

Jestaun Kazu husi Konselor ba Maluk HIV iha Timor-Leste



*Livru ki'ik ida hodi ajuda ita fo
tulun ba ema ne'ebé moris ho HIV*

Marsu 2022
V 1.0

AGRADESEMENTU

Manuál Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV ida-ne'e kria husi kolaborasaun entre Programa Nasionál ba SIDA husi Ministériu da Saúde, Estrela+, ASHM (Australasian Society for HIV, Viral Hepatitis, and Sexual Health Medicine), no AFAO (Australian Federation of AIDS Organisations).

Agradesementu liu ba Ines Lopes no Fernando Mota husi Estrela+, no mos ba Ekipa Programa Nasionál HIV/SIDA Timor-Leste, nudar ema importante ne'ebé posibilita kriaun handbook ida ne'e.

Agradesementu espesial mos hato'o ba partisipante sira iha prosesu avaliasaun ba prezisa ne'ebé Handbook ne'e responde ba. Sira mak: Bernardino De Araujo, Jorge Soares, Madalena Da Costa De Araujo and Marcos M. Meco husi Estrela+; Dr Carla F. Franco da Silva, Domingos António Soares Ximenes, Gabriela Martins Pereira, Joaquina Henriques Dos Santos Soares, Elvina Sarmiento Belo, Epifania da Silva Tilman, Nelson de J. Lay, Maria R. Pereira, Dra Odilia Fernandes Miguel, Renato da Cruz E Silva and Rosa Santos Neves husi Ministériu da Saúde; Zizi Belo husi Associação Comunidade Progresso; Dr Dwi Belo husi Marie Stopes Timor-Leste; Dr Bonifácio da Silva de Jesus, Karolina Surya Embun, Madalena F. Goncalves no Novirial Pinto husi Maluk Timor.

Informasaun iha manuál ne'e hetan revizaun tékniku husi parte profisionál sira inklui doutor moras hada'et, espesialista saúde mentál, pesoál servisu sosiál, no profesional sira ho esperensia iha programa ba prevensaun no responde ba violénsia bazeia ba jéneru. Sira mak: Profesór Dr Catherine O'Connor husi ASHM, Dr Debashish Kundu husi WHO Timor-Leste Country Office, Anna Yang no Lizzie Adams husi The Asia Foundation (TAF), Dr Kayli Wild husi La Trobe University, Emily Morisson husi Sustainable

Solutions Timor-Leste, no Angelo A. Menezes Guterres Aparicio ne'ebé nu'udar konsultán saúde mentál.

Ai-knanoik iha manuál ne'e halo husi Alfeo Sanches Pereira no Dr Bonifácio da Silva de Jesus ho apoiu husi Gaudencio Edison Ramos.

Hakerek no edita husi Dr Eleanor MacMorran, Dr Fairuziah Binti Bader Alkatiri no Karen Salter.

Dr Fairuziah Binti Bader Alkatiri halo tradusaun husi Ingles ba Tetun ba seksaun 1 to'o 8, ho revizaun husi Karen Salter, Zizi Belo, Ines Lopes, Nando Mota, no ekipa Programa Nasionál ba SIDA. Tradusaun ba seksaun 9 no 10 hala'o husi Carlos Cunha dos Santos, ho revizaun husi Angelo A. Menezes Guterres Aparicio no Karen Salter.

Dezenvolvimentu Handbook ida-ne'e sai possibilidade liu husi Fundu Globál, liu-liu husi sira nia Programa Sustentabilidade Atendimentu HIV ba Populasaun Xave sira iha Ázia (SKPA).

Agradesementu espesial liu ba comunidade ema moris ho HIV iha Timor-Leste no pesoal saúde sira ne'ebé tulun sira, ne'ebé sira ninia istória halo ona livru ki'ik ne'e sai posivel.

CONTENTS

Lia Maklokek	3
Agradesementu	4
Introdusaun	10
Lifuan Xave no Sigla 11	12
Seksaun 1 - Informasaun Baziku Konaba HIV	15
Saida mak HIV?	16
Oinsá lalaok tratamentu HIV?	21
Profilatiku Infeksaun Oportunistiku no Tratamentu	23
Seksaun 2 - Tranzmisaun HIV	25
Oinsá Tranzmisaun HIV husi ema ida ba ema seluk?	26
Seksaun 3 - Kria Ambiente Atendimentu Saudé ne'ebé Amigavel	33
Aspetu Fíziku Klínika HIV	36
Asaun no polítika ba ekipa HIV	38
Tips atu Maneja Apontamentu	42
Section 4 - Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV	45
Saida mak Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV?	46
Seksaun 5 Teste HIV	59
Prinsípiu teste HIV nian	60

Sujestaun ba teste HIV ne'ebé di'ak liu-tan	68
Mantein Nafatin Fornesimentu Ba Teste Determinante HIV	68
Planeamentu Ba Akonsellamentu Depois Halo Teste	68
Oinsa atu hatoo rezultadu teste HIV ne'ebé negativu	70
Teste primeriu (Determinante) HIV ne'ebé ho rezultadu negativu ne'e signifika saida?	70
Seksaun 6 - Apoio iha Momentu Diagnosio HIV 76	71
Signifikadu saida husi rezultadu pozitivu Teste HIV Determinante nian?	72
Atu Dehan Saida?	78
Tuir mai saida tan?	84
Seksaun 7 - Ligasaun Susesu husi EMHIV ba Kontinuasaun Atendimentu HIV	85
Tanba sa no oinsa atu halo ligasaun ba EMHIV foun	86
Standard Operating Procedures (SOP) ba Referál no Ligasaun	87
Seksaun 8 - Prevensaun bá Transmissaun HIV	99
Prinsípiu saida-saida de'it mak iha Kaixa Prevensaun bá HIV refere?	101
Esplikasaun kona ba Kaixa Ekipamentus bá Prevensaun HIV	103
Teste	103

Ligasaun ba Atendimentu ART	103	Problema Saúde Mental no HIV	186
Apoio ho Tratamentu	104	Aneksu no Rekursus Adisionál	193
PEP no PrEP	104	Referensia Xavi sira	203
Prevensaun Transmisaun HIV husi Inan bá Oan	105		
Condom ho Konsellu	105		
Uza Condom ho loos	107		
Seksaun 9 - HIV no Isin-rua	109		
Saida mak PTHIO HIV?	110		
Seksaun 10 - Akonselamentu ba Apoiu EMHIV	121		
Saida mak Akonselamentu?	122		
Etapasira ba Akonselamentu	126		
Lian isin-lolon ka Jestu	133		
Dokumentasaun	136		
Aprosimasaun Bazeia ba Kbiit iha Akonselamentu	138		
Akonselamentu ba mudansa hahalok – apoiu ba adezaun	140		
Modelu kona-ba Prepara an ona atu Muda	145		
Estigma relasiona ho HIV	157		
Suporta divulgasaun HIV	161		
Estratejia atu Hasoru ka Ultrapasa	172		
HIV no saúde mental	183		

INTRODUSAUN

Livru ida-ne'e dezeña atu sai instrumentu simples ida hodi identifika no apoia EMHIV iha Timor-Leste.

