

# GUIÃO PARA O DIÁLOGO À LUZ DO HINDUÍSMO



UM GUIA COM MENSAGENS DE FÉ  
E INFORMAÇÕES SOBRE O HIV

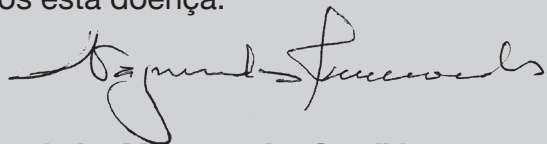


# Prefácio

*“Mas aqueles que sempre Me adoram com devoção exclusiva, meditando em minha forma transcendental - para eles trago o que lhes falta e preservo o que eles têm.”*

[Bhagavad Gitá, Capítulo 9, Versículo 22]

Uma das formas supremas de honrar e demonstrar o amor a Deus Krishna é cuidando da nossa saúde do corpo e da mente. As comunidades religiosas têm uma grande responsabilidade de transformar a vida das pessoas e contribuem na consciencialização para a adopção de comportamentos de saúde positivos e promoção da saúde em geral. Neste contexto, recomendo vivamente a todos os Líderes Religiosos que usem este **Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo** como um instrumento orientador para as conversas em matérias de HIV e SIDA com os nossos Crentes e com a comunidade Hindú em geral. O guião tem por objectivo complementar e impulsionar as acções de resposta à epidemia do HIV e SIDA no País, implementadas pelo Governo e parceiros. Aproveitar a oportunidade para apelar à sensibilização, tolerância, aceitação e amor entre todos os filhos de Deus Krishna, o Criador do Universo, para juntos combatermos esta doença.



**Naguindás Manmoandás Gandhi**  
Naguindás Manmoandás Gandhi  
Presidente da Comunidade Hindú em Moçambique

A saúde humana apresenta a componente clínica e a social. Com o aumento crescente do número de pacientes e os desafios do sector de saúde, houve a necessidade de desenvolver estratégias comunitárias para complementar os esforços empregues nas Unidades Sanitárias. Uma das medidas foi o envolvimento das confissões religiosas na consciencialização da população em relação à mudança de comportamento sobre o HIV, promovendo a prevenção, a testagem e o tratamento por, forma a normalizar e, conseqüentemente reduzir o estigma. Nós, como instituição de coordenação, encorajamos o Templo de Shiva e outros templos a incluir o **Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo** como uma importante ferramenta com o objectivo de sensibilizar, educar com informações correctas e envolver a comunidade religiosa rumo ao controle da epidemia do HIV no País.



**Francisco Mbofana**  
Secretário-Executivo do CNCS

# Agradecimentos

Esta publicação foi possível com o apoio do Plano de Emergência do Presidente dos Estados Unidos da América para o Alívio do SIDA (PEPFAR). O seu conteúdo é da exclusiva responsabilidade dos autores e não deve ser interpretado como posicionamento ou políticas oficiais, assim como não se deve inferir nenhum endossamento ao Governo Americano.

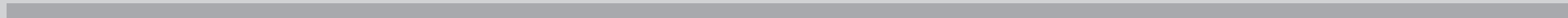
O presente guião, que tem em mãos, foi possível graças ao apoio e colaboração de vários intervenientes aos quais endereçamos os nossos agradecimentos. Destacamos o empenho e colaboração das seguintes entidades:

- Conselho das Religiões de Moçambique;
- Conselho Cristão de Moçambique;
- Conselho Islâmico de Moçambique;
- Comunidade Hindú de Maputo e Províncias de Moçambique;
- Conselho Nacional de Combate ao SIDA (CNCS);
- Ministério da Saúde;
- PIRCOM;

- Organizações (Fundação Ariel, CCS, FGH, ICAP, EGPAF, ACAM, LAMBDA, Rejusida, Plasoc e ECHO-ABT); e
- Centros de Controlo e Prevenção de Doenças (CDC) e Agência dos Estados Unidos para o Desenvolvimento Internacional (USAID) pelo apoio técnico.

Igualmente, enaltecemos a participação e dedicação dos membros do Comité Consultivo de Marketing do Projecto EpiC-PSI e sobretudo dos teólogos, pelo imensurável contributo no enquadramento das mensagens-chave de HIV às escrituras sagradas.

Acreditamos que o Pacote de Materiais com Intervenções Baseadas na Fé possa contribuir para os esforços no Ministério da Saúde na sensibilização da comunidade para a prevenção, testagem e tratamento do HIV, bem como na normalização do debate sobre o HIV e SIDA com vista a reduzir o estigma e a discriminação no País.



# Glossário

<b>ARVs</b>	Anti-retrovirais
<b>HIV</b>	Vírus de Imunodeficiência Humana
<b>ITSs</b>	Infecções de Transmissão Sexuais
<b>PreP</b>	Profilaxia Pré-exposição
<b>PVHIV</b>	Pessoas Vivendo com HIV
<b>SIDA</b>	Síndrome de Imunodeficiência Adquirida
<b>TARV</b>	Tratamento Anti-retroviral
<b>TB</b>	Tuberculose



# Índice

- 06** Objectivo do Guião
- 07** Instruções de Utilização
- 09** Estratégias para Engajamento do Homem
- 11** O Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo
- 13** Informações sobre o HIV
- 15** Formas de PREVENÇÃO do HIV
- 25** TESTAGEM para o HIV
- 33** TRATAMENTO do HIV
- 41** PREVENÇÃO da Tuberculose
- 45** ESTIGMA
- 52** Perguntas & Respostas



## Objectivo do Guião

O Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo tem como objectivo apoiar os líderes e crentes Hindús a incentivar a comunidade a adoptar comportamentos saudáveis relacionados com o HIV.

