

Vivir con VIH en 2026

Hubo un tiempo en que el VIH (virus de inmunodeficiencia humana) era sinónimo de despedida. Hoy no. La ciencia avanzó, los tratamientos existen, el sistema de salud los garantiza y una persona con carga viral indetectable no transmite el virus.

Vivir con VIH puede ser tan manejable como convivir con diabetes o hipertensión.

Lo que no ha avanzado al mismo ritmo es nuestra cultura. Persisten mitos y una culpa injusta que transforma un diagnóstico en juicio moral. El

virus se controla con un medicamento diario; el estigma, en cambio, se alimenta de ignorancia.

Si algo nos recuerda el debate reciente es que el desafío ya no es médico, sino humano: informarnos mejor, prevenir sin miedo y dejar de condenar a quienes hoy solo conviven con una condición crónica tratable.

**Carlos Becerra, médico y gerente
del programa país de la ONG
AHF (AIDS Healthcare
Foundation) Chile**