



Por: José Fernando Giraldo Hernández
Presidente Fundación Plataformas

Querido Lector(a),
Para la Fundación Plataformas, es un orgullo presentar este formato digital de "En Frecuencia", desde donde queremos estar en la misma sintonía con nuestros usuarios, proveedores y sociedad en general. Queremos abordar diversos temas: notas periodísticas, avances de la estrategia Teleconecta diseñada para asesorar en temas de VIH, tuberculosis y Covid19, columnas y datos de salud, con las cuales esperamos mantenerlos informados mes a mes, y a la vez nos permitirá educar en derechos, promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Los y las invito a leerlos y a apropiarse de esta estrategia creada por ENTerritorio con recursos del

Fondo Mundial, para continuar luchando en la reducción de brechas frente al VIH/Sida, Tuberculosis y Covid -19. Estamos a una llamada o un mensaje de Whatsapp de distancia, con un equipo de profesionales idóneos que siempre están prestos a ayudarlos. Los resultados que les iremos presentando son el fruto del trabajo incansable de todo nuestro personal que a diario lucha por la garantía efectiva de los derechos de las personas que viven con estos diagnósticos y que requieren de medicamentos, gestión de servicios ante sus IPS, apoyo psicosocial, asesoría jurídica y pruebas de diagnóstico. Recuerden que estamos "en la misma frecuencia", para escucharte, ayudarte y enrutarte!!.



Por: Diego Alejandro García
Psicólogo

Teleconecta pone al alcance de personas que viven con VIH un grupo de apoyo

• Los encuentros del grupo de apoyo se realizarán cada quince días, los días jueves, de forma virtual y se garantizará total confidencialidad.



fuertemente la adherencia al tratamiento, la experiencia de vivir con la patología y el bienestar mental de quien posee la enfermedad. Es así que desde la línea de teleasesoría "Teleconecta" se ha pensado en implementar un grupo de auto apoyo, dándole un reconocimiento especial al impacto positivo que estos generan en el proceso de adaptación al diagnóstico, pues este posibilita que quien desee formar parte, pueda adquirir y fortalecer recursos psicológicos, conocimientos y herramientas apoyados en la experiencia de vida de los participantes y en los procesos psicoeducativos que allí se dan, por eso, si estás interesado o interesada en vincularse, puede escribir al número de Whatsapp 314 8214161.

El VIH es una enfermedad crónica que en la actualidad se ha visto atravesada por ideas erróneas respecto a su tratamiento, a los sectores poblacionales que afecta, al manejo de la enfermedad y a la calidad de vida que posee una persona que vive con el virus. Lo anterior, ha generado una idea equivocada de lo que es vivir con el virus, contribuyendo a crear y mantener un ambiente de estigma, discriminación y rechazo que hace más difícil hacer frente al diagnóstico. Es este ambiente el que impide también el que las personas puedan adaptarse al diagnóstico recibido, produciendo así que se pueda prolongar el malestar psicológico a causa de las implicaciones sociales, familiares y relacionales que tiene la enfermedad. Ante este contexto, las redes de apoyo toman gran importancia en el proceso de adaptarse a una vida con un diagnóstico seropositivo, pues el contar con familia, amigos, un grupo o una pareja que permita la expresión de emociones, escucha y crear ambientes de confianza sin sentirse señalados, favorecerá

En marzo, fue el mes para conmemorar la lucha contra la Tuberculosis

• 70 usuarios fueron atendidos durante brigada realizada por Plataformas en Pereira, en el marco del proyecto de Teleconecta.



Por: Jorge Leonardo y Leidy Johana Tamayo López

Auxiliares en enfermería - Teleasesores

causa la tuberculosis, tu sistema inmunitario generalmente evita que te enfermes. Por este motivo, los médicos distinguen entre:

- **La tuberculosis latente.** Estás infectado de tuberculosis, pero la bacteria en tu organismo está en estado inactivo y no presentas síntomas. Esta es también llamada **tuberculosis inactiva o infección por tuberculosis**, no es contagiosa. La tuberculosis latente se puede convertir en tuberculosis activa, por lo que el tratamiento es importante.
- **La tuberculosis activa.** También llamada enfermedad de tuberculosis, esta afección te enferma y, en la mayoría de los casos, puede contagiarse a otras personas. Puede manifestarse semanas o años después de la infección por la bacteria.



