

MANIFIESTO PRIDE POSITIVO 2026

“Ni culpa, ni silencio”

“Salud y Dignidad, derechos innegociables”

Hoy salimos a la calle para exigir una sociedad sin estigma y una vida con derechos. Por respeto, dignidad e igualdad. Para ocupar el espacio que nos corresponde y hacer escuchar nuestras voces.

El VIH no nos quita derechos. La serofobia sí puede quitarnos oportunidades. Y juntas y juntos podemos cambiarlo. Por eso exigimos una respuesta al VIH basada en los derechos humanos, la igualdad, la diversidad y la dignidad. Y afirmamos, desde el principio, algo que debe atravesar cada palabra de este manifiesto: **nuestra dignidad no está sujeta a condiciones.**

No tenemos que explicar cómo adquirimos el VIH. No tenemos que demostrar que somos indetectables. No tenemos que hacer público nuestro diagnóstico para merecer respeto. Ninguna circunstancia justifica que se vulneren nuestros derechos. Ese es el sentido de nuestra pancarta de cabecera: **«Ni culpa, ni silencio».**

Ni culpa por vivir con VIH. Ni culpa por nuestra sexualidad o por nuestras historias. Rechazamos los juicios que nos señalan y la vergüenza que se nos impone. Ni silencio ante el estigma, ante la exclusión o ante la vulneración de nuestros derechos. Nuestra voz recoge la memoria de «Silencio = Muerte». Una llamada a organizarse y actuar frente al abandono y la inacción.

Hoy recogemos ese legado. Recordamos a quienes alzaron la voz cuando hacerlo significaba exponerse al rechazo. A quienes se organizaron para reclamar investigación, cuidados y derechos. Y a todas las personas que ya no están, cuya memoria nos compromete a seguir adelante.

«Ni silencio» significa que vamos a denunciar la discriminación, a reclamar respuestas y a participar en las decisiones que afectan a nuestras vidas.

Pero queremos dejar algo muy claro: defender la visibilidad no significa exigir a nadie que haga público su diagnóstico. Cada persona tiene derecho a decidir cuándo, cómo y con quién comparte esa información. El silencio que queremos romper es el que impone el miedo; el que permite que una injusticia continúe sin respuesta. Nuestra responsabilidad colectiva es construir una sociedad donde ninguna persona tenga que ocultarse para

conservar su empleo, sus relaciones o su tranquilidad. Quienes no han compartido su diagnóstico también forman parte del Pride +. Nadie tiene que exponerse para demostrar su compromiso. Nuestra fuerza colectiva debe proteger también a quienes hoy no se sienten seguras para dar ese paso.

Junto a la pancarta de cabecera, la institucional : **«Salud y Dignidad, derechos innegociables»**. Ambas pancartas expresan un mismo compromiso: nuestra voz reclama aquello que las instituciones deben proteger.

La Constitución española ofrece un fundamento claro. El artículo 10 sitúa la dignidad de la persona en la base de nuestro orden político. El artículo 14 establece la igualdad ante la ley y la prohibición de la discriminación. El artículo 43 reconoce el derecho a la protección de la salud y encomienda a los poderes públicos organizar su protección. Y el artículo 9.2 exige actuar para que la libertad y la igualdad sean efectivas, eliminando los obstáculos que lo impidan.

Por eso, cuando decimos «derechos innegociables», reclamamos políticas, presupuestos y actuaciones que hagan realidad esos compromisos. Que la atención sanitaria llegue a quienes la necesitan. Que la discriminación encuentre una respuesta. Que las entidades comunitarias dispongan de recursos para acompañar. Y que las personas con VIH participemos en las decisiones, con voz propia.

También queremos recordar algo que a menudo queda fuera del debate: **las personas con VIH estamos atravesadas por todas las cuestiones que afectan a este país**. Nos afecta el acceso a la vivienda, la precariedad laboral, el coste de la vida, la igualdad entre mujeres y hombres, las políticas migratorias, la salud mental, los cuidados, el envejecimiento y los discursos de odio. Tenemos un diagnóstico, pero también necesitamos pagar un alquiler, encontrar empleo, criar, estudiar, cuidar y ser cuidadas.

