FRONTLINE AIDS

READY
RESILIENT & EMPOWERED ADOLESCENTS & YOUNG PEOPLE

Facilitando a revelação

As experiências dos jovens de compartilhar o seu estado seropositivo

Está na hora de cada um de nós conhecermos os factos completos. Quando todos na sociedade têm informações precisas, podemos ter conversas honestas e abertas sobre o HIV.

Precisamos urgentemente de novas iniciativas para combater o estigma. Se os mitos e factos falsos à volta do HIV fossem rejeitados, poderíamos falar sem medo sobre viver com o HIV.

Quanto mais seguros os jovens se sentirem para compartilhar o seu estado seropositivo, mais fácil será para eles permanecer em tratamento. E podemos dar um passo importante para estar mais perto de alcançar um mundo livre de SIDA.

PRONTO para Falar RESUMO

Sobre o READY

O READY é um movimento de organizações lideradas por jovens e destinadas aos jovens, que implementam iniciativas concebidas para desenvolver adolescentes e jovens resilientes e empoderados. Sabemos que isto é vital porque o HIV é a segunda maior causa de morte de adolescentes no mundo inteiro, e a primeira em África.

Jovens no mundo inteiro estão a juntar-se ao movimento READY para reivindicar o seu direito a uma vida saudável, seja qual forem as suas circunstâncias, orientação sexual, identidade ou expressão de género. Os jovens ajudaram a criar o movimento READY e permanecem no cerne deste movimento.

O movimento READY (Resilient & Empowered Adolescents & Young People/ Adolescentes & Jovens Resilientes e Empoderados) é liderado pela Global Network of Young People Living with HIV (Y+) (Rede Global de Jovens Vivendo com HIV, Y+) com o apoio da Frontline AIDS e os seus parceiros.

O **READY +** é um programa que trabalha com, e que é destinado aos adolescentes e jovens vivendo com HIV em quatro países da África Austral. No início do programa, os jovens líderes foram às suas comunidades e conversaram com os seus pares para entenderem as experiências, perspectivas e necessidades dos adolescentes e jovens vivendo com HIV, bem como das comunidades ao seu redor. As conclusões principais destas conversas são compartilhadas através de três resumos informativos. Estes resumos concentram-se na adesão ao tratamento, na saúde sexual e reprodutiva e, neste resumo, na revelação.

O Movimento READY

www.yplusnetwork.org/ready-movement/

fb.me/READYMovement

@READY_Movement

@readymovement

Fotos da capa (da esquerda para a direita):
Educadores de pares da Tanzânia (© Peter Caton), Etiópia (© Benjamin Chesterton \ duckrabbit \ Frontline AIDS) e Uganda (© Gemma Taylor para a Frontline AIDS).

As fotos são usadas para fins ilustrativos. Elas não implicam o estado de saúde ou o comportamento das pessoas na foto.

Agradecimentos

Este resumo é derivado de um processo de documentação na comunidade conduzido pelos parceiros do READY+ durante 2017 e 2018. Gostaríamos de agradecer a todos os jovens que conduziram as entrevistas e a cada participante do grupo de discussão dirigida.

Gostaríamos também de agradecer a Audrey Nosenga, Cedric Nininahazwe e Precious Shongwe, os jovens líderes do READY+ que compartilharam as suas perspectivas sobre os dados dos grupos de discussão dirigida.

Coordenado por Georgina Caswell, Chengetai Dziwa e Linda Whitby (Frontline AIDS)

Análise de dados: Rebekah Webb

Autoria: Laura Davies

Assistência técnica: Cecilia Kihara, Luisa Orza, Matteo Cassolato (Frontline AIDS) e Tinashe G Rufurwadzo, (Global Network of Young People Living with HIV [Y+ Network])
Editado por Hester Phillips

As informações contidas nesta publicação podem ser livremente reproduzidas, publicadas ou usadas sem a permissão da Frontline AIDS. No entanto, a Frontline AIDS solicita que seja citada como a fonte da informação.