Nomeadamente, alertar para a importância e promoção da Prevenção, da Testagem e Tratamento do HIV, bem como para a redução do estigma e a discriminação existentes na sociedade em relação à doença.

Pela importância que a religião tem para a população moçambicana, aliar as mensagens de fé a mensagens de saúde é vital para que possamos ter uma população mais saudável, sendo bem sucedidos na promoção de comportamentos saudáveis.



# Instruções de utilização

O Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo deve ser utilizado como suporte para um diálogo com os crentes em grupos grandes ou pequenos.

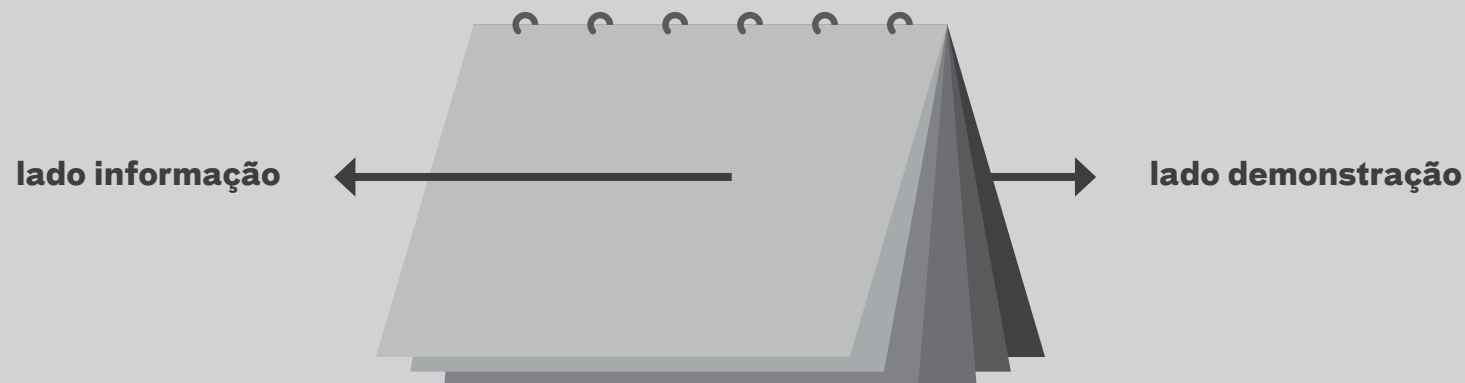
O Guião inicia com um capítulo informativo sobre o HIV para que possa dar ao líder religioso ou coordenador do grupo no Templo de Shiva ou outros templos Hindús, mais informação sobre o tema e assim responder às questões colocadas pelos crentes.

O Guião para o Diálogo à Luz do Hinduísmo está dividido em temas sobre saúde para orientar a conversa do grupo reunido no templo ou num outro local. Orientamos a introduzir e debater um tema por encontro ou palestra e complementar com o estudo das sagradas escrituras.

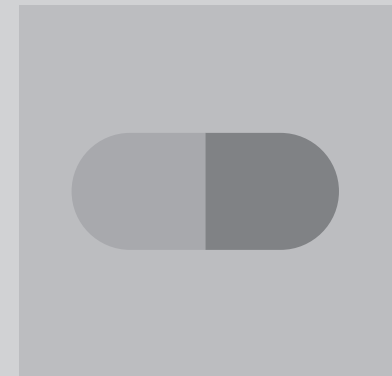
Para facilitar a compreensão, o presente guião apresenta perguntas temáticas nas últimas páginas.

Após a leitura e compreensão da informação técnica, deve-se utilizar o guião de modo a que as páginas com imagens fiquem viradas para o crente, enquanto que o orientador da sessão tem a página com as mensagens-chaves viradas para si – como demonstra a imagem.

A conversa deve ser aberta e interactiva, havendo espaço para o diálogo inclusivo e esclarecimento de dúvidas.



**Todos unidos  
no amor, na fé e  
na protecção  
da comunidade e  
das famílias,  
no controle do HIV.**



# Estratégias para engajamento do homem

As seguintes estratégias são usadas para abordar as barreiras que impedem os homens de aceder aos serviços de testagem e cuidados de saúde para o HIV:

- 1. Transmitir mensagens de esperança;**
- 2. Integrar o HIV a outros serviços de saúde;**
- 3. Oferecer acompanhamento e apoio;**
- 4. Oferecer opções de lugares para a testagem;**
- 5. Criar grupos de apoio para Pessoas Vivendo com HIV;**
- 6. Promover a igualdade de género, combater o estigma e a discriminação;**
- 7. Envolver os líderes religiosos para encorajar a testagem de casais e famílias.**