Por eso hablamos de vivienda. Porque una vida digna necesita un lugar seguro donde vivir. El artículo 47 de la Constitución reconoce el derecho a una vivienda digna y adecuada y encarga a los poderes públicos promover las condiciones para hacerlo efectivo. Esa responsabilidad también forma parte de nuestra reivindicación. Exigimos políticas de vivienda que respondan a nuestras necesidades y que impidan que la precariedad, la exclusión o la discriminación nos dejen sin un hogar. Exigimos poder acceder a una vivienda y conservarla sin que nuestro diagnóstico se convierta en una barrera añadida.

La respuesta al VIH debe mirar a la persona y a sus condiciones de vida. Debe comprender cómo se acumulan las barreras cuando al estigma se suman la pobreza, el machismo, el racismo, la LGTBIfobia o la soledad. Y debe ofrecer respuestas que estén a la altura de esa diversidad.

A quienes tienen responsabilidades públicas les pedimos compromisos concretos y continuidad. **Estar junto a nuestra pancarta debe significar también trabajar por sus palabras cuando termine la marcha.** Cesida es una entidad no partidista. Nuestra independencia nos permite exigir responsabilidades a cualquier gobierno y a cualquier administración. Defendemos políticas públicas que protejan a las personas y denunciemos las decisiones que vulneren sus derechos, gobierne quien gobierne. Porque las políticas públicas tienen consecuencias en nuestras vidas, exigimos respuestas que puedan comprobarse.

Exigimos medidas concretas contra la serofobia. La condena de la discriminación debe acompañarse de formación para profesionales, mecanismos accesibles y eficaces de denuncia, acompañamiento a quienes la sufren y medidas de reparación. Interpelamos a las administraciones, a las empresas, a los medios de comunicación y a toda la sociedad. El respeto no puede depender de la buena voluntad de quien nos atiende, nos contrata o conoce nuestro diagnóstico. Reclamamos compromisos con responsables, recursos y plazos, y una evaluación pública de su cumplimiento.

Exigimos que ninguna persona vea interrumpido su tratamiento por un trámite. Nadie debería vivir con la angustia de tener medicación para unos pocos días y no saber cuándo podrá acceder a una consulta o continuar su tratamiento. Reclamamos circuitos ágiles que garanticen su continuidad cuando faltan documentos, cambia el lugar de residencia o existen barreras lingüísticas. Exigimos coordinación entre servicios, información comprensible y respuestas a tiempo. La situación administrativa, los recursos económicos y el lugar donde se viva no pueden convertirse en obstáculos para recibir la atención necesaria.

Exigimos que la ciencia llegue a toda la sociedad y sirva para desmontar prejuicios. «Indetectable es igual a intransmisible»: una persona con VIH en tratamiento que mantiene una carga viral indetectable no transmite el VIH por vía sexual. Este conocimiento debe llegar de forma clara a las consultas, a las aulas y a los medios de comunicación. Pero afirmamos con la misma fuerza: **quien no ha alcanzado la indetectabilidad merece exactamente el mismo respeto y los mismos derechos.** La ciencia debe liberarnos de prejuicios. Nunca debe utilizarse para establecer categorías de personas más o menos dignas de aceptación. **Nuestros derechos no dependen de una carga viral.**

Exigimos poder vivir con bienestar, apoyo y cuidados. Tener tratamiento es esencial. También lo es poder pedir ayuda, contar con una red de apoyo, tener una vivienda y construir relaciones sin miedo al rechazo. Reclamamos atención psicológica accesible, acompañamiento entre iguales, medidas contra la soledad no deseada y cuidados libres de discriminación en todas las etapas de la vida. Queremos que la respuesta al VIH atienda también al sufrimiento emocional, a las pérdidas y a las dificultades para sostener una vida estable. Queremos servicios que escuchen y acompañen, sin juzgar.