Design: Garry Robson

Publicado: setembro de 2019

© Frontline AIDS 2019

Sobre a Frontline AIDS

A Frontline AIDS quer um futuro livre de SIDA para todos, em todo o lado. No mundo inteiro, milhões de pessoas são privadas de serviços de prevenção, testagem, tratamento e cuidados de HIV simplesmente por causa de quem são e de onde moram. Como resultado, 1.7 milhões de pessoas foram infetadas pelo HIV em 2018 e 770,00 morreram de doenças relacionadas com a SIDA. Juntamente com os nossos parceiros na vanguarda, trabalhamos para derrubar as barreiras sociais, políticas e legais que as pessoas marginalizadas enfrentam, e inovar para criar um futuro livre de SIDA.

Frontline AIDS

91-101 Davigdor Road
Hove, East Sussex
BN3 1RE Reino Unido
Tel: +44 1273 718 900
Fax: +44 1273 718 901
E-mail: info@frontlineaids.org
Número de caridade registrado 1038860
www.frontlineaids.org

Metodologia de pesquisa

O conteúdo deste resumo informativo deriva de um processo de documentação na comunidade, conduzido pelos parceiros do READY+ durante 2017 e 2018, e de uma reflexão pós-análise sobre os principais temas, realizada em julho de 2019 com os pontos focais dos jovens do READY+ e do Y+.

Um total de 36 grupos de discussão dirigida foram realizados em nove locais predominantemente urbanos em eSwatini, Moçambique e Zimbábue. Metade destes grupos de discussão dirigida foram realizados com jovens em toda a sua diversidade, incluindo adolescentes entre os 10 e 14 anos, jovens LBGT, jovens trabalhadoras de sexo entre os 18 e 25 anos e Ativistas de Apoio à Adesão Comunitária (community adherence treatment supporters, CATS). Os restantes grupos de discussão foram realizados entre profissionais de saúde, pais e cuidadores. Participaram um total de 300 pessoas, muitas das quais vivendo com HIV.

Foram realizadas duas workshops de fortalecimento de capacidades em cada país. Um total de 116 jovens de 18 a 25 anos (principalmente mulheres jovens) receberam esta formação em métodos de pesquisa, facilitação de grupos de discussão dirigida e coleta de dados. Cada grupo de discussão foi organizado e facilitado por jovens treinados durante estes workshops.

Revelar - ou não?
© Frontline AIDS.

A revelação e os jovens

Para os jovens que vivem com HIV, falar com as outras pessoas sobre o seu estado de HIV é complicado. Ao contrário da maioria das outras doenças e condições de saúde, existe vergonha e um medo considerável ao torno do HIV. A desinformação sobre o HIV é comum e as pessoas que vivem com HIV enfrentam níveis altos de estigma e discriminação quando o seu estado seropositivo é revelado. Apesar disto, frequentemente a lei, políticas e práticas pressionam as pessoas a divulgarem o seu estado de HIV.

Devemos sempre respeitar os direitos e desejos dos jovens vivendo com HIV, empoderando-os a tomar as suas próprias decisões sobre quando e como compartilhar o seu estado de HIV com outras pessoas. Os jovens que revelam o seu estado de HIV acham que isto pode-lhes trazer benefícios. Quando se sentem capazes de falar sobre o seu estado de HIV, podem procurar apoio, o que facilita tomar tratamento, manterem-se saudáveis e manter a carga viral baixa. Se queremos um mundo livre de SIDA, devemos criar comunidades onde as pessoas estejam bem informadas e onde todos os que vivem com HIV se sintam seguros para falar sobre o seu estado.

> **“Revelar a poucas pessoas que eu sei que não irão falar sobre isto a ninguém; é melhor do que revelar a todos. Porque, se fizeres isso a todos, alguns podem-te chamar nomes e nesse processo acabas magoado.”**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Adolescentes de Apoio à Adesão Comunitária (AAAC) são jovens que trabalham entre as instalações de saúde e as casas de crianças, adolescentes e jovens vivendo com o HIV para melhorar os resultados em toda a cadeia de cuidados de HIV. © Sydelle Willow-Smith.

As experiências dos jovens de falar sobre o seu estado de HIV

Escolher quando falar sobre o HIV

Os jovens nos nossos grupos de discussão queriam a liberdade de escolher com quem falar sobre o seu estado de HIV, e como e quando iriam conversar com estas pessoas. No entanto, as suas escolhas foram limitadas pelo medo das reações das pessoas e do estigma que podem enfrentar.