Livru ida ne'e iha foka liu ba akonsellamentu, apoiu EMHIV atu jere sira-nia saúde rasik, no minimiza estigma no diskriminasaun relasiona ho HIV ne'ebé limita efetividade servisu kuidadu saúde.

Manuál ida-ne'e laos matadalan klinikal. Ida ne'e la responde ba jestaun problema klinikal sira (ezamplu, infesaun oportunistiku ka efektu ladi'ak medikasaun sira). Bainhira problema sira-ne'e mosu iha manuál ne'e, rekomendasaun mak lori ba iha ekipa Sentru ART nian.

Manuál ida-ne'e dezenvolve tuir pedidu huosi konselor maluk HIV sira atu fó orientasaun hodi apoia sira-nia servisu.

Konteúdu ne'e hili bazeia ba asesmentu nesesidade ho pesoál akonsellamentu no teste HIV, konselor maluk HIV, Sentru ART nia pesoál saúde, no tékniku laboratóriu.

Dezenvolvimentu manuál ne'e hetan informasaun husi dokumentu xave rua - Relatóriu índise Estigmatizasaun HIV Timor-Leste 2017, no Relatóriu Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste 2021 - no mós matadalan WHO no evidénsia globál husi peskiza HIV.

Seksaun balu relevante ba pesoál saúde sira hotu, hanesan informasaun baziku konaba HIV, kria ambiente saúde ne'ebé amigavel, no prevene transmisaun HIV (Seksaun 1, 3, 8).

Ezemplu, karik pesoál saúde CHC hakarak hatene kle'an liu konaba oinsa atu fornese apoiu iha tempu diagnoza HIV, no oinsá bele liga paciente ho susesu ba atendimentu tuir mai (Seksaun 6 no 7).

Parteira sira sei iha interese espesial kona-ba oinsá atu hakbesik ba teste HIV, no HIV iha tempu isin-rua (Seksaun 5 no 9).

Konselleiru sira sei hetan rekomendasaun ba jestaun kazu husi Konselor maluk HIV (Seksaun 4) no mós informasaun kona-ba akonsellamentu atu apoia EMHIV iha situasaun oin-oin - nomos relevante tebes ba traballador Sentru ART sira (Seksaun 10).

Liu husi prosesu hsai kualidade atendentu iha rai laran tomak, sei apoia mos EMHIV barak liutan atu kontinua nafatin ho tratamentu ba tempu naruk, saudavel nafatin, no sei la hadaet ba ema seluk.

Mai ita servisu hamutuk to' zero kazu mate tanba HIV, no la iha tan hadaet HIV iha Timor-Leste.

LIFUAN XAVE NO SIGLA

ANC	Atendimentu ante-natal	TLD	Tenofovir, Lamivudine no Dolutegravir
ARV	Antiretroviral	TLE	Tenofovir, Lamivudine no Efavirenz
ART	Antiretroviral therapy	VL	Karga Viral (dalaruma mos konesidu nudar kuantidade virus ka volume virus (Viral Load iha sigla Ingles)
CD4	Sélula iha Sistema Imunidade isin nian	VCCT	Akonsellamentu no teste voluntáriu no konfidental (Voluntary, Confidential Counselling and Testing iha sigla Ingles)
EMHIV	Ema Ne'ebé Moris ho HIV		
ETHIO	Eliminasaun Transmisaun HIV husi Inan ba Oan		
HIV	Human Immunodeficiency Virus		
IO	Infesaun Oportunistiku		
LTFU	Lakon husi Atendimentu (Lost to Follow Up iha sigla Ingles)		
MHRS	Hadaet husi Relasaun Seksual		
PEP	Post-exposure prophylaxis		
PrEP	Pre-exposure prophylaxis		
PITC	Fornesedor sira rekomenda halo teste no akonsellamentu (Provider Initiated Testing and Counselling iha sigla Ingles)		
PTHIO	Prevensaun Transmisaun HIV husi Inan ba Oan transmission		
SIDA	Sindroma Imunodefisiensia Adkuirida		
TB	Tuberculosis		



Seksaun 1

Informasaun Baziku

Konaba HIV

SAIDA MAK HIV?

HIV signifika Virus Imunodefisiensi Umana.

HIV ataka sistema imunidade isin nian.

Neineik maibé beibeik, HIV hamenus sistema defeza isin-lolon nian no halo isin-lolon vulneravel ba moras sira seluk atu ataka.

Estragos hirak ne'e ita labele sente ga haree ho matan iha faze primeriu.

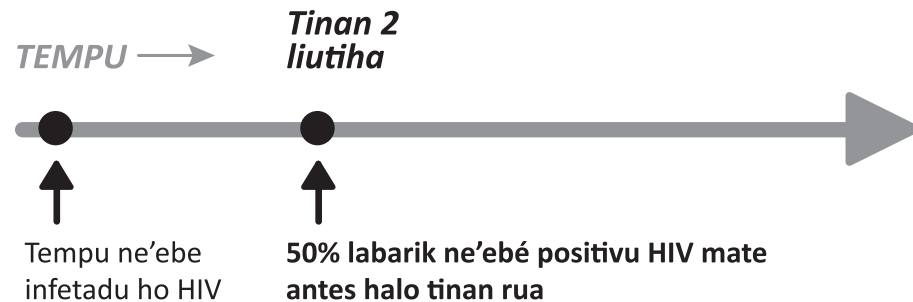
HIV iha ema adultu sei hatun imunidade isin-lolon ho neineik.

Bele lori to'o tinan 10 antes ema adultu ida ho HIV hahu hatudu sintoma sira:



Labarik sira-nia sistema imunidade la forte hanesan ema adultu, no dala barak HIV hafraku imunidade isin-lolon lalais liu.