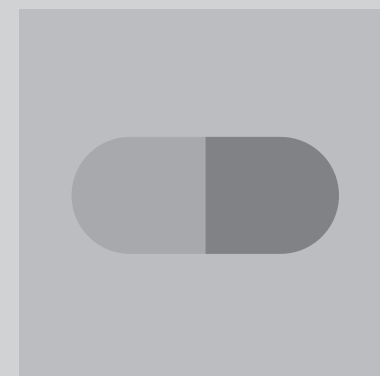




**GUIÃO PARA  
O DIÁLOGO À LUZ  
DO HINDUÍSMO**



**O conhecimento  
sobre o HIV  
é importante para si  
e para oferecer apoio  
aos irmãos que vivem  
com essa condição.**



# Informações sobre o HIV

## O que é HIV?

É um Vírus de Imunodeficiência Humana que ataca as células de defesa do corpo e sem tratamento pode desenvolver a doença da SIDA.

## O que é SIDA?

A Síndrome de Imunodeficiência Adquirida é o estágio final da infecção por HIV, que ocorre quando o corpo perde a capacidade de combater infecções por estar gravemente afectado por causa do vírus. **O HIV progride para SIDA quando as pessoas que vivem com HIV não tomam os seus medicamentos** para controlar a quantidade de vírus no sangue.

As formas de transmissão do HIV podem ser:

- **Sexo desprotegido com alguém que tenha HIV;**
- **Partilhar agulhas ou outro instrumento perfuro-cortante na pele com quem tem HIV;**
- **De mãe HIV positiva para o filho durante a gravidez, parto ou amamentação;**
- **Transfusão de sangue contaminado por HIV.**

Em Moçambique, a prevalência de HIV é de 13,2%, (fonte:

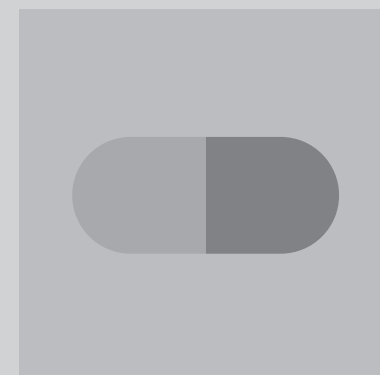
IMASIDA 2015), entre a população dos 15 aos 59 anos. A maior parte das mulheres infecta-se em idades mais jovens do que os homens.



Um dos factores que contribui para a propagação do vírus é o facto de as pessoas não conhecerem o seu seroestado, além do parceiro fixo, terem vários parceiros sexuais em simultâneo e estes parceiros terem também, por sua vez, outros parceiros.

Todos têm direito a ter os cuidados de saúde. Algumas barreiras que influenciam a testagem, tratamento e adesão das pessoas em relação ao HIV são o medo de serem julgadas e a discriminação que podem sofrer na família, comunidade, posto de trabalho e na sociedade.

**A prevenção é a melhor  
maneira de reduzir  
a evolução do HIV.  
Mantenha a sua  
protecção e a daqueles  
que estão à sua volta.**



# Formas de PREVENÇÃO do HIV

As formas de prevenção do HIV mais conhecidas são:



**O uso do preservativo**

O preservativo é o único método contraceptivo que protege contra todas as infecções de transmissão sexual, incluindo o HIV.



**Abstinência**

A abstinência sexual é a ausência do acto sexual, podendo ser periódica ou não. Na fé Hindú aconselha-se às pessoas não casadas a optar pela abstinência para a conservação da sua castidade.



**Circuncisão médica masculina**



**Profilaxia Pré-exposição (PrEP)**

A circuncisão médica masculina voluntária consiste na remoção cirúrgica do tecido que cobre a cabeça do pénis e que diminui o risco de infecção por HIV e Infecções de Transmissão Sexual, bem como desenvolver cancro de pénis. Igualmente reduz as chances de a parceira do sexo feminino desenvolver cancro no colo do útero.

A Profilaxia Pré-exposição (PrEP) consiste no uso de medicamentos Anti-retrovirais para pessoas com seroestado negativo e com alto risco de contrair o HIV. Pessoas que tomam PrEP todos os dias podem reduzir o risco de adquirir o HIV em mais de 99%. É recomendada a casais discordantes em que um dos parceiros é HIV positivo e outro é HIV negativo.

**A prevenção é o primeiro passo  
para uma vida saudável.**



# PREVENÇÃO:

## Mensagens-Chave

Fazer a circuncisão médica reduz o risco de infecção pelo HIV.

**Tenha um único parceiro sexual.**

**O preservativo é o único método contraceptivo que protege contra todas as infecções de transmissão sexual, incluindo o HIV. Use o preservativo se o seu parceiro for HIV positivo ou se não souber o seu seroestado.**

Deve repetir o teste de HIV, de acordo com a orientação do pessoal de saúde.

**A abstinência é um método infalível para a conservação da sua castidade.**

A Proflaxia Pré-exposição (PrEp) ajuda a prevenir a infecção por HIV entre casais serodiscordantes, ou seja, um HIV positivo e o outro negativo.



**Sejam fiéis aos vossos parceiros  
para a protecção do vosso lar.**



**BHAGAVAD GITÁ, 6:16**

16. Aquele cujas condutas são equilibradas, cujas acções são adequadas, é o destruidor da dor ou da infelicidade.

## O lar à Luz do Hinduísmo: castidade e fidelidade.



### Mensagem de fé

No Hinduísmo, Deus é representado como sendo masculino, e a energia de Deus, ou Shakti, é personificada como Sua esposa. Nos templos Hindús, na arte e mitologia, Deus é visto em todo o lado como o querido casal divino, em pé de igualdade.



