

INGLÉS
ENGLISH

FRANCÉS
FRANÇAIS

PORTUGUÉS
PORTUGUÉS

WOLOF
WOLOF

RUSO
РУССКИЙ

CASTELLANO
ESPAÑOL

ROMÂNĂ

VIH

EDIȚIE 2025

InfoVIHtal

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH



Sănătate mintală, migrație și HIV

git grupo de
trabajo sobre
tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE
UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO



VIH

Sănătate mintală, migrație și HIV

A trăi cu HIV – sau după un diagnostic recent – sau mutarea într-o altă țară poate avea un impact emoțional semnificativ, iar dacă ambele apar simultan, efectele pot fi și mai severe.

Chiar dacă HIV le permite acum oamenilor să trăiască o viață similară cu cea a restului populației, diagnosticul rămâne dificil din cauza stigmatizării, a necesității unui tratament pe tot parcursul vieții, a fricii de respingere și a potențialelor complicații medicale.



Pe de altă parte, mutarea într-o altă țară este, de asemenea, o experiență cu impact emoțional, o perioadă de **doliu**, care implică o perioadă de **adaptare**. Adesea, atunci când migrația este forțată din cauza conflictelor, a persecuției sau a lipsei de medicamente, apare o **traumă**.

Aceste experiențe au efecte similare și poate fi necesar ajutor extern, mai ales atunci când apar simultan:

01 Doliul

02 Adaptarea

03 Traumă

04 Migrați + VIH



01

Doliul

Este un **răspuns natural și așteptat la pierdere**, care poate provoca tristețe, durere, furie, frustrare, anxietate, vinovăție, singurătate, confuzie, negare...

Pierderi datorate **MIGRAȚIEI**

- familie și prieteni
- limba
- pământul, casa
- statutul social
- riscurile juridice și administrative ale migrației
- statutul profesional
- contactul cu grupul etnic căruia îi aparține cineva

Pierderi cauzate de **HIV**

- sănătatea
- viziunea asupra viitorului
- relații afective
- încredere în sine
- viața sexuală



02

Adaptarea

Atât sosirea într-o țară nouă, cât și diagnosticarea cu HIV implică un proces semnificativ de adaptare la o situație nouă.

Adaptarea la **ȚARA GAZDĂ**

- crearea de noi rețele de sprijin: prieteni
- acces la un nou sistem de sănătate
- situație socioeconomică instabilă
- căutarea unei locuințe și a unui loc de muncă
- așteptări neîndeplinite

Adaptarea la **VIAȚA CU HIV**

- stigma
- sentiment de vinovăție
- lipsa informațiilor despre HIV
- medicamente și vizite la spital
- ascunderea faptului că ai HIV



03

Traumă

Experiențele negative și dureroase pe care o persoană le trăiește în viață pot avea efecte profunde și de durată asupra modului în care se simte sau se comportă. Acest lucru poate duce la probleme de sănătate mintală pe termen lung.

Traumele legate **DE MIGRAȚIE**

- războaie
- conflicte politice
- catastrofe
- insecuritate
- călătoria în sine către țara de destinație
- xenofobie

Traumatisme legate **DE DIAGNOSTIC**

- diagnosticul în sine
- hărțuire
- persecuție
- amenințări cu moartea
- discriminarea în mediul sanitar
- lipsa medicamentelor

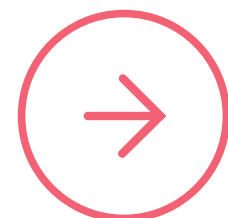
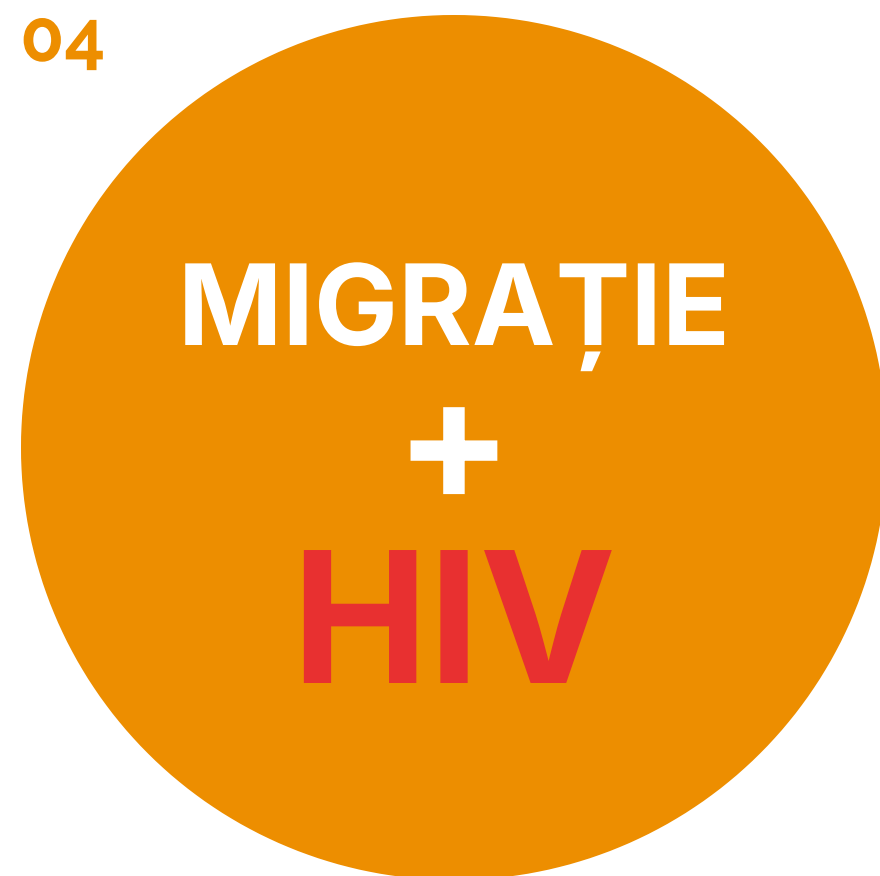