Cada año, el 24 de marzo se conmemora el Día mundial de la Tuberculosis (TB), una enfermedad infecciosa y potencialmente seria que afecta principalmente los pulmones. La bacteria que causa la tuberculosis se contagia de persona a persona a través de pequeñas gotitas diseminadas en el aire al toser o estornudar. Esto puede suceder cuando una persona con la forma activa de la tuberculosis no tratada tose, habla, estornuda, escupe, se ríe, o canta.

Muchas cepas de tuberculosis son resistentes a los medicamentos más utilizados para tratar la enfermedad. Las personas con tuberculosis activa deben tomar muchos tipos de medicamentos por meses para deshacerse de la infección y prevenir la resistencia a los antibióticos.

Síntomas

Si bien tu cuerpo puede hospedar la bacteria que

Los signos y síntomas de la tuberculosis activa incluyen:

- Tos que dura tres semanas o más
- Tos con sangre o moco
- Dolor en el pecho o dolor al respirar o toser
- Pérdida de peso involuntaria
- Fatiga
- Fiebre
- Sudoraciones nocturnas
- Escalofríos
- Pérdida del apetito
- Trabajan en la atención médica y tratan personas con alto riesgo
- de tuberculosis
- Tienen niños que están expuestos a adultos con riesgo de tuberculosis



Tuberculosis y VIH

Las personas que viven con VIH tienen muchas más probabilidades de contraer tuberculosis y pasar de la enfermedad latente a la activa que las personas sin VIH positivo. Cualquier persona puede tener tuberculosis, pero ciertos factores pueden aumentar el riesgo de padecer la enfermedad. Por lo cual se recomienda anualmente realizarse la prueba de tuberculina.

Prevención

Si tus resultados para infección tuberculosa latente son positivos, el médico quizás te indique que tomes medicamentos para reducir el riesgo de que se convierta en tuberculosis activa. Únicamente la tuberculosis activa es contagiosa.

Protege a tu familia y a tus amigos

Si tienes tuberculosis activa, por lo general, se necesitan varias semanas de tratamiento con medicamentos para dejar de contagiarse. Sigue estos consejos para prevenir que tus amigos y familiares se enfermen:

- **Quédate en casa.** No vayas a trabajar ni a la escuela, ni duermas en una habitación con otras personas durante las primeras semanas de tratamiento.
- **Ventila la habitación.** Los gérmenes de la

tuberculosis se propagan más fácilmente en pequeños espacios cerrados donde el aire no se mueve. Si no hace demasiado frío afuera, abre las ventanas y usa un ventilador para hacer salir el aire de adentro al exterior.

- **Tápate la boca.** Usa un pañuelo desechable para cubrirte la boca cada vez que te rías, estornudes o tosas. Coloca el pañuelo desechable sucio en una bolsa, ciérrala y deséchala.
- **Ponte una mascarilla.** Usar una mascarilla cuando estés con otra gente durante las primeras tres semanas del tratamiento puede reducir el riesgo de transmisión.

Te recomendamos terminas tu medicamento.

Esta es la medida más importante que puedes tomar para protegerte a ti mismo y a los demás contra la tuberculosis. Si abandonas el tratamiento temprano o te saltas dosis, la bacteria de la tuberculosis tiene la posibilidad de desarrollar mutaciones que le permiten sobrevivir a los medicamentos más potentes contra la enfermedad. El resultado son cepas más resistentes a los medicamentos, que son más letales y mucho más difíciles de tratar.



Palpitamos con nuestros usuarios

Por: Juan Pablo Carvajal
Coordinador Línea Teleconecta

Durante los meses comprendidos entre diciembre de 2021 a febrero de 2022, desde la línea de Teleconecta se han registrado 225 atenciones de la siguiente manera:

Llamadas o Chat realizadas por Sexo:
Varones: 47
Hembras: 8
Intersex: 1
Total: 56

Grupos Claves:
Hombres que tienen sexo con hombres - HSH: 28
Población General: 24
Trans: 2
Migrantes: 2

Atenciones brindadas:
Asesoría Jurídica: 2
Documentos de Identidad: 2
Solicitud de Medicamentos: 29
Apoyo Asistencial: 1
Asesoría Psicológica: 6
Solicitud de citas médicas: 2
Prevención: 4
Otros: 15



Teleasesores se actualizan en Guía Práctica clínica de VIH

Los integrantes del equipo humano de la línea de teleconecta, son constantemente actualizados en temas que redundan en beneficio de los usuarios de la línea de teleasesoría.

Durante el mes de marzo se capacitaban en Guía Práctica clínica de VIH y pruebas de tercera y cuarta generación, la cual fue dictada por el Gestor Proyecto VIH de ENTerritorio Giovanni Cano.