Se la halo tratamentu, labarik barak ho HIV mak sei mate iha tinan dahuluk hirak nia laran:

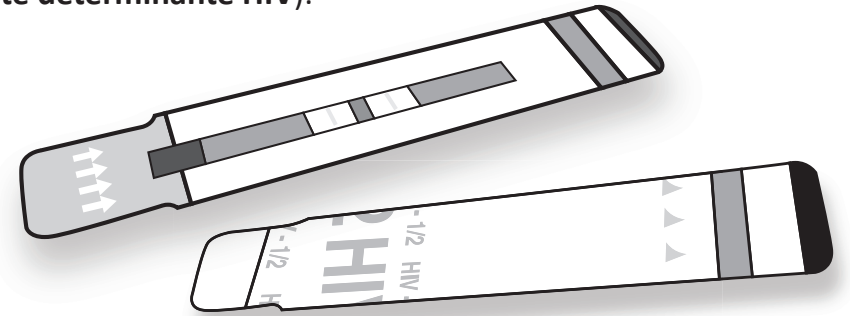


Ema barak iha HIV iha sira-nia isin-lolon durante tinan barak maibe lahatene.

Dala barak, ema ne'ebé ho rezultadu teste HIV pozitivu bele sente saudavel, no la hatene katak virus ne'e ataka neineik sira-nia sistema imunidade.

Ita la bele hatene se ema ida iha HIV liu husi haree deit husi liur.

Atu deteta HIV, ita presiza halo teste espesífiku ba ran (bolu **teste determinante HIV**).



Se rezultadu husi teste primeiru (determinante) HIV ne'e positivu, ita presiza halo tan teste konfirmadu hanesan Uni Gold no Stat Pack (haree Seksaun 6 Apoio iha Momentu Diagnostio HIV).

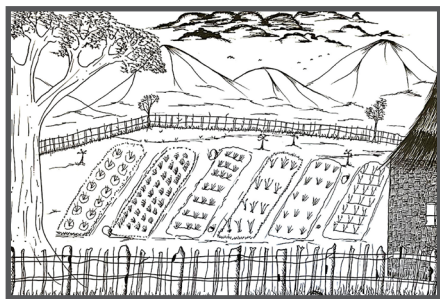
Husi ema ne'ebé iha HIV iha Timor-Leste, barak liu mak seidak hatene katak sira positivu HIV. Ida ne'e tanba sira seidak halo teste.

Iha Timor-Leste komún ba ema atu hetan **diagnoza tarde** ho HIV (ezamplu, tinan 10 liu tiha hetan virus HIV), iha tempu ne'ebé sistema imunidade hetan ona estragus maka'as.

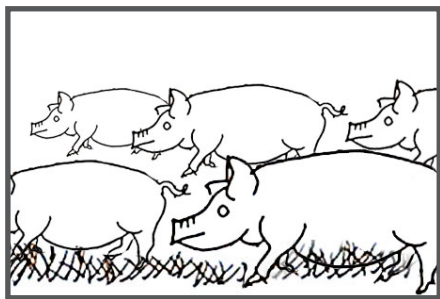
HIV ataka sélula CD4 sira ne'ebé parte husi sistema imunidade isin nian. Se la halo tratamentu, numeru sélula CD4 sei hamenus neineik tuir tempu.

Sistema imunidade ne'ebé hetan ona estraga makaas bele halo ema vulneravel ba **infesaun oportunistiku (IO's)**.

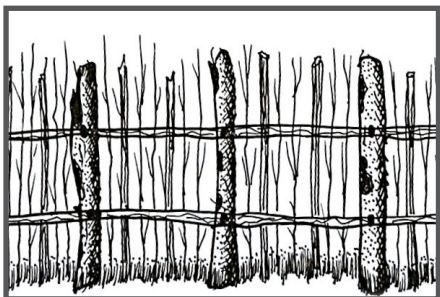
Istória ida ne'e ne'ebé esplika relasaun entre sistema imunidade, HIV, infesaun oportunistiku, no ART bele ajuda kompriensaun.



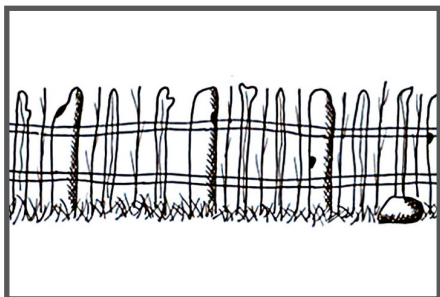
Imajina to'ok jardín ne'ebé buras tebes. **Jardín ne'e representa ita / ita-nia isin.**



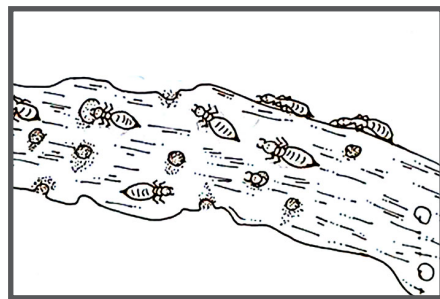
Imajina to'ok, iha familia fahi-fuik ne'ebé hela besik iha-ne'e, ne'ebé hakarak tama ba jardín laran no han buat hotu-hotu. **Fahi sira hanesan moras (infesaun oportunistiku) ne'ebé hale'u ita hotu.**



Imajina to'ok, iha lutu ne'ebé di'ak no proteje jardín ne'e. **Ida ne'e hanesan sistema imunidade ne'ebé proteje isin-lolon husi infesaun / moras.**



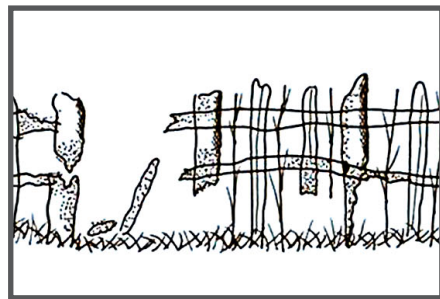
Ai sira-ne'e hotu tutan hamutuk atu halo lutu ne'ebé forte tebes. **Ida-ne'e hanesan sélula CD4 ne'ebé halibur hamutuk atu halo sistema imunidade ne'ebé forte tebes.**



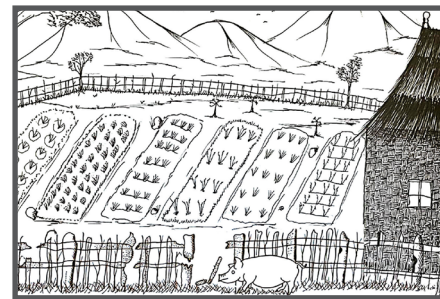
Agora, Imajina to'ok katak nehek ne'ebé dolar iha ai lolon, no sira komesa han ai ne'ebé halo lutu. **Nehek sira-ne'e hanesan HIV ne'ebé komesa estraga selula CD4 ida idak iha sistema imunidade.**