### Mensagem técnica

**O preservativo deve ser compreendido como método de prevenção para salvar a vida humana, de doenças. Porém, como bom praticante da religião Hindú, a abstinência e fidelidade continuam a ser os meios seguros e preferenciais para evitar a infecção pelo HIV.**



**A circuncisão médica masculina previne infecções sexualmente transmissíveis, incluindo o HIV.**



**BHAGAVAD GITÁ, 3:28**

28. Aquele que tem o conhecimento da Verdade Absoluta, não se ocupa com os seus sentidos, sabendo bem as diferenças entre o trabalho em devoção e o trabalho em busca de resultados frutíferos.

# Circuncisão masculina médica voluntária

**Reduz as chances do homem contrair o HIV, infecções sexualmente transmissíveis e desenvolver o cancro do pênis. Evita que a parceira desenvolva cancro do útero.**



## **Mensagem de fé**

À luz da Escritura Sagrada Hindú, Bhagavad Gitá, não devemos manter-nos saudáveis apenas para poder desfrutar melhor o prazer físico ou obter vantagem sobre os nossos concorrentes. Em vez de buscar esses prazeres ilusórios e de curto prazo, devemos-nos manter saudáveis para orar ao Deus Krishna.



## **Mensagem técnica**

**A circuncisão é um procedimento que reduz a possibilidade de ter infecções de transmissão sexual, incluindo o HIV. Reduz as chances de o homem desenvolver o cancro do pênis e evita que a parceira desenvolva o cancro do colo do útero.**



**Ame-se para amar os outros.**



# Profilaxia Pré-exposição (PrEp)



## Mensagem de fé

Pessoas de fé seguem os mandamentos do Deus Krishna de forma incondicional.

As escrituras dizem que aquele que restringe os seus sentidos, mantendo-os sob completo controle, é um homem de inteligência estável.

Protegendo um ao outro, poderão constituir família e ter filhos livres do HIV.



## Mensagem técnica

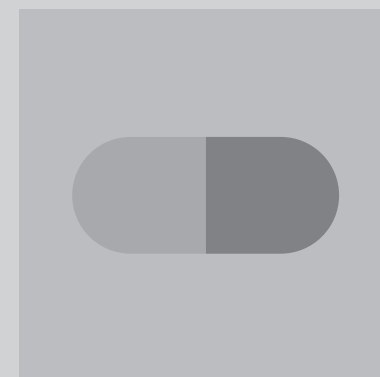
**A Profilaxia Pré-Exposição (PrEp) é um método de prevenção à infecção pelo HIV através da toma de medicamentos Anti-retrovirais. O PrEp é usado por pessoas com o seroestado negativo, mas com alto risco de exposição ou de contrair o HIV.**

**Por exemplo, entre os casais serodiscordantes, onde um dos membros é positivo e o outro negativo.**

**Pessoas que tomam a PrEP têm menos risco de contrair o HIV.**



**Quem não conhece  
o seu seroestado para o  
HIV é importante que faça  
o teste e, se for positivo,  
deve iniciar o tratamento  
imediatamente.**



# TESTAGEM para o HIV

Existem diferentes lugares para testagem, na unidade sanitária e na comunidade. Os testes são de natureza voluntária:



**Testes realizados por profissionais de saúde**



**Testes laboratoriais**



**Caso Índice**

Para além dos testes de HIV realizados na unidade sanitária pelos profissionais de saúde e por provedores comunitários em locais específicos como feiras de saúde, temos a abordagem de Caso Índice.

Caso Índice é um processo pelo qual os conselheiros ou profissionais de saúde solicitam à pessoa adulta com teste positivo para o HIV, que liste todos os seus contactos de parceiros sexuais, parceiros de drogas injectáveis e filhos biológicos menores de 15 anos.

**Geralmente são testados nas suas residências.**

**Para que possa ter uma vida  
saudável, é importante saber  
o seu seroestado para o HIV.**



# TESTAGEM:

## Mensagens-Chave

Se tiver alguma **infecção de transmissão sexual faça o teste do HIV**. É muito importante informar ao seu/sua parceiro/a sexual, para que vá consigo fazer também o teste.

Se tiver um **comportamento de risco deve fazer o teste de HIV** e repetir o teste de acordo com orientações do pessoal de saúde.

Para os casais que queiram ter filhos, ou que a mulher já esteja grávida, é importante que façam as consultas Pré-natais em conjunto para que possam fazer o teste de HIV e tratem da saúde da mulher e da criança. Caso o resultado seja positivo, tomar a medicação para prevenir a transmissão do HIV para o bebé durante a gravidez, parto ou amamentação.

As crianças nascidas de pais seropositivos devem ser testadas para o HIV.

**O teste de HIV é voluntário e gratuito em todas as unidades sanitárias do País.**

Se o resultado do teste de HIV for positivo deve iniciar o Tratamento Anti-retroviral o mais rápido possível para que o HIV não destrua as células de defesa do seu corpo.