Era mais provável irem falar com um adulto do que com um dos seus pares: "É fácil contar isto a pessoas mais velhas porque elas vão entender." Muitos deles tinham compartilhado o seu estado com os seus pais: "Não vou contar à família inteira porque alguns membros da família são fofoqueiros; Vou contar aos meus pais, essas são as únicas pessoas." Alguns jovens tinham conversado com outros familiares mais próximos: "É uma boa oportunidade, quando estou a debater com a minha avó, poder revelar o meu HIV, dizer-lhe que sou seropositivo."

A maioria dos participantes dos grupo de discussão queria falar com os seus amigos íntimos sobre o seu estado de HIV, mas estavam preocupados que estes não entendessem completamente os factos sobre o HIV, e que sendo assim começassem a tratá-los de maneira diferente ou que os abandonassem: "Revelar a algumas pessoas que eu sei que não vão falar disto a ninguém; é melhor do que revelar a todos. Porque, se fizeres isso com toda a gente, alguns podem-te chamar nomes e neste processo vais ficar magoado."

> **"As pessoas ainda não estão bem educadas sobre a doença do HIV, portanto não sabem realmente o que é ser seropositivo."**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Muitos dos jovens nos grupos de discussão falaram com os seus professores sobre o seu estado de HIV: "É normal conversar com um professor sobre o HIV para que sejas mais apoiado e não te sintas tão sozinho na escola." Era importante para eles que o professor respeitasse a sua confidencialidade e que não compartilhasse o seu estado de HIV com os outros alunos. Muitos tinham sido o alvo de fofocas, ridicularizados ou evitados por completo. Uma criança disse: "Por causa do HIV, eles não brincam comigo."

> **"Há o risco dos vizinhos não aceitarem essa revelação e começarem a discriminar contra essa criança, e até que alguns amigos possam já não ser mais amigos deles."**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Quase todos os jovens dos grupos de discussão faziam questão de garantir que o seu estado de HIV não fosse conhecido na comunidade em geral. Eles sentiam que as pessoas nas suas comunidades ainda não entendiam bem os factos básicos sobre o HIV e a sua transmissão: "As pessoas ainda não estão educadas sobre a doença do HIV, portanto não sabem realmente o que é ser seropositivo." Um dos pais explicou porque é que eles estavam nervosos do seu filho contar às outras pessoas na vizinhança sobre o seu estado de HIV: "Há o risco dos vizinhos não aceitarem essa revelação e começarem a discriminar contra essa criança, e até que alguns amigos possam já não ser mais amigos deles."

Fontes de apoio

Ao longo dos grupos de discussão, jovens, pais, cuidadores e profissionais de saúde falaram sobre o apoio prático e emocional disponível aos jovens que compartilharam o seu estado seropositivo. Muitas pessoas descreveram como era muito mais fácil para um jovem cuidar da sua saúde e tomar os seus remédios, se tivessem o apoio das pessoas mais próximas deles. Um profissional de saúde explicou: "Quando alguém que é seropositivo vem aqui e não revelou aos pais, nem à mãe, nem ao pai, nem a ninguém, torna-se difícil dar-lhes ARVs [antirretrovirais] ou tratamento porque eles acabam por esconder os ARVs." Se um dos pais ou outro responsável conhece o estado de HIV do jovem, eles podem lembrá-lo de continuar a tomar o tratamento: "Quando os pais sabem, eles realmente ajudam-nos a tomar o medicamento. Também ajudam quando necessário... ajudando a estar atentos à comida."

Um profissional de saúde disse: "Os jovens acham difícil cá vir, porque pensam que quando forem ao hospital, vão encontrar os seus pais ou vizinhos." Muitos jovens optaram por visitar clínicas de saúde mais distantes das suas casas para evitar serem vistos; envolvendo viagens mais longas e mais difíceis, muitas vezes organizadas em segredo. Aqueles jovens que foram capazes de contar a certas pessoas o seu estado de HIV, conseguiram obter apoio para irem às consultas de saúde. Quando os pais dos jovens sabiam o seu estado de HIV, eles podiam lembrá-los das suas consultas e ajudar a organizar as suas idas às consultas. Alguns jovens disseram que era mais fácil comparecer às consultas quando o professor sabia sobre o seu estado seropositivo, pois assim percebiam a razão pela qual eles precisavam de faltar à escola. Um dos pais expressou o mesmo sentimento: "[A professora] saberá o que dizer aos outros: 'Na minha aula, tenho uma criança que não se está a sentir bem, e então todos os meses ela vai precisar de ir à clínica fazer um check-up'."