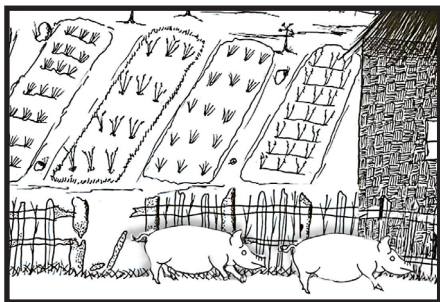
Horiuluk kedas, ita haree lutu hanesan di'ak hela, maibé ai ne'e estraga ona iha laran. **Ida-ne'e hanesan faze dahuluk HIV nian, bainhira seidauk iha sintoma bo'ot.**



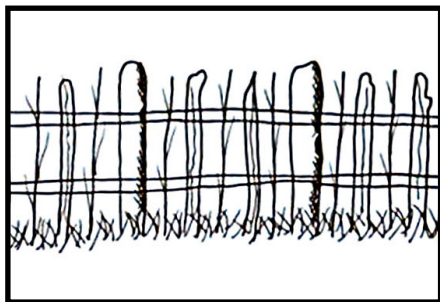
Nehek ne'e kontinua han ai, no depois tempu balu lutu ne'e monu hotu. **Ida-ne'e hanesan faze ikus HIV nian, wainhira sistema imunizasaun aat liu.**



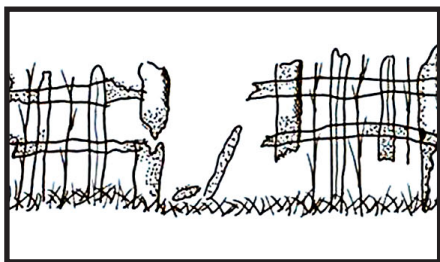
Agora fahi sira bele tama ba jardín laran, han no sama buat hotu no fo-terus maka'as. **Ida ne'e hanesan AIDS, bainhira infesaun oportunistiku estraga isin-lolon (porezemplu TB ka pneumonia).**



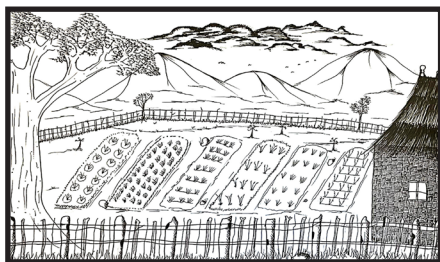
Prioridade dahuluk mak atu duni sai fahi sira hotu husi jardín ne'e. **Ida-ne'e hanesan tratamentu ba infeksaun oportunistiku.**



Prioridade tuir mai mak atu harii fila fali lutu ne'e no hapara nehek hodi labele halo estragus barak. Tinta spesial bele uza iha ai hodi hamenus nehek ne'ebé ajuda rede no proteje lutu. **Tinta spesial ne'e hanesan tratamentu HIV (ART). Harii fali lutu ne'e hanesan harii fali sistema imunidade.**



Imajina to'ok, toos-nain para ona atu uza tinta spesial. Se nune, nehek sira-ne'e sei fila fali no aumenta ba beibeik, no sei akontese fali estragus sira ne'ebé hanesan. **Ida-ne'e hanesan buat ne'ebé akontese se ema ruma para sira-nia ART.**



Ho lutu ne'ebé harii forte fali no tinta ne'ebé toos nain uza beibeik, jardín ne'e seguru husi fahi sira no bele sai buras. **Nune'e mós, ema ne'ebé moris ho HIV bele asegura sira nia sistema imunidade forte nafatin ho ART, atu nune'e sira bele moris naruk no saudavel.**

OINSÁ LALAOK TRATAMENTU HIV?

Tratamentu HIV hanaran **ART (Anti-Retroviral Therapy)**.

Bainhira hemu ai-moruk ART ne'ebé efetivu, numeru virus HIV iha isin-lolon bele hamenus no **sistema imunidade bele sai forte fali.**

Komprimidu ART sira-ne'e iha kombinasau

ai-moruk ne'ebé forte no servisu hamutuk hodi **hanehan HIV.**

Iha tipu ART oioin, no dala ruma tipu hirak balun mai hamutuk iha musan ida.

ART labele kura HIV. Ai-moruk musan sira-ne'e sei iha efeitu kuandu ema kontinua hemu loroloron.

ART tenke **kontinua hemu iha moris tomak.**

Virus HIV balun sempre subar iha isin-lolon, maske halo hela tratamentu maibé, kuandu hemu beibeik, ART ajuda asegura katak numeru HIV iha isin ne'e nafatin **ki'ik tebes.**

Karik ai-moruk musan ART sira-ne'e hemu ho maneira sala, **orsida hemu depois la hemu fali,** HIV **bele muda-an** nune'e ART la bele ona redús HIV. Ita bolu ida-ne'e **dezenvolve rezisténsia ai-moruk,** ne'ebé signifika katak ai-moruk hirak ne'e sei laiha tan efeitu.

Bainhira ita hemu ART loron-loron ne'e signifika katak virus ne'e la iha oportunidade atu troka nia-an, tan ART ne'e kontinua kontrola virus ne'e ho didi'ak.

Maneira hemu lolos ne'e ita bolu **adezaun di'ak.**



Bainhira iha kontrolu ne'ebé di'ak ba HIV, no número HIV ne'e ki'ik tebes to'o ita labele deteta iha **Teste Karga Viral** nian, ita bolu **la detektável**.

Se EMHIV nia karga viral sai fali **la detektável**, sira sei **labele transmite ka hada'et HIV** ba ema seluk.

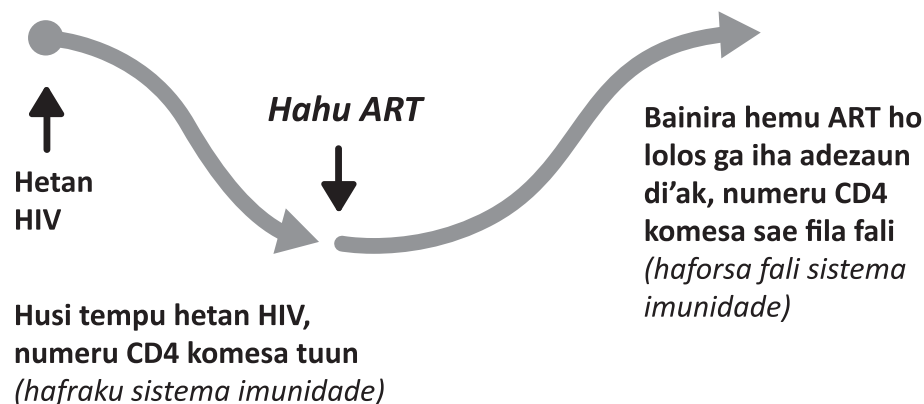
Ida ne'e ema hatene hanesan:

La detektável = La transmissível,

ka L=L (U=U iha Inglés).

