

El **RETIRO DE APOYO** es una intervención a nivel de grupo para hombres y mujeres nativo-americanos que viven con VIH que trata de crear un entorno seguro para que estas personas compartan sus experiencias y aprendan a vivir con el VIH. Las características principales del retiro de apoyo son: la oportunidad de que el personal de la agencia y las personas que usan el servicio se encuentren fuera de las instalaciones de la agencia; la oportunidad de iniciar un contacto formativo entre los participantes que continúa después del final del retiro; la creación de redes de curación espiritual y apoyo para los participantes en torno a raíces culturales comunes; y la capacidad del grupo de aliviar la sensación de aislamiento que sufren los hombres y mujeres que viven con VIH.

AGENCIA QUE REALIZA
LA ACTIVIDAD ACTUALMENTE
*Organización de servicios de SIDA,
Programa de manejo de casos.*

- ✓ **Conecta al usuario o usuaria directamente con los cuidados médicos**
- ✓ **Hace que el usuario o usuaria entable un diálogo sobre el comienzo del cuidado médico**
- ✓ **Acerca la agencia a las personas VIH+ para que el contacto pueda tener lugar**

I. DESCRIPCIÓN

OBJETIVOS

- ▶ Ofrecer un espacio seguro para el aprendizaje intensivo del grupo sobre el VIH, el intercambio de información, experiencias y curación espiritual.
- ▶ Mejorar las vidas de los hombres y mujeres VIH+ proporcionándoles actividades de apoyo.
- ▶ Ayudar a establecer redes de apoyo, información y cuidados entre personas VIH+.

POBLACIÓN DIANA

- ▶ Hombres y mujeres nativo-americanos VIH+ y sus compañeros y compañeras que residen en la reserva navajo y poblaciones próximas.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El retiro de apoyo es una actividad de alcance y compromiso que se celebra durante un período de entre dos y cuatro días diseñada para proporcionar oportunidades para aprender, descansar y relajarse en un entorno natural, en el campo o en un hotel. El retiro estimula la confianza entre los grupos de personas que viven con VIH. También crea confianza entre las personas VIH+ y los proveedores de servicios de cuidados que los visitan para educarlos sobre temas particulares. Es un vehículo importante para acercar recursos a los usuarios y apoyar a personas que viven con el VIH y las comunidades locales afectadas por el VIH.



NOTAS RÁPIDAS:

Desarrollo e implementación:

El retiro de apoyo se puede celebrar en distintos entornos, puertas adentro, al aire libre y en diferentes estaciones. Completen la planificación logística y financiera con la mayor antelación posible para que el personal tenga tiempo de desarrollar un programa útil y rico, seleccionen los moderadores, preparen al personal, inviten a los conferenciantes o curanderos tradicionales y distribuyan el programa del retiro a las personas que puedan participar.

Primeros pasos:

- ▶ Busquen fuentes de financiación y ayudas a nivel estatal, federal, tribal y privado.
- ▶ Determinen los elementos de logística necesarios para el retiro: número de días, alojamiento en hoteles o campamentos y el número de conferenciantes y moderadores a los que habrá que pagar. Nota: los usuarios pueden ayudar a elegir el lugar y a planificar el retiro. Podrían proponer una variedad de opciones interesantes.
- ▶ Determinen el número de participantes. Un número ideal se encontraría entre 20 y 25 personas. Como suele ocurrir que algunos usuarios cancelan su participación en el último minuto, el personal puede planificar el retiro para menos personas de las que en realidad se hayan apuntado para el retiro.
- ▶ Si se elige la acampada para hacer el retiro, consigan todo el equipo necesario cuanto antes, ya que es algo que puede tomar su tiempo.
- ▶ Si se elige hacer el retiro en un hotel, organicen la forma de transporte para todos los participantes, ya sea alquilando un autobús, usando coches privados o transporte público.
- ▶ Planifiquen el material del programa para cada día del retiro.