Alguns jovens descreveram como gostaram de poder desabafar com alguém: "Uma vez que eu contei à minha amiga seronegativa, ela aceitou-me como eu sou, deu-me conselhos e disse-me para não me preocupar com isso; que não é o fim do mundo, tu ainda podes construir-te para seres algo mais. Eu então fiquei bastante inspirada." Outra jovem descreveu como ela tinha falado com uma amiga na escola, que então lhe revelou o seu próprio estado seropositivo: "nós confortamo-nos uma à outra".

Além de obter apoio emocional, alguns jovens viram a revelação do seu estado seropositivo como uma oportunidade para educar os seus amigos: "Eu iria sentir-me livre para revelar o meu estado aos meus pares, pois isto seria uma ótima altura para explicar-lhes que o HIV não é só transmitido através das relações sexuais, mas que também é possível ser infetado doutras maneiras, por exemplo, pode-se nascer com a infeção." Outro jovem descreveu como a sua família gradualmente aprendeu mais sobre o HIV: "Quando estávamos a comer, davam-me o meu próprio copo e o meu próprio prato mas quando foram à clínica, disseram-lhes que não se pode contrair HIV compartilhando ou comendo do mesmo prato. Então agora é bom que eles estejam a perceber."

> **"Eu iria-me sentir livre de revelar a pares porque isto seria uma ótima altura para explicar-lhes que o HIV não é só transmitido através de relações sexuais, mas que também é possível ser infetado de outras maneiras, como por exemplo, pode-se nascer com a infeção."**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Como tornar mais fácil falar sobre o HIV

O estigma está no centro de todos os problemas que os jovens enfrentam ao compartilhar o seu estado de HIV. Se o estigma fosse eliminado, os jovens sentir-se-iam livres para falar abertamente sobre o HIV. Os jovens nos grupos de discussão disseram que iriam achar mais fácil falar sobre o seu estado seropositivo se as suas famílias, amigos e comunidades tivessem uma melhor compreensão do HIV. Eles descreveram os mitos e as ideias erradas à volta do HIV que são tão comuns nas suas comunidades e o estigma e discriminação que existem como resultado. Por exemplo, os jovens falaram repetidamente sobre as pessoas que se recusavam comer com eles ou a compartilhar talheres, porque pensavam erroneamente que isto poderia colocá-los em risco de contrair HIV. "Quando você revela ou divulga o seu estado, as pessoas tendem a distanciar-se porque sabem que você é seropositivo."

O medo do estigma relacionado ao HIV tornou os jovens muito prudentes sobre quem escolher para falar sobre o HIV. Eles só queriam compartilhar o seu estado de HIV com pessoas que achavam que iriam respeitar o seu desejo de confidencialidade: "Eu sei que com os meus amigos de confiança, posso-lhes contar e eles vão manter o segredo." Os jovens geralmente escolheram um ou dois membros da família com quem falar, nos quais sentem-se capazes de confiar: "Ela só fala com os pais, o pai e a mãe, mas a tia gosta mais de fofocar, por isso vai contar ao mundo inteiro." Esta necessidade de confidencialidade afeta as decisões de saúde dos jovens. Eles descreveram terem cuidado de não serem vistos em qualquer lugar onde possam ser identificados como vivendo com HIV, incluindo unidades de saúde e grupos de apoio. Quanto mais os jovens se sentirem capazes de confiar nas pessoas ao seu redor, maior será a probabilidade de falarem sobre o seu estado de HIV e de aceder a tratamento e cuidados.

As discussões nos grupos focais revelaram também que os jovens sabem que podem viver uma vida longa e saudável se tomarem o tratamento para o HIV: "Eu poderia revelar; [se as pessoas] me discriminarem ou não, sei que continuarei vivo. Eu sei que posso viver até mais tempo do que alguém que diz que não é seropositivo. " No entanto, os benefícios do tratamento eram muito menos conhecidos entre as suas famílias e comunidades.