Objetivu husi ART mak atu kontrola virus HIV no kontinua mantein número ki'ik nafatin, atu nune'e labele estraga liutan isin, no sistema imunidade bele sai forte fali.

Ita bele haree sistema imunidade ninia forsa liu husi sukat número CD4 .



PROFILATIKU INFEKSAUN OPORTUNISTIKU NO TRATAMENTU

Prosesu atu haforsa fali sistema imunidade ho ART sei **lori tempu** – dala ruma tinan balun.

Bainhira sistema imunidade sei fraku, fasil liu ba infesaun sira seluk atu uza oportunidade ida-ne'e hodi tama no halo isin-lolon moras.

Infeksaun oportunistiku (IOs) espesial hirak ne'e bele inklui TB no Hepatitis B.

Bainhira ita hein katak sistema imunidade sei rekupera, karik EMHIV sei hetan konsellu atu hemu aimoruk profilatiku hodi proteje hasoru infesaun oportunistiku sira:

- **Co-trim** fó protesaun hasoru pneumonia no infesaun sira seluk. Baibain, ne'e ai-moruk primeiru ne'ebé EMHIV komesa depois hetan diagnoza.
- **Isoniazid** ka Rifapentin (terapia preventiva TB) fó protesaun hasoru TB.

TB sai nu'udar infesaun oportunistiku ne'ebé komum liu afeta EMHIV iha Timor-Leste.

Infeksaun oportunistiku bele iha ona se ema ruma diagnoza tarde ho HIV. Moras hirak ne'e tenke **identifika no halo tratamentu ho urjente**.

Nudar Konselor Maluk HIV, ita bele ajuda kliente sira hamenus moras infesaun oportunistiku liu husi:

- Enkoraja sira atu ko'alia ho sira-nia ekipa atendimentu médiku HIV kona-ba sintoma saida de'it ne'ebé mak sira iha, atu bele indika sei iha infesaun oportunistiku
- Buka hatene sira nia kuñesimentu kona ba importánsia husi kontinuasaun sira-nia profilatiku ba infesaun oportunistiku
- Apoia kontinuasaun ART hodi ajuda ita nia kliente sira atinje supresaun viral (karga viral HIV ne'ebé menus) no rekuperasaun ba sistema imunidade

Ita hatene ka lae...?

SIDA signifika Sindroma Imunodefisiensia Adkuirida.

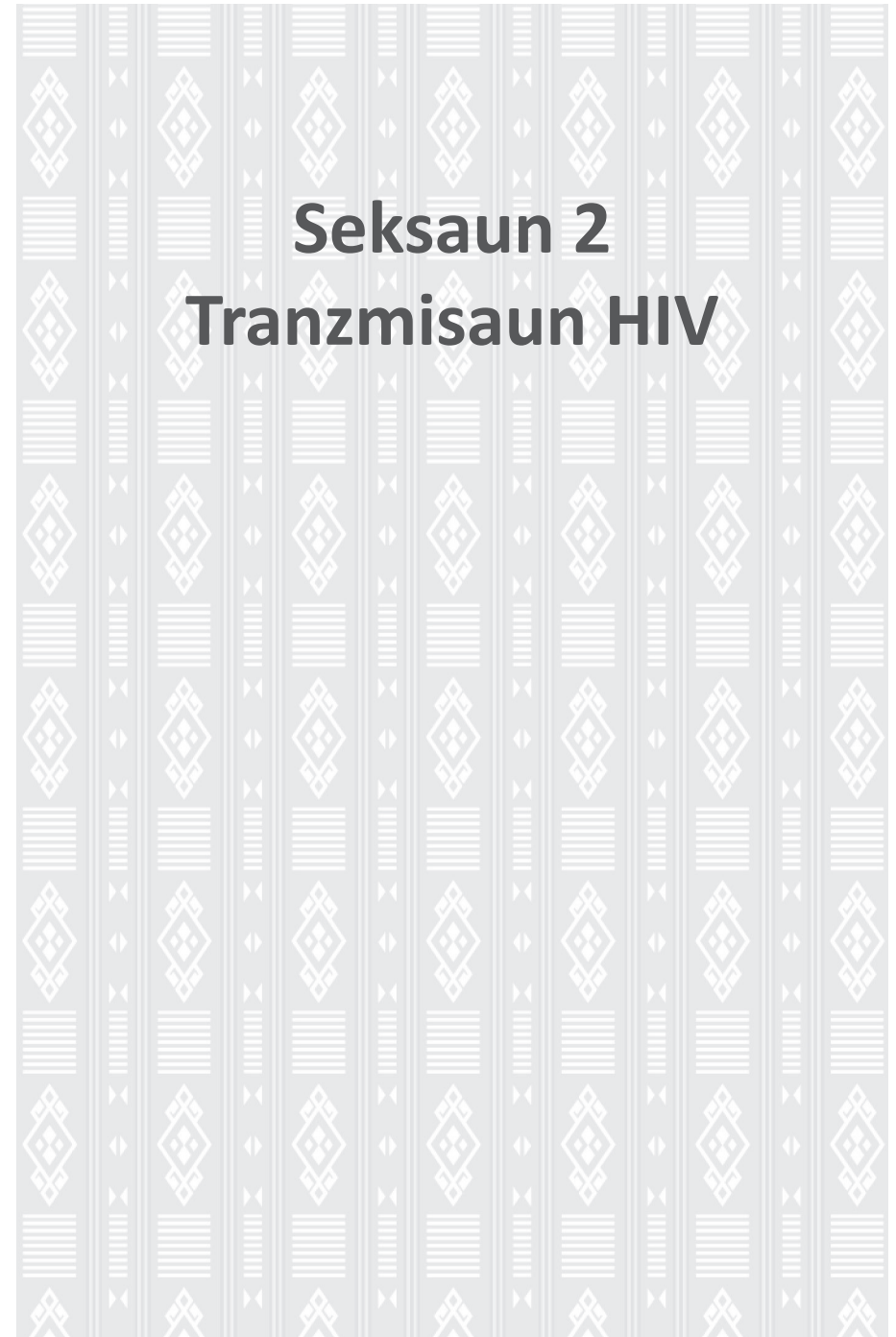
SIDA akontese bainhira sistema imunidade ne'e hetan estraga makas no infesaun oportunistiku sériu akontese.