În plus, există anumiți **factori care pot influența modul în care migranții fac față unui diagnostic de HIV**. Aceștia includ:

- nivelul de **cunoștințe și informații despre HIV**
- **convingerile religioase** pe care le are cineva
- **egenul**, deoarece femeile tind să întâmpine mai multe dificultăți

Știm cât de complicat poate fi să migrezi într-o altă țară în timp ce trăiești cu HIV. Există numeroase organizații care îți pot oferi instrumente și te pot sprijini în acest proces. Aceste organizații oferă sprijin emoțional din partea altor migranți cu HIV care se află în Spania de mai mult timp, tratament psihologic gratuit și grupuri de sprijin cu alte persoane aflate în aceeași situație ca tine. **Dacă ai nevoie de sprijin, contactează o asociație din orașul tău.**





Doliul

Doliu migrator

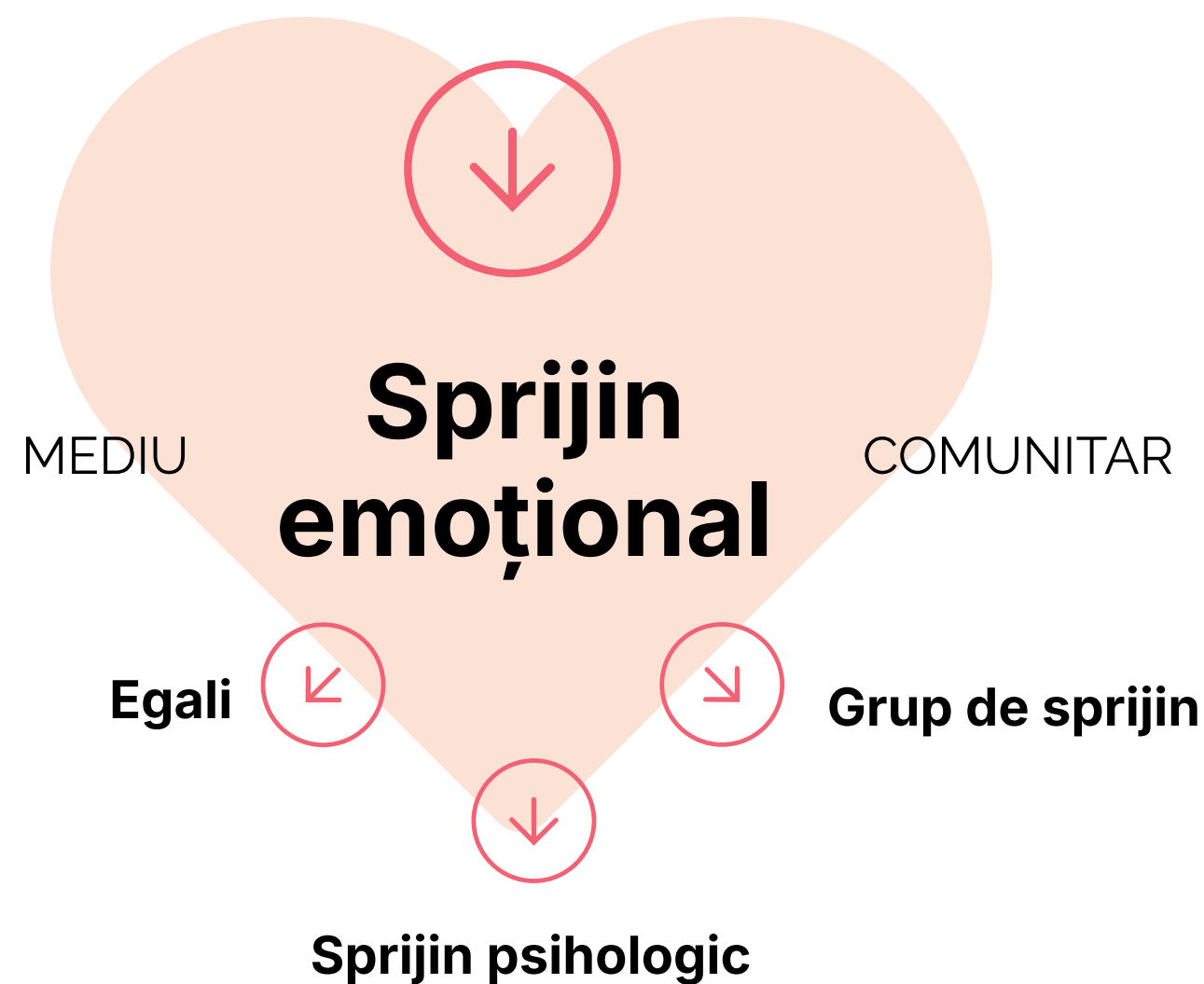
Pierderea sănătății

Adaptarea

Condițiile din noua țară

Adaptare / Diagnostic
Tratament / Aderență

Traumă

Diagnostic
DiscriminarePolitică / Serofobie
Homofobie / Persecuție



Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios.

La información médica puede quedar desactualizada con rapidez. Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

SUBVENCIONA



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



COLABORA