> **"Precisamos de amor e do apoio da família, porque, se fora de casa não somos apoiados, e dentro da família não somos apoiados, isto traz-nos muitos problemas na nossa mente, e [é] a razão pela qual nos suicidamos e paramos de tomar medicamentos, e às vezes fugimos de casa."**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Os jovens pares ativistas estão na vanguarda do esforço de manter outros jovens saudáveis. © Peter Caton.

Se as famílias têm todas as informações necessárias para perceber completamente o HIV, estão mais preparadas para apoiar um jovem membro da família que vive com o vírus. Nos grupos de discussão, alguns jovens explicaram que as suas famílias pensavam que não deviam desperdiçar os seus recursos limitados com eles, visto que as suas vidas seriam curtas. Isto significava que lhes eram negadas oportunidades; alguns foram retirados da escola ou foi-lhes recusado trabalho e a outros foi-lhes recusada a comida. "Precisamos de amor e do apoio da família, porque, se fora de casa não somos apoiados, e dentro da família não somos apoiados, isto traz-nos muitos problemas na nossa mente, e [é] a razão pela qual nos suicidamos e paramos de tomar medicamentos, e às vezes fugimos de casa."

Ntsiki e Sipho são ativistas pares na Suazilândia. © Jenny Berg para Frontline AIDS.

Falar sobre o HIV nos relacionamentos

Repetidamente, os jovens falaram sobre os problemas que enfrentaram ao falar sobre o seu estado seropositivo com os seus parceiros sexuais: "Depois de revelar ao meu parceiro o meu relacionamento desintegrou-se." Na maioria dos casos, os jovens achavam que o seu relacionamento não sobreviveria se contassem ao parceiro, e assim sendo, sentiram-se obrigados a esconder o seu estado seropositivo. Muitos disseram que a sua única opção era de ter relacionamentos com outras pessoas que também vivem com HIV: "Já não temos escolha em termos de amantes ou namorados. Por causa da nossa situação, temos apenas que escolher a pessoa que nos aceita, já não podemos escolher." Mas havia exceções: "Pessoalmente, acho que posso [divulgar]... se alguém me ama, ele sabe que eu sou seropositiva, ele ama-me por quem sou, por isso posso fazer isso." Outra jovem explicou: "O que eu faria com o meu namorado é ver se ele me ama ou não. E depois, o segundo passo seria de o convidar a vir à clínica para verificar o nosso estado e fazer um teste de HIV. Ele ou é ou não é seropositivo, mas então aí eu iria lhe revelar o meu estado."

Contar às crianças e aos jovens o seu estado

Os conselhos e a realidade

O conselho de base para os pais e cuidadores é de informar as crianças em idade escolar do seu estado de HIV em fases, dependendo da sua idade e capacidade mental.[1] Alguns pais não têm as informações e o apoio necessários a nível prático e emocional para saber como iniciar o processo de informar o(a) seu filho(a) sobre o seu estado de HIV. Quando não se conta

1. Organização Mundial da Saúde (2011) 'Guidelines on HIV disclosure counselling for children up to 12 years of age'. Disponível em www.who.int/hiv/pub/hiv_disclosure/en/

às crianças, e que estas descobrem o seu estado mais tarde, poderão sofrer emocionalmente ao terem de se reconciliar com o facto de que alguém em quem confiavam não lhes revelou o seu estado. Um dos pais explicou: "Acho que é importante contar para que a criança possa saber e aceitar. Se você não contar, e eles descobrem quando têm 16 anos, podem ficar zangados e não tomar os medicamentos e não confiar nos pais, pois os pais não lhes disseram a verdade."

Alguns pais e cuidadores disseram que estavam preocupados em assustar ou inquietar os seus filhos, se lhes contassem que eram seropositivos: "Alguns podem deixar de se envolver nas atividades sociais, retraindo-se na sua casa, não querendo associar-se com outros". As escolhas dos pais e dos cuidadores também eram limitadas pelas atitudes ao seu redor. Alguns falaram sobre o medo de falar com os filhos sobre o seu estado de HIV, no caso de outros na comunidade descobrirem, sendo depois os seus filhos estigmatizados ou discriminados.