SIDA mak kondisaun ne'ebé ita bele hadia. Rezultadu efektivu husi ART mak sistema imunidade bele di'ak fila fali.

Se ema ruma ho HIV hahú tratamentu efektivu sedu, sistema imunidade sei forte nafatin no laiha progresu hodi hetan SIDA.

SIDA termu ida-ne'ebé baibain uza maibe agora ladun uza ona, no ema balu senti liafuan ne'e halo estigmatizasaun.

Di'ak liu atu ko'alia kona-ba se karik HIV avansadu ona (sistema imunidade estraga ona), tuir hela tratamentu, ka kontrola ona ho di'ak (karga viral menus no sistema imunidade forte).



Seksaun 2 Tranzmisaun HIV

OINSÁ TRANZMISAUN HIV HUSI EMA IDA BA EMA SELUK?

Iha Timor-Leste, maioria kazu HIV hadaet liu husi buat rua mak hanesan:

1. Halo relasaun sexual la uza condom (anal ba vajinal)
2. Tranzmisaun Vertikal (Husi inan bá oan durante isin rua, partus ka fo susu).

Lala'ok seluk, ne'ebé ladun komun iha Timor-Leste bá HIV hodi bele tranzmite mak:

3. Transfusaun ran
4. Uza hamutuk daun
5. Kanek husi daun sona (hanesan ba pesoál saude sira)

Iha mitos barak (informasaun sala) kona bá transmisaun HIV iha Timor-Leste. HIV **la transmite** husi:

- Kaer
- Tur fatin sintina
- Uza hamutuk kopu, bikan, rounpa, ka kolsa kama/hena kama
- Susuk
- Anin

Kazu stigma barak no diskriminasaun barak mak mosu tanba menus informasaun relasiona ho oinsa HIV bele no labele hada'et.

Menus koñesimentu ne'ebé mak akuradu bele hamosu ta'uk, no ta'uk ne'e bele lori ema hodi halo asaun ne'ebé hatudu estigma (hanesan lakohi kaer ga hadook an husi EMHIV).

Nudar pesoal saude ida, ita bele hasae kualidade husi adentimentu ne'ebé ita fornese liu-husi kontinua estuda informasaun HIV bazea ba evidensia foun



Table 1. Fator sira ne'ebé iha relasaun ho risku a'as transmisaun HIV

Iha risku aas liu ba transmisaun HIV liuhusi RELASAUN SEXUAL bainhira:

- Se bainhira ema ho status pozitivu HIV ninia karga viral HIV aas
- Se bainhira la uza condom ho lolos no konsistente
- Se bainhira entre nain rua ne'e ida iha STI ativu (ezemplo syphilis)
- Liu husi relasaun sexual kauza kanek ka raan (e.g., agresan sexual)
- Liu husi relasaun sexual anal ne'ebé la uza kondom (kompara ho relasan seksual vaginal)
- Se bainhira halo relasan seksual ho liu ema ida
- Se bainhira ema ho negativu HIV la sunat

Iha risku aas liu ba transmisaun HIV VERTIKÁL (HUSI INAN BÁ OAN) bainhira:

- Se bainhira Inan refere iha karga viral HIV ne'ebé aas liu, liu-liu durante partus no fó susu
- Se bainhira bebé nia prophylaxis anti-viral (aimoruk prevensaun nian) fó tarde (> oras 4 depois de oan moris)
- Se bainhira bebé nia prophylaxis anti-viral lalos (aimoruk sala ka doze sala)
- Se wainhira uza instrumentu (ezemplu, forceps ka vacuum) durante partu
- Se wainhira hala'o episiotomia

Atu hatene kle'an liu kona-ba tranzmisaun HIV, ga oinsa HIV bele hadaet, importante tebes atu komprende kona bá forsa hirak ne'ebé mak influénsia ema ninia hahalok



Abelina mak negativu HIV
Manuel mak pozitivu HIV
(maibe seidauk hatene)

Abelina no Manuel la uza condom bainhira sira halo relasan seksual

Abelina sai pozitivu HIV

Relasan seksual la uza condom ne'e mak **kauza direita** ba tranzmisaun HIV.

Maibee, iha Tabela 2 iha kraik, ita bele buka klean liutan hodi hare **kauza abut balun** husi Abelina nia rezultadu pozitivu HIV.

Table 2. Fator abut balun ne'ebé bele kontribui ba tranzmisaun HIVne'ebé mak dadauk ne'e la'o hela

Kauza direita	Kauza abuut
<i>Manuel la hatene katak nia pozitivu HIV tanba nia seidauk halo teste.</i>	▶ Menus kunhesimentu kona bá HIV iha populasaun no Manuel ninia persepsaun kona bá risku ba nia aan rasik menus loos
<i>Manuel hanoin kona ba halo teste HIV, maibé nia hanoin barak kona ba saida mak akontese iha CHC.</i>	▶ Ta'uk atu hetan estigma nudar barreria ba atendimentu saúde
<i>Abelina hanoin kona ba atu uza condom maibé la hatene atu asesu husi ne'ebé.</i>	▶ Menus disponibilidade husi condom
<i>Nia hanoin katak pesoa saúde sira fó de'it bá feto kaben-na'in.</i>	▶ Menus husi edukasaun saudé sexual ne'ebé kompletu
<i>Manuel la konkorda ho ideia atu uza condom, no nia mak ema ne'ebé mak foti desizaun iha sira nia relasaun.</i>	▶ Podér jéneru la balansu fó impaktu bá kapasidade atu negosia kona ba proteje-an
<i>Dalaruma Manuel baku Abelina, no nia hanoin katak nia iha direitu atu halo relasaun sexual ho Abelina.</i>	▶ Feto sira ne'ebé hetan violensia iha relasaun domin iha risku aas liu atu hetan HIV
<i>Abelina lae iha serbisu no la iha osan rasik, no la hatene oinsá nia atu suporta nia an se bainhira Manuel laiha.</i>	▶ Moris kiak no depende ba ema seluk hodi iha osan ne'e hasa'e risku atu hetan HIV

 **Ita-bo'ot hatene ka lae...?**

Montante husi virus iha isin lolon ne'e aas liu durante semana dahuluk balun depois dé transmisaun HIV.

Ema ne'ebé mak foin hetan HIV iha risku aas liu atu halo tranzmisaun ba ema seluk, tanba karga viral HIV ne'ebé aas loos.