Se o resultado do teste de HIV for negativo é importante que continue a adoptar comportamentos de vida saudáveis.



**Mantenha a protecção da sua família,  
faça o teste de HIV.**



**BHAGAVAD GITÁ, 11:33**

33. Portanto, levante-se. Prepare-se para lutar e conquistar uma saúde estável. Vença os diferentes desafios com fé e desfrute de um bem-estar físico, mental, emocional e espiritual.

# Proteja a sua família.

**Um bom Homem Hindú cuida de si e participa da saúde da sua família.**



## **Mensagem de fé**

Escrituras Sagradas Hindús enfatizam repetidamente que a fé em Deus automaticamente molda o Homem a se cuidar-se a si próprio, assim como à sua família, fortalecendo a harmonia dentro da família.

Uma das formas de demonstrar o amor é fazendo o teste de HIV que pode ajudar a si e à sua família a manter uma vida saudável.



## **Mensagem técnica**

**O teste de HIV é voluntário e gratuito em todas as unidades sanitárias do País. Se o resultado do teste de HIV for positivo deve iniciar o Tratamento Anti-retroviral imediatamente para que o HIV não destrua as células de defesa do seu corpo. É importante manter-se no tratamento para ter uma vida saudável.**

**Se o resultado do teste de HIV for negativo é importante que continue a adotar comportamentos de vida saudáveis.**



**Cuide da sua saúde sem medo,  
estou aqui para o apoiar.**



### **BHAGAVAD GITÁ, 3:8**

**8. Execute seu dever prescrito, pois este procedimento é melhor do que não o fazer. Sem isso, não se pode nem ao menos manter o corpo físico.**

# A saúde em primeiro lugar.

**O acompanhamento e apoio do líder religioso são a chave para a ligação aos serviços de saúde.**



## **Mensagem de fé**

O acompanhamento de um líder religioso pode ser a chave para a ligação aos serviços de HIV, ou seja, retenção aos cuidados e adesão ao tratamento.

Os líderes religiosos podem opôr-se às pressões culturais encorajando a comunidade de crentes a fazer o teste de HIV.

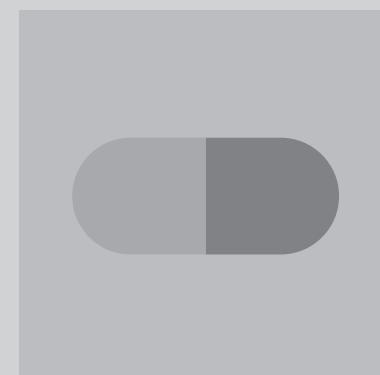


## **Mensagem técnica**

**Os homens perdem anos da sua vida devido a doenças evitáveis que podem ser revertidas por intervenção médica e mudanças no estilo de vida. A sociedade continua a empurrar uma variedade de expectativas para os homens; eles demoram a fazer o teste regular de HIV e têm medo que as pessoas descubram caso o resultado seja positivo.**



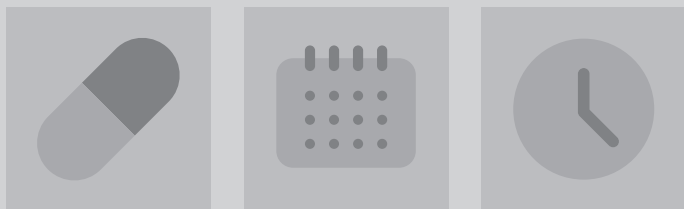
**O Tratamento  
precoce do HIV  
garante uma vida  
longa, saudável  
e produtiva na família  
e comunidade.**



# TRATAMENTO do HIV

O tratamento de HIV conhecido por Tratamento Anti-retroviral (TARV) é destinado às pessoas que tenham testado positivo ou que tenham nascido com o HIV. Pesquisas mostram que quanto mais cedo iniciar, melhores são os resultados de saúde e a qualidade de vida da Pessoa Vivendo com HIV.

O tratamento deve ser iniciado quando o corpo se apresenta ainda saudável. No passado, o critério para início era a contagem das células de defesa do corpo (CD4). Geralmente as pessoas iniciavam o Tratamento Anti-retroviral com o sistema imunológico fraco, ou seja, com o corpo doente.



**Para um tratamento efectivo, o medicamento deve ser tomado todos os dias e à mesma hora.**

## **Testar e iniciar.**

Todas as pessoas que façam o teste de HIV na unidade sanitária podem iniciar de imediato com o Tratamento Anti-retroviral. Quanto mais cedo iniciarem com o tratamento, mais cedo poderão garantir que o seu estado de saúde se mantenha saudável. O Tratamento Anti-retroviral permite que as Pessoas Vivendo com HIV tenham uma vida longa e saudável. Ao se manterem saudáveis poderão proteger os seus parceiros e filhos do HIV.

**Uma pessoa que vive com HIV  
e em tratamento contínuo,  
tem uma vida normal.**



# TRATAMENTO: Mensagens-Chave

Toda a pessoa com HIV deve iniciar o Tratamento Anti-retroviral imediatamente, para que o HIV não destrua as células de defesa do seu corpo (CD4).

