injustificada de la muerte a otra persona. Intente controlar esto, ya que puede causar daños permanentes en sus relaciones. Este es un momento para liberar la emoción acumulada.

Quizás vaya en contra del destino, preguntándose “¿Por a mí?” También es posible que trate de negociar en vano con el universo para salir de su desesperación (“Nunca volveré a beber si lo trae de vuelta”)

4. “DEPRESIÓN”, REFLEXIÓN, SOLEDAD

Justo cuando sus amigos piensan que debería seguir adelante con su vida, probablemente comience un largo período de triste reflexión. Esta es una etapa normal del duelo, así que no se deje engañar por extraños bien intencionados. El estímulo de los demás no es útil para usted durante esta etapa de duelo.

Durante este tiempo, finalmente se da cuenta de la verdadera magnitud de su pérdida, y eso lo deprime. Quizás se aisle a propósito, reflexione sobre lo que hizo con su persona perdida y se concentre en los recuerdos del pasado. Es posible que experimente sensaciones de vacío o desesperación.

5. RESTABLECIMIENTO

A medida que comienza a adaptarse a la vida sin su ser querido, su vida se vuelve un poco más tranquila y organizada. Sus síntomas físicos disminuyen y su “depresión” comienza a aliviarse ligeramente.

6. RECONSTRUCCIÓN Y SOLUCIÓN

A medida que se vuelve más funcional, su mente comienza a funcionar nuevamente y se hallará buscando soluciones realistas a los problemas que plantea la vida sin su ser querido. Comenzará a trabajar en problemas prácticos y financieros y a reconstruirse a usted y a su vida sin él o ella.



7. ACEPTACIÓN Y ESPERANZA

Durante esta etapa, la última de las siete en este modelo de duelo, aprende a aceptar y lidiar con la realidad de su situación. La aceptación no necesariamente significa felicidad instantánea. Dado el dolor y la agitación que ha experimentado, nunca puede volver al USTED sin preocupaciones y sin problemas que existía antes de esta tragedia. Pero encontrará un camino a seguir.

Comenzará a mirar hacia adelante y a planificar cosas para el futuro. Eventualmente, podrá pensar en su ser querido perdido sin dolor; sí con tristeza, pero el dolor desgarrador se habrá ido. Una vez más, anticipará algunos buenos tiempos por venir, y sí, incluso encontrará alegría nuevamente en la experiencia de vivir.

Agradecimientos

Este plan de estudios está basado en y adaptado de otros planes de capacitación para educadores pares y promotoras de salud, como el plan Pilares para el éxito entre pares (<https://ciswh.org/resources/HIV-peer-training-toolkit>) y el plan del Centro de Capacitación Comunitaria del Departamento de Salud del Condado de Multnomah (<https://multco.us/health/community-health/community-capacitation-center>)

Equipo

Serena Rajabiun

Simone Phillips

Alicia Downes

Maurice Evans

LaTrischa Miles

Jodi Davich

Beth Poteet

Rosalía Guerrero

Precious Jackson

María Campos Rojo

Este proyecto es y ha sido financiado por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS) con el número de subvención U69HA30462 "Mejor acceso a la atención médica: promotoras de salud para mejorar el vínculo con y la retención en la atención del VIH" (\$2 000 000 para fondos federales). Esta información o contenido y las conclusiones pertenecen al autor y no deben interpretarse como la posición ni la política oficial de la HRSA, el HHS o el gobierno de los EE. UU.

Cita sugerida:

Boston University Center for Innovation in Social Work & Health. (2019). *A Training Curriculum for Using Community Health Workers to Improve Linkage and Retention in HIV Care*. Extraído de <http://ciswh.org/chw/>



Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health