Ema balun iha sintomas hanesan moras flu ka kostupadu todan durante faze dahuluk hafoin transmisaun HIV, ne'ebé hanaran **moras serokonversaun HIV**.

Moras ida hanesan flu ka kustepadu depois de momentu hala'o relasaun sexual la ho protesaun ruma ne'e sai hanesan indikadór bo'ot ida ne'ebé mak presiza atu halo lalais teste ba HIV.



Seksaun 3
Kria Ambiente
Atendimento Saude
ne'ebé Amigavel

Enkoraja ema atu bá ita-bo'ot sira-nia facilidade saúde no kontinua **involve an iha atendimentu** depende teb-tebes ba **kriasaun ambiente ida-ne'ebé amigavel no bemvindu**.

Numeru hasees an husi facilidade saúde ka tratamentu ne'ebé aas bele sai indikasaun ida katak EMHIV la sente **seguru** no la sente **konfortável**.

Opsaun sira ne'ebé esplika iha kraik ne'e simples no baratu, maibé bele hatudu ba EMHIV katak:

- ami preokupa kona-ba ita-bo'ot, no
- ami hakarak ita-bo'ot sente bemvindu iha ne'e.

Simu kliente ida ba klínika ne'e hanesan simu bainaka iha ita-nia uma

Bainhira kliente sira sente konfortável, iha probabilidade bo'ot liu atu kontinua **involve an iha atendimentu ho di'ak**.

Ambiente ida-ne'ebé nakloke ba bainaka kompostu husi aspetu fíziku iha espasu ne'e no husi asaun ekipa nian.

HANOIN LAI:

- Bainhira ita simu bainaka iha uma, oinsa mak ita asegura katak sira sente konfortável no ho respeito?
- Bainhira ita visita ema seluk nia uma, maneira saida mak ita hakarak sira uza hodi simu ita ho respeito?
- Maneira hirak ne'e balun apar hodi uza iha klinika ga lae?



ASPETU FÍZIKU KLÍNICA HIV

Hanoin kona-ba oinsá ita-bo'ot bele optimiza ita-bo'ot sira-nia klínika nia ambiente atu prezerva **konfidensialidade kliente nian**.

- Hili área hein-fatin ho provasidade ne'ebé kliente sira la sente nakloke husi pasiente seluk nia hateke ne'ebé hein hela ka ema ne'ebé la'o liu
- Evita avizu ne'ebé anunsia “Sentru HIV”
- Fatin tama klinika ne'ebé ema barak la hare mak di'ak liu hodi kliente sira bele tama ba klínika ho seguru
- Taka avizu iha klinika laran ho mensajen hodi promete ba kliente sira katak buat hotu ne'ebé sira koalia sai iha sala laran ne'e konfidensiál.

Kria area hein fatin ideal ne'ebé kapas tuir ita nia kbit.

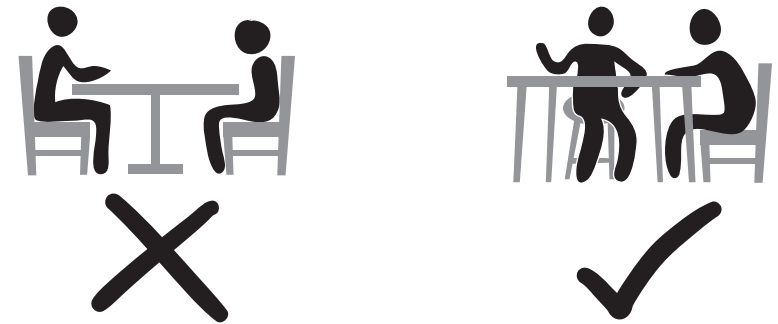
Fatin mahon ho privasidade ne'ebé ema la sente sena malu liu mak di'ak liu (no halo fasil atu tuir regra distansiamentu fízika COVID-19 nian).

Tau avizu hakerek iha klínika nia oin ka hein fatin ho liafuan badak **mensajen Bem-vindu**

Taka **dezeñu furak** balu iha ita-nia didin ne'ebé halo husi artista lokál sira.

Evita tau meza ida iha klaran entre ita ho ita-bo'ot nia kliente (meza ne'e bele sai bareira psikolójiku).

Duke tuur iha meza kotuk, tau ita-bo'ot nia kadeira no kliente nian kadeira iha 45° ba malu (atu hamosu sentimentu diskusaun amigavel ida entre ema ne'ebé iha nivel hanesan).



ASAUN NO POLÍTIKA BA EKIPA HIV

Asegura se de'it mak iha ita-nia facilidade, inklui pesoal limpeza, guarda seguransa no estudante rotasaun sira, kompriende importánsia xavi husi sempre mantein konfidensialidade total kliente nian.

Formasaun regular ba pesoal sira bele reforsa liu husi:

- Husu funsionáriu no estudante hotu atu asina formuláriu asegura konfidensialidade kliente nian (haree Aneksu 1)
- Diskute ho ita-bo'ot nia xefe kona-ba konsekuénsia saida mak sei mosu ba kualkér funsionáriu ne'ebé hakotu konfidensialidade kliente (inklui opsaun atu hapara membru funsionáriu nia kontratu).

Halo ita nia kliente EMHIV hatene katak ita kontente tebes atu haree sira.

Hamnasa bainhira atende sira-nia apontamentu no fo'ó tempu uitoan atu ko'alia halimar hanesan ita-bo'ot ho kolega ka viziñu ruma.

“Ha’u gosta Konselor (pesoál saúde) nia maneira ko’alia didia’k mai ha’u no respeitu ha’u-nia privasidade no halo ha’u sente konfortável, maibe ha’u la gosta maneira ne’ebé doutór ko’alia mai ha’u ho matan hanesan nia hakribi tebes ha’u.”

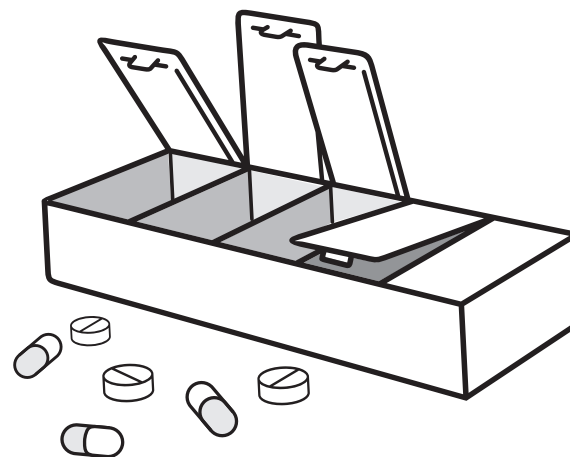
EMHIV ida ne'ebe hapara-an husi tratamentu no kuida du HIV.