Ejemplo de un programa de cuatro días — de jueves a domingo:

PRIMER DÍA —

- ▶ Traslado, llegada y tiempo para acomodarse.
- ▶ Reunión para cenar.
- ▶ Organicen una “charla en círculo” para permitir que los participantes se presenten, empiecen a conocerse, compartan sus sentimientos y hablen de lo que esperan del retiro de apoyo. Den tiempo para que los participantes expresen sus temores y sus preocupaciones.
- ▶ Final de jornada, tiempo para descansar.

SEGUNDO DÍA —

- ▶ Reunión para desayunar (si se hace acampada, los usuarios se ocupan de la preparación de la comida)
- ▶ Organicen una actividad en grupo para romper el hielo
- ▶ Hablen sobre el establecimiento de normas y reglas, revisen el programa del retiro
- ▶ Presenten al personal y den información básica sobre la actividad
- ▶ Presten oídos a cualquier necesidad que puedan tener los usuarios
- ▶ Primera presentación: una introducción actualizada al VIH explicada por un médico local
- ▶ Sesión de preguntas y respuestas (orales o por escrito)
- ▶ Descanso para almorzar
- ▶ Si se hace acampada, paseo por los alrededores
- ▶ Segunda presentación: “Vivir con el VIH” (se puede hacer al aire libre si el retiro se hace en el campo)
- ▶ Descanso y tiempo para relajarse
- ▶ Reunión para cenar fuera, si es posible (organicen una barbacoa o un picnic si las condiciones lo permiten)
- ▶ Reunión informal, charla vespertina
- ▶ Final de jornada, tiempo para descansar

“Nuestros usuarios viven a 2 o 3 horas unos de otros y muchos no tienen ni ingresos ni medios de transporte, nuestros manejadores de casos tienen que ir a buscarlos. A veces tardamos 3 horas, pero vale la pena.”

— COORDINADOR DEL PROGRAMA, GALLUP, NUEVO MÉXICO

TERCER DÍA –

- ▶ Reunión para desayunar
- ▶ Ejercicio para desarrollar espíritu de equipo: una “actividad de ayuda” física, una actividad importante para inspirar confianza
- ▶ Hablen sobre la actividad de desarrollo de espíritu de equipo
- ▶ Tercera presentación (temas posibles: nutrición, stress, cómo contarle a su familia que es VIH+ o gay, etc.)
- ▶ Tiempo para descansar y reuniones individuales con el personal
- ▶ Almuerzo
- ▶ Cuarta presentación (elijan otro tema previamente seleccionado y presentado por un conferenciante invitado, un líder de opinión de la comunidad u otra persona implicada)
- ▶ Tiempo libre, los usuarios pasan un rato juntos y establecen relaciones entre ellos y con el personal
- ▶ Sesión de “sweatlodge” con curandero o curandera de la tribu
- ▶ Los usuarios dedican tiempo a sus aficiones como pintar, dibujar, coser, etc.
- ▶ Final de jornada, tiempo para descansar

CUARTO DÍA –

- ▶ Reunión para desayunar
- ▶ Ceremonia de clausura de dos horas
- ▶ Hablen sobre lo que los usuarios se llevarán consigo de esta experiencia de retiro
- ▶ Los usuarios y el personal comparten sus impresiones y sentimientos
- ▶ Ritual de regalos: preparen regalos especiales para cada usuario. Recibir algo tangible que llevarse a casa como recuerdo del retiro es un ritual muy importante y significativo para los participantes

Ofrezcan medios de transporte a todos los participantes que los necesiten. Distribuyan impresos de evaluación a los participantes para recogerlos el último día. Envíen impresos por correo a los participantes que no rellenen uno o se olviden de entregarlo. Informen a los usuarios por correo sobre las fechas y lugares del próximo retiro.

PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD

- ▶ Cada usuario o usuaria recibe una invitación por correo enviada por su manejador de casos.