> **"Eu sinto que é importante divulgar à criança ...para que eles estejam plenamente conscientes do motivo pelo qual estão a tomar remédios primeiramente, e em segundo lugar, ao dizer-lhes mais cedo estamos a garantir a aceitação do seu estado."**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Querer dizer aos filhos que estes são seropositivos

Muitos dos cuidadores e pais dos grupos de discussão, disseram que tiveram dificuldade em contar aos seus filhos que eram seropositivos, mas mesmo assim acreditavam que era melhor que eles soubessem para que pudessem obter o apoio necessário. Uma avó explicou que o seu neto visitava todos os meses o centro de saúde para ir a um grupo de apoio "para que ele entenda o que tem, e ele tem apenas 13 anos e ainda vem ao grupo de apoio, mas agora ele sabe o que tem. Isto é o que me ajuda, porque contar ao meu neto que ele tem HIV é muito difícil para mim. "

As crianças que vivem com HIV só podem tomar decisões informadas sobre as suas vidas se tiverem consciência do seu estado de HIV. À medida que envelhecem e que têm mais controlo sobre os seus próprios cuidados de saúde, é improvável que continuem a dar prioridade ao seu tratamento se não souberem porque é que estão a tomar medicamentos. Um dos pais descreveu porque é que queriam conversar com o seu filho sobre o seu estado de HIV: "Eu sinto que é importante divulgar à criança... para que eles estejam plenamente conscientes do motivo pelo qual estão a tomar remédios, primeiramente, e em segundo lugar, ao dizer-lhes mais cedo estamos a garantir aceitação do seu estado. E então eles sabem que 'este é quem eu sou e estes comprimidos estão a ajudar-me sobreviver'... Eu teria dito à criança que estes medicamentos são para a vida toda, e que ninguém deve dizer-lhe para parar com esses remédios, exceto o médico... nenhuma igreja, nenhum curandeiro tradicional, nenhum amigo deve pedir-lhe para parar de tomar os remédios."

Pais que compartilham o seu próprio estado positivo com os seus filhos

> **Se eu divulgar aos meus filhos, isso significa que o dia em que eu não me sentir com forças suficientes para [ir ao] hospital, eu posso enviar o(a) meu filho(a) sem medo.**
>
> *Participante do grupo de discussão*

Preocupações dos pais

Muitos dos pais, vivendo eles próprios com HIV, explicaram que estavam reticentes em contar aos filhos sobre o seu estado. Eles não queriam que os seus filhos ficassem preocupados com eles ou com medo que eles morram: "O mais difícil é que eles acham que os seus pais vão morrer. Essa é a parte mais difícil." Eles estavam também preocupados que os seus filhos já não os respeitassem. Nas famílias em que tanto a criança como os pais viviam com HIV, os pais disseram que temiam que os seus filhos os culpassem por lhes terem transmitido o vírus: "Queremos contar-lhes, mas é difícil."

Benefícios potenciais

Os jovens precisam de apoio e informações para ajudar a orientá-los no processo de descobrir que os seus pais vivem com HIV, e os pais precisam de orientação para ajudá-los a compartilhar o seu estado. Muitos pais queriam contar aos filhos na esperança de que eles aprendessem com as suas experiências: "Talvez eles não cometam o mesmo erro que eu." Um dos pais viu a conversa sobre o seu estado de HIV como uma oportunidade de diálogo sobre o HIV: "É uma ocasião para explicar-lhes o que é, como se transmite, e que isso não significa a morte."

Os pais tinham a esperança de que, ao falarem sobre o seu próprio estado seropositivo, os seus filhos se sentissem menos isolados e percebessem que não são as únicas pessoas a viver com HIV: "As crianças devem saber que a mãe também está a tomar medicamentos e é melhor que saibam isso. As crianças devem saber que esta doença pode acontecer a qualquer pessoa e que qualquer pessoa pode ser infetada. " Um dos pais disse: "Nós também podemo-nos tratar como companheiros de tratamento, onde mesmo se eu me esquecer de tomar os meus remédios, eles podem-me lembrar, e se eles se esquecerem, eu também posso lembrá-los de tomar os seus remédios."