**Deve tomar os Anti-retrovirais todos os dias e à mesma hora.**

Quando o Tratamento Anti-retroviral é feito de forma correcta, pela toma dos medicamentos todos os dias e à mesma hora, a carga viral (quantidade de vírus presente no organismo) fica baixa e a pessoa mantém-se saudável. A Carga Viral baixa não significa que não tem o HIV no corpo, mas que

o Tratamento Anti-retroviral está a funcionar bem e está a impedir que o vírus se multiplique no organismo. Quando a carga viral está muito baixa e a máquina do laboratório não a detecta, apesar do vírus estar no corpo da pessoa, considera-se carga viral indetectável.

**Pessoas com a carga viral indetectável não transmitem o HIV.**

**Logo Indetectável = Intransmissível (I=I)**

**É importante iniciar e manter-se em tratamento contínuo do HIV para uma vida saudável.**



**Quando tomamos correctamente  
os Anti-retrovirais o sistema  
de defesa do corpo fica mais forte.**



**BHAGAVAD GITÁ, 9:22**

22. Mas aqueles que sempre me adoram em devoção exclusiva, orando com fé para Mim, para eles trago o que lhes falta e preservo o que eles têm.

# Cuidemos da saúde para honrar os corpos que nos foram dados em confiança.



## Mensagem de fé

No Hinduísmo prestar serviço devocional com dedicação ao Deus Krishna é o objectivo final da vida e é para esse fim que devemos manter uma boa saúde. Permanecer em forma tanto ao nível do corpo assim como da mente a fim de praticar melhor a consciência de Krishna é o objectivo final da saúde.

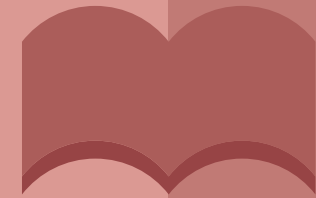


## Mensagem técnica

**No contexto do HIV é necessário encarar a doença e seguir os cuidados necessários de acordo com a orientação do pessoal de saúde. É importante comparecer à unidade sanitária nas datas indicadas para fazer exames de rotina e proceder ao levantamento dos medicamentos. Os Anti-retrovirais devem ser tomados todos os dias e à mesma hora para uma vida normal e saudável.**



**A boa adesão ao tratamento  
de HIV reduz o risco de ter  
doenças oportunistas.**



**BHAGAVAD GITÁ, 6:1**

**1. Quem age em consciência de Krishna, trabalha para a satisfação  
não somente pessoal mas de todos.**

# Todos os que vivem com HIV merecem tratamento.



## Mensagem de fé

O Homem deve ter um comportamento regrado, praticando a consciência de Krishna, da qual resulta uma boa saúde das pessoas e uma vida equilibrada.

O resultado de um tratamento bem sucedido, é que a pessoa vive uma vida vibrante e produtiva para a sua família e comunidade religiosa.



## Mensagem técnica

**A retenção aos cuidados de saúde e a boa adesão ao Tratamento Anti-retroviral ajudam a diminuir a Carga Viral (quantidade de vírus no organismo), evitando a transmissão do vírus a outras pessoas, e diminui o risco de contrair doenças oportunistas, como é o caso da Tuberculose.**



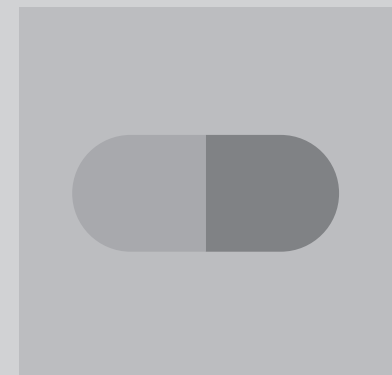
**A Tuberculose tem cura  
e pode ser prevenida.**

**O seu tratamento**

**é gratuito para**

**as Pessoas Vivendo**

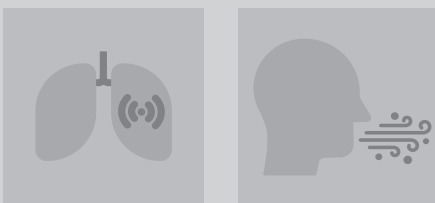
**com HIV.**



# PREVENÇÃO da Tuberculose

A Tuberculose é uma doença infecto-contagiosa bacteriana causada pelo bacilo de Koch. **Tradicionalmente afecta os pulmões**, mas pode atingir outros órgãos do corpo humano.

A Tuberculose Pulmonar é facilmente transmissível de uma pessoa à outra caso essa pessoa esteja com a imunidade baixa.



A Tuberculose é a **principal doença oportunista que afecta Pessoas Vivendo com HIV**.

Os sintomas mais comuns são a tosse seca, com ou sem sangue, dor e dificuldade em respirar.



**Pessoas com HIV devem receber o tratamento para prevenir a tuberculose. Caso tenha tuberculose, não deve interromper o Tratamento Anti-retroviral. Os dois tratamentos devem ser feitos em conjunto.**

O tratamento da tuberculose é feito por um período de tempo determinado pelos profissionais de saúde, enquanto que o tratamento de HIV nunca deverá ser interrompido.

**O tratamento preventivo da Tuberculose  
está disponível para todas  
as Pessoas Vivendo com HIV.**



**BHAGAVAD GITÁ 2:61**

61. Aquele que restringe seus sentidos mantendo-os sob completo controle e fixa a sua consciência em mim é protegido do mal.