Exigimos que nuestra diversidad esté presente en las respuestas y en las decisiones. La serofobia no se vive de la misma manera cuando se cruza con el racismo, el machismo, la LGTBIfobia, la transfobia o la pobreza. Las mujeres con VIH, las personas trans, migrantes, mayores y quienes viven en el medio rural deben tener voz propia y capacidad real de decisión. Reconocer la diversidad exige escuchar las barreras que encuentra cada persona y actuar sobre ellas. Reclamamos servicios accesibles, respuestas adaptadas y políticas construidas con quienes afrontan esas desigualdades.

Exigimos reconocimiento y una respuesta específica para las personas supervivientes de larga evolución. Las personas supervivientes de larga evolución con VIH hemos vivido durante décadas los avances de la medicina, pero también las consecuencias físicas, psicológicas y sociales de una epidemia que cambió nuestras vidas.

REIVINDICAMOS:

- Reconocimiento de nuestra realidad y de las secuelas acumuladas.
- Atención sanitaria integral, incluyendo la salud física, la salud mental y las necesidades asociadas al envejecimiento.
- Reconocimiento de la discapacidad y la dependencia cuando existan limitaciones que así lo requieran.
- Jubilación y protección laboral dignas para quienes no puedan mantener su actividad laboral.
- Protección económica y social para evitar situaciones de pobreza o exclusión.
- Apoyo psicológico y medidas contra la soledad, especialmente ante las pérdidas, el aislamiento y la falta de redes de apoyo.
- Cero discriminación y estigma en todos los ámbitos de la vida.
- Participación en las decisiones que afectan a nuestro colectivo.

Después de décadas de lucha, tratamiento y supervivencia, no aceptamos que sobrevivir al VIH signifique quedar olvidadas por las instituciones. Sobrevivimos gracias a los avances de la medicina, pero sobrevivir no puede hacernos olvidar que las consecuencias de lo que durante años significó enfermedad, exclusión, discriminación y muerte no han desaparecido. Reclamamos una respuesta específica e integral para quienes estamos envejeciendo con VIH.

Exigimos que se reconozca y se sostenga el trabajo comunitario. Las entidades comunitarias acompañamos, escuchamos, defendemos derechos y construimos redes de apoyo. Ese trabajo necesita reconocimiento y financiación estable. Reclamamos recursos suficientes y sostenidos para las organizaciones, reconocimiento del acompañamiento entre iguales y condiciones que permitan dar continuidad a esa labor. Y exigimos que las personas con VIH tengamos capacidad real de decisión en las políticas y los programas que nos afectan. Nuestra participación necesita continuidad, recursos y consecuencias en las decisiones que finalmente se toman.

Queremos decidir sobre nuestras vidas y contribuir a construir las respuestas.

Hoy también celebramos nuestra comunidad. Celebramos los vínculos que nos sostienen, el camino abierto por quienes nos precedieron y la posibilidad de encontrarnos sin tener que dar explicaciones.

A quien acaba de recibir un diagnóstico le decimos: aquí puedes encontrar apoyo. A tu ritmo, sin juicios y sin obligación de contar más de lo que quieras compartir. Hay una comunidad dispuesta a acompañarte.

Recordamos a quienes ya no están. Su memoria vive en nuestros afectos y en cada derecho que seguimos defendiendo. Honrarla nos compromete a actuar. La empatía y la humanidad deben unirnos. El sufrimiento ajeno tiene que movilizarnos. Sabemos lo que significa el rechazo y queremos transformar esa experiencia en solidaridad, cuidados y compromiso.

Vivir con VIH no nos obliga a dar explicaciones. Nos da los mismos derechos que a cualquier otra persona: a recibir cuidados, a decidir sobre nuestra intimidad y a vivir sin discriminación.

Por una sociedad sin estigma.

Por una vida con derechos.

Por respeto, dignidad e igualdad.

Y nuestra dignidad no está sujeta a condiciones.

Ni culpa, ni silencio.

Salud y Dignidad, derechos innegociables.