Muitos pais achavam que o seu filho(a) seria capaz de apoiá-los quando soubessem do seu estado seropositivo: "Acho apropriado contar-lhes o meu estado... as pessoas têm conhecimentos sobre o HIV, por isso é provável que o aceitem e também que me ajudem." Muitos pais também sentiam que os seus filhos poderiam dar-lhes apoio prático: "Se eu divulgar aos meus filhos, isto significa que no dia em que eu não me sentir com forças suficientes para [ir] ao hospital, posso enviar o meu filho(a) sem medo."

Recomendações dos jovens

> Queremos fornecer informações e apoio para que todos possamos fazer as nossas próprias escolhas, sem medo de sermos julgados, de sofrer abusos físicos ou de sermos excluídos da sociedade. É este mesmo medo e exclusão que está a impedir os nossos esforços para acabar com a SIDA. *Annah Sango, líder READY.*

Governos

1. Apoiem novas iniciativas ambiciosas para eliminar o estigma e a discriminação. É hora de recomeçar - acabar com as imagens de pessoas com um ar doente - precisamos de nos concentrar em mensagens positivas sobre os benefícios do tratamento e garantir que novas campanhas alcancem todos os membros da sociedade, incluindo cuidadores, professores, líderes da igreja e profissionais de saúde.

2. Eliminem todas as políticas e leis que criminalizam as pessoas por não revelarem o seu estado. A revelação deve ser a escolha do indivíduo.

Implementadores / Instalações de saúde

3. Concentrem-se na educação. Os jovens precisam que todas as pessoas nas suas vidas tenham uma compreensão completa e precisa sobre o HIV, a transmissão e o tratamento. Certifique-se de que informações completas e atualizadas alcançam toda a gente, jovens e idosos, e incentive diálogos abertos e bem informados nas comunidades.

4. Criem serviços adequados aos jovens. Os serviços geridos por pares são particularmente úteis, como o AAAC (Adolescentes de Apoio à Adesão Comunitária). São necessários mais serviços de pares, incluindo serviços de saúde sexual. Os jovens devem estar envolvidos de maneira significativa na concepção destes serviços.

Comunidades

5. Criem espaços seguros. Os grupos de apoio são uma maneira valiosa de permitir aos jovens compartilhar as suas experiências em confiança com outras pessoas que vivem com HIV. Também precisamos de espaços seguros, que sejam abertos a todos. Os jovens querem e precisam de ser capazes de criar amizades e relacionamentos com outros, seja qual for o seu estado.

6. Incentivem modelos positivos. Jovens saudáveis que vivem abertamente com HIV são uma verdadeira inspiração para os outros; eles podem ser formadores ou mentores dos seus colegas. Além disso, identifique defensores da causa entre os líderes comunitários, pessoas que estejam preparadas para falar e liderar diálogos positivos.

“Queremos fornecer informações e apoio para que todos possamos fazer as nossas próprias escolhas, sem medo de sermos julgados, de sofrer abusos físicos ou de sermos excluídos da sociedade. É este mesmo medo e exclusão que está a impedir os nossos esforços para acabar com a SIDA. *Annah Sango, líder READY.*”

READY+
RESILIENT & EMPOWERED ADOLESCENTS & YOUNG PEOPLE

O READY+ visa promover a saúde e os direitos sexuais e reprodutivos (SDSR), o bem-estar psicológico, os cuidados e tratamento com, por e para 30.000 adolescentes e jovens vivendo com HIV em Moçambique, eSwatini, Tanzânia e Zimbábue. O programa está sendo implementado por um consórcio inovador e multidisciplinar de jovens e de parceiros de SDSR, HIV e comunicação.

O READY+ é um projeto, parte de um portfólio, que está a ser implementado no âmbito do programa READY. Para mais informações, visite **https://frontlineaids.org/our-work-includes/ready/**

Zvandiri AFRICAID
CANGO
GNP+ GLOBAL NETWORK OF PEOPLE LIVING WITH HIV
FRONTLINE AIDS
M&C SAATCHI WORLD SERVICES
REPSSI Psychosocial Wellbeing For All Children
PATA
GLOBAL NETWORK OF YOUNG PEOPLE LIVING WITH HIV

Financiado pela Embaixada do Reino da Holanda, Moçambique