II. LOGÍSTICA

PERSONAL NECESARIO

- ▶ Director ejecutivo o coordinador de cuidados en VIH para gestionar la financiación y conseguir fondos
- ▶ Dos manejadores de casos para organizar todo el retiro, confeccionar el programa y acompañar a los usuarios al lugar elegido
- ▶ Moderador para apoyo del grupo

FORMACIÓN Y CUALIFICACIONES

Formación del personal para que aprendan a tratar con usuarios agresivos o reacios a cooperar

LUGAR DE LA ACTIVIDAD

Es preferible celebrar el retiro al aire libre en el campo, pero también se puede hacer en un lugar cerrado, puertas adentro, si hace frío. En verano, cuando las temperaturas lo permiten, salir de acampada es una posibilidad económica y atractiva. Las actividades del retiro pueden combinarse, unas al aire libre, otras puertas adentro. Si se hace puertas adentro, en un lugar cerrado, asegúrense de que el espacio responda a las necesidades y funciones del programa del retiro.

FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD

La actividad se realiza dos veces al año, en agosto y en diciembre. Los retiros de cuatro días se realizan de jueves a domingo. Si muchos de los usuarios trabajan y sus ocupaciones se lo impiden, el retiro se puede programar de viernes por la tarde a domingo.

CONSULTORES EXTERNOS

- ▶ Moderador de grupo
- ▶ Curandero o curandera nativa
- ▶ Psicólogo, nutricionista y médico especialista en VIH como conferenciantes invitados

SERVICIOS DE APOYO

- ▶ Transporte (de ida y vuelta al lugar del retiro)
- ▶ Equipo de audio alquilado (micrófono y altavoces)
- ▶ Traducción entre inglés y navajo, si es necesaria (realizada por un miembro del personal)

CONDICIONES NECESARIAS PARA LA IMPLEMENTACIÓN

- ▶ Personal que se preocupa y desea contribuir a que las cosas mejoren
- ▶ Respeto hacia los hombres y mujeres que participan, sus compañeros y compañeras y sus familias
- ▶ Dedicación profesional, es decir, si no se siente capaz de participar en el retiro, no lo haga.

III. PUNTOS FUERTES Y DIFICULTADES

PUNTOS FUERTES

- ▶ Camaradería y amistad entre los usuarios y entre los usuarios y el personal.
- ▶ El formato del retiro y el entorno rompen el hielo y dan la oportunidad de que los usuarios se abran.
- ▶ Los usuarios aprenden mucho sobre el VIH, tanto de otros participantes como de los conferenciantes; se enteran de los recursos que hay disponibles en servicios de cuidados de salud para personas con VIH.

DEBILIDADES

Falta de fondos para realizar la actividad con mayor frecuencia o de forma más consistente. Es una de las formas de hacer que las personas VIH+ conecten con los cuidados dentro de la comunidad navajo. La escasa frecuencia de los retiros los hace insuficientes para atraer a todas las personas que necesitan cuidados.

DIFICULTADES PARA LOS USUARIOS

- ▶ Problemas de transporte; los usuarios viven lejos unos de otros y de las instalaciones de la agencia; el viaje desde la agencia al domicilio de un usuario o una usuaria puede tardar tres horas. Muchas veces las carreteras para llegar al domicilio de algunos usuarios no están asfaltadas.
- ▶ Programar demasiadas actividades puede llegar a agotar a los usuarios, si la programación no incluye suficiente tiempo libre.

DIFICULTADES PARA EL PERSONAL

- ▶ A veces, los hombres heterosexuales se sienten reacios a participar y compartir sus experiencias y sentimientos con el grupo cuando están presentes muchos hombres que se identifican como gays. En casos así, una buena moderación del grupo puede unir al grupo, pero es un trabajo muy delicado que requiere una especial sensibilidad.
- ▶ La financiación insuficiente impide que la agencia realice todo el programa de la actividad.
- ▶ Problemas de transporte: a veces los miembros del personal han de conducir durante horas para llevar a los usuarios a sus casas tras el retiro.