Relatoriu Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste, 2021

Haree fila fali kona-ba ita nia modelu tau matan, no buka dalan atu **hafasil buat hotu** ba EMHIV.

Ezemplu ho apoiu forte ba evidénsia husi peskiza inklui mos:

- Prepara ART ba fulan naruk (quaze fulan 3)
- Lori ai-moruk ba sira nia uma
- Fo hanoin kona ba apontamentu liu husi SMS
- Uza kaixa fahe ai-moruk sira hodi ajuda kliente atu bele apár ho ai-moruk ne'ebé komplikadu



“Konselor sira tenki loke-an ba EMHIV atu nune’e sira la sente mesak, sempre husu kona-ba EMHIV nia novidades ka kondisaun, trata sira hanesan kolega ida”

Edukador ba HIV, Dili 2021

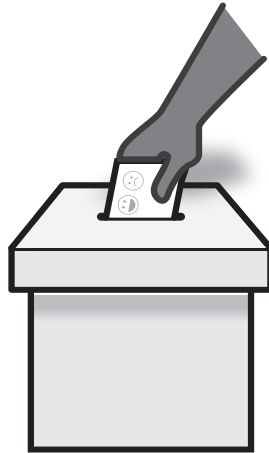
- **Organiza tempu atendimentu tuir apontamentu** atu minimiza tempu hein no evita sena malu iha fatin hein (ida-ne'e mós di'ak ba prevensaun no kontrolu infesaun).
- Hatudu **jestu amigavel simples** hanesan fó bee kopu ida. Karik ema ruma iha ita-bo'ot nia ekipa lori hahan balun iha loron ne'e, fahe mos balun ba ita-bo'ot nia kliente.
- **Konvida ita-bo'ot sira-nia kliente atu fó komentáriu** no sujestaun kona-ba ita-bo'ot nia facilidade saúde nia atendimentu (haree Aneksu 1 ba Ezemplu Kestionáriu Kliente nian). Uza komentáriu hirak ne'e hodi hadi'ak liutan ita nia atendimentu.

Tau kaixa ida iha klínika nia oin iha ne'ebé kliente sira bele hato'o sira-nia resposta la hakerek ho naran.

Nune'e EMHIV sente konfortável atu uza kaixa komentáriu ne'e, rai iha fatin ne'ebé pesoál sira la haree beibeik.

Ida-ne'e sei ajuda ita atu hatudu katak ita kuidadu didi'ak sira-nia opiniaun, no hatudu katak ita hakarak haka'as an nafatin atu hadi'a ita-nia serbisu.

- Oferese ita-bo'ot sira-nia sentru bele uza ba sesaun merenda kafé lokraik ne'ebé hakmatek (e.g. ba feto ne'ebé moris ho HIV atu ko'alia hamutuk).
- Klínika bele sai fatin ne'ebé hata'uk labarik ki'ik sira. Hodi

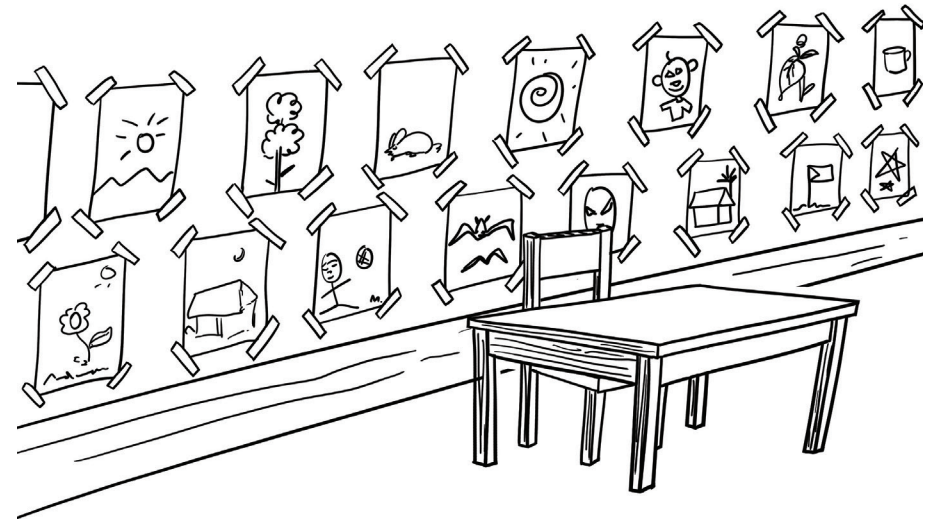


ajuda sira senti konfortabel liu, halibur labarik sira ne'ebé atende ita nia facilidade hodi halo dezeñu.

Tuir mai, tau dezeñu iha didin atu halo sai ambiente ne'ebé ladun hatauk sira.

- Promove **kultura ba inkluziun ida-ne'ebé forte** iha ita-nia klínika, ida ne'ebé respeita no selebra diversidade

Hanoin kle'an kona-ba ita-nia kolega servisu sira-nia koñesimentu kona-ba asuntu LGBT no konsidera se karik sira presija treinamentu. Garante ema ida la uza lian kasar, lian kroat, ka halo diskriminasaun iha ita nia sentru.



 **ATIVIDADE:**

Utiliza tempu iha loraik tomak ida ne'ebé la iha apontamentu, no ita-nia ekipa la iha knaar seluk.

Diskute **estratéjia ida-ne'ebé mak imi hakarak koko** atu kria esperiénsia atende klínika ne'ebé pozitivu liu ba imi-nia EMHIV.

Ne'e ideia di'ak ida atu kolekta sujestaun husi ita-nia EMHIV kona-ba oinsá atu hadia sira nia esperiénsia.

Karik ita bele kolekta komentáriu kliente nian molok no depois halo tiha mudansa sira-ne'e.

TIPS ATU MANEJA APONTAMENTU

Di'ak atu uza **kalendáriu parede** nian no **kartaun fó-hano**in atu ajuda maneja vizita fila fali ba klínika.

Benefísiu ba ekipa HIV inklui:

- Jere tempu no sirkulasaun kliente ho di'ak liutan (laiha kliente barak liu iha loraon ida nia laran)
- Minimiza ema nakonu demais, no ne'e di'ak atu ajuda mos ho kontrola infesaun (hanesan TB no COVID-19)
- Bele planeia tempu