# PREVENÇÃO da Tuberculose

**A Tuberculose é uma das doenças associadas ao HIV, mas seguindo a orientação médica, ela pode ser prevenida.**



## **Mensagem de fé**

Os devotos que se conectam com a energia do Deus Krishna desfrutam de uma boa saúde; a sua saúde melhora e, seguindo as regras e regulamentos, o seu brilho corporal aumenta. Os que não o fazem, parecem muito fracos.



## **Mensagem técnica**

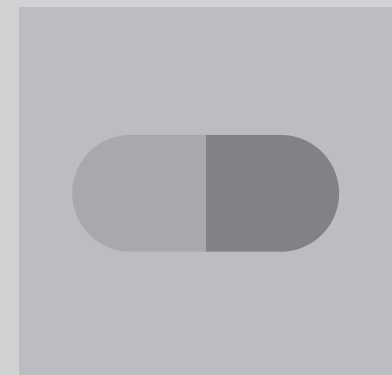
**A tuberculose é a principal causa de morte entre as pessoas que vivem com HIV, mas pode ser prevenida e tratada.**

**A prevenção e o tratamento da Tuberculose são e continuarão a ser uma parte crítica e essencial do tratamento e dos cuidados de HIV e SIDA.**

**O Tratamento Preventivo de Tuberculose está disponível para todas as pessoas que vivem com HIV. O mesmo apresenta reduzidos efeitos colaterais.**



**O verdadeiro  
hindú ama  
e apoia TODOS  
os seus irmãos,  
livre de qualquer  
julgamento.**



# ESTIGMA

**O estigma e a discriminação estão entre os principais obstáculos para a prevenção, adesão ao tratamento e retenção aos serviços de HIV.**

Pesquisas têm mostrado que **o estigma e a discriminação prejudicam os esforços no controle da epidemia do HIV** e fazem com que as pessoas tenham receio de procurar informações, serviços e apoio. Algumas medidas contra o estigma são:

- 1. Divulgação da legislação que protege Pessoas Vivendo com o HIV;**
- 2. Veiculação de informação correcta sobre os benefícios do tratamento de HIV;**
- 3. Reforço de matérias sobre HIV e SIDA nos currículos escolares, sobretudo no ensino primário;**

**4. Debates abertos sobre o HIV e SIDA em todos os quadrantes da sociedade para a sua normalização nas famílias e comunidades.**

Assim, o estigma e a discriminação enfraquecem a possibilidade de indivíduos e comunidades se protegerem do HIV. As Pessoas Vivendo com o HIV têm dificuldades de se manterem saudáveis, ou seja, de seguir a jornada de tratamento por receio que sejam levantadas suspeitas em relação ao seu estado serológico.



**Informação e apoio ajudam a acabar com o estigma.**

**Afaste o estigma e se aproxime-se  
de quem ama.**



# ESTIGMA: Mensagens-Chave

Ninguém deve ser julgado pelo seu seroestado de HIV.

**HIV positivo ou HIV negativo, somos todos iguais.**

Todos devem ser tratados com respeito e sem diferenciação.

Uma pessoa que vive com HIV é saudável e tem uma vida normal como qualquer outra pessoa.

**O estigma e a discriminação são grandes barreiras para a boa adesão e retenção ao tratamento.**

Pessoas de fé não julgam o próximo.

**Somos todos iguais diante do Criador.**

**O estigma e a discriminação matam e o HIV não.**

Ame para ser amado.

Irmãos, esta comunidade precisa de cada um de nós.

A discriminação é crime punível por lei.



# Todos devem ser amados



## **BHAGAVAD GITÁ, 18:20**

20. Deve compreender que está no modo da bondade aquele conhecimento com o qual se apercebe uma só natureza espiritual indivisa em todas entidades vivas.

## Todos Devem ser Amados.



### Mensagem de fé

No Hinduísmo, todos os que praticam a consciência Krishna, materializada também nas acções diárias, não devem discriminar as pessoas, pois são todas parte do mesmo criador.

No Bhagavad Gitá, Deus Krishna, explica que embora sejamos eternos por natureza, actualmente habitamos dentro de um corpo temporário. É apenas por ignorância e ilusão que aceitamos que o corpo, tão propenso a doenças e desconforto, seja o nosso Eu.

Os devotos que praticam a consciência de Krishna desfrutam de uma boa saúde e se inter-relacionam de uma forma harmoniosa.



### Mensagem técnica

**O estigma e a discriminação enfraquecem a possibilidade de indivíduos e comunidades se protegerem do HIV. As Pessoas Vivendo com o HIV têm dificuldades de se manterem saudáveis, ou seja, de seguir a jornada de tratamento por receio que sejam levantadas suspeitas em relação ao seu estado serológico. Enfrentam, por exemplo, dificuldades em solicitar dispensas frequentes nos postos de trabalho sem apresentar um quadro de doença.**

**Todos somos iguais  
diante do Deus Krishna.**



**BHAGAVAD GITÁ, 7:50**

5. Minha energia superior consiste das entidades vivas que exploram os recursos da natureza material inferior que também é parte de Deus.