OBSTÁCULOS A LA IMPLEMENTACIÓN

- ▶▶ El VIH y las pruebas del VIH no son prioridades para la mayoría de los trabajadores de servicios de salud pública de la red de servicios de la comunidad.
- ▶▶ Los educadores de salud en VIH y los educadores de salud en ETSs no se comunican entre ellos; las reuniones se celebran a millas de distancia unas de otras.

USUARIOS NO APROPIADOS

Ninguna

IV. RESULTADOS

EVIDENCIA DE ÉXITO

- ▶▶ Después de un retiro, los usuarios comentan que se sienten rejuvenecidos, con más energía y más confianza.
- ▶▶ Los usuarios empiezan a buscar los cuidados que antes rechazaban por falta de confianza en el sistema de salud pública.
- ▶▶ Los usuarios comienzan a aprovechar nuevos y diferentes recursos de cuidados de salud sobre los que se les habló durante el retiro.

BENEFICIOS INESPERADOS

- ▶▶ Los usuarios comienzan a sentir que realmente hay proveedores de cuidados que se preocupan por su salud.
- ▶▶ Los usuarios se sienten agradecidos a su manejador de casos.
- ▶▶ El personal siente que realmente pueden ejercer una influencia positiva sobre las vidas de los usuarios.
- ▶▶ Estos retiros de apoyo parecen funcionar mejor que los grupos de apoyo que se reúnen en la agencia en el caso de la comunidad navajo.

“CONNECTING TO CARE” ELEMENTS OF ACTIVITY

- ▶▶ Los usuarios se enteran por otros usuarios de que se puede mantener la confidencialidad mientras reciben cuidados.
- ▶▶ Las personas se identifican con las historias que les cuentan otras personas; les ayudan a comprender con mayor profundidad la importancia de recibir cuidados médicos adecuados para la infección del VIH.
- ▶▶ El intercambio boca a boca de información práctica: saber lo que los demás hacen por su salud amplía la percepción de opciones que permiten a los usuarios comenzar a conectar o reconectar

EVALUACIÓN

- ▶▶ Los usuarios rellenan unos cuestionarios de evaluación el último día del retiro y se les da la opción de rellenarlos en casa y enviarlos por correo a la agencia.
- ▶▶ Si no hay tiempo para hacer la evaluación durante el retiro, se envían los cuestionarios por correo a cada uno de los usuarios. En algunos casos, el manejador de casos puede recogerlos personalmente durante una visita a domicilio.

A TENER EN CUENTA...

- ▶▶ Es vital encontrar al moderador de grupo “adecuado” con sensibilidad hacia temas culturales así como hacia temas de cuidados de salud relacionados con el VIH.
- ▶▶ Si se tiene una experiencia de retiro buena en un hotel concreto, es una buena idea usarlo de nuevo para celebrar otro retiro. Los usuarios se sienten seguros en lugares que les son familiares; además puede que a la agencia se le ofrezca un descuento.

- ▶▶ Puede ser difícil integrar usuarios heterosexuales y homosexuales; una buena moderación es muy importante para un retiro sin escollos.
- ▶▶ No es muy buena idea invitar al retiro a personas que sean totalmente desconocidas para los participantes (sobre todo personas relacionadas con el gobierno); los participantes pueden llegar a pensar que el espacio no es confidencial ni digno de confianza.
- ▶▶ Durante las actividades físicas del retiro, es importante moverse tan lentamente como la persona más lenta y ser consciente de las limitaciones físicas de las personas participantes.

PAGINACIÓN DE LAS NOTAS

CONECTAR CON:

- GALLUP DE UN VISTAZO: P. 29
- OTRA ACTIVIDAD DE GRUPO: P. 109

ÍNDICE POR CIUDADES Y ACTIVIDADES P. 23