# Permanecemos em compaixão, esperança e amor.



## Mensagem de fé

Óh Deus Krishna, Todo o Poderoso, tem grande amor por sua criação, uma das manifestações do seu amor é que todas as pessoas se tratem com amor mútuo, compaixão e respeito, para que possam obter as bênçãos e recompensas.

As pessoas afectadas pelo HIV e SIDA precisam de amor e carinho mais do que simpatia.



## Mensagem técnica

**Pesquisas têm mostrado que o estigma e a discriminação prejudicam os esforços de controle da epidemia do HIV. Na República de Moçambique, todos devem ser tratados com respeito e sem diferenciação, independentemente da sua condição física, socio-económica ou de saúde. As Pessoas Vivendo com o HIV têm os seus direitos observados na Constituição da República, Lei nº 19/2014, de 27 de Agosto e a Carta dos Direitos e Deveres dos Utentes (MISAU 2007). É muito importante obter informações verdadeiras sobre o HIV, sua transmissão e tratamento por forma a normalizar o debate em torno da doença e, conseqüentemente, reduzir o estigma e a discriminação.**



# Perguntas & Respostas

## PREVENÇÃO

### 1. Quais são as formas de prevenção do HIV que conhecemos?

Uso do preservativo, abstinência, fidelidade, circuncisão masculina médica, Profilaxia Pré-exposição (PreP) e Prevenção da transmissão vertical (de mãe para filho) através do tratamento que a mãe inicia na gravidez.

A circuncisão é importante porque reduz os riscos de infecção pelo que deve ser acompanhada por outros métodos.

## TESTAGEM

### 1. No contexto do HIV e SIDA qual é o segredo para uma vida saudável?

O segredo é adoptar medidas de prevenção, fazer o teste para conhecer o seu seroestado através da testagem do HIV. Se for positivo, iniciar imediatamente com o tratamento e ter boa adesão, através da toma dos medicamentos todos os dias e à mesma hora. Assim, terá uma vida normal e saudável.

### 2. Quando e porquê a pessoa deve fazer o teste?

- Para voluntariamente conhecer o seu seroestado e do seu/sua parceiro/a;
- Se tiver alguma infecção de transmissão sexual ou outra condição sugestiva de HIV indicada pelo pessoal de saúde;
- Caso tenha comportamento de risco;
- Quando o casal quiser ter filhos.

## TRATAMENTO DE HIV

### 1. O HIV tem cura?

Não tem cura, mas assim como outras doenças crónicas (ex: diabetes, hipertensão) tem tratamento para controlar a doença no corpo. Com o Tratamento Anti-retroviral a pessoa mantém-se forte e saudável e não transmite o vírus às outras pessoas, quando a sua carga viral for indetectável.

### 2. Quem deve fazer o Tratamento Anti-retroviral?

O Tratamento Anti-retroviral deve ser tomado por todas as pessoas com o resultado de HIV positivo que aceitam fazer o tratamento, independentemente da forma de transmissão. É importante iniciar o tratamento imediatamente para reduzir o risco de complicações de saúde.

### **3. Quando é que se diz que a pessoa está Indetectável e Intransmissível?**

A pessoa está indetectável quando a quantidade de vírus (Carga Viral) no organismo é muito baixa. Isso não quer dizer que a pessoa não tenha o vírus. A pessoa tem o HIV sim mas a quantidade de vírus é tão baixa que as máquinas não conseguem detectar e, por isso, se diz que a pessoa está indetectável. As Pessoas com carga viral indetectável não transmitem o HIV a outras pessoas. Logo Indetectável = Intransmissível (I=I). Isto só é possível quando a pessoa vivendo com HIV tem uma boa adesão ou seja que toma os Anti-retrovirais todos os dias e à mesma hora.

## **TRATAMENTO PREVENTIVO DA TUBERCULOSE**

### **1. Quem deve tomar o tratamento preventivo da Tuberculose?**

Todas as Pessoas Vivendo com o HIV mas de acordo com a orientação dos profissionais de saúde.

### **2. Devo interromper o Tratamento Anti-retroviral quando estiver a fazer o tratamento da Tuberculose?**

Não. Os dois tratamentos devem ser feitos em conjunto. O Tratamento Anti-retroviral deve ser tomado todos os dias e às

mesmas horas e nunca deverá ser interrompido, enquanto que o tratamento de tuberculose é tomado por um período de tempo determinado pelos profissionais de saúde.

## **ESTIGMA**

### **1. O que é o estigma no HIV e SIDA?**

É a exclusão social, discriminação de uma pessoa devido ao seu seroestado para o HIV. Alguns exemplos que contribuem são: divulgar o resultado de HIV de outra pessoa sem o seu consentimento; impedir que pessoa com HIV frequente o templo; ser despedido do emprego; ou separar utensílios domésticos do resto da família.

### **2. Como pessoas de fé, como podemos combater o estigma e discriminação?**

As escrituras sagradas dizem que somos iguais diante do Deus Krishna, o Criador. Como pessoas de fé devemos nos amar, não julgar, criticar nem culpar os irmãos vivendo com o HIV. Devemos apoiar, incentivar a seguir com o tratamento e proteger contra aqueles que pretendam estigmatizar. É preciso lembrar que o estigma e a discriminação são crimes na Lei dos Homens e são pecados diante dos olhos do Deus Krishna.



Ministério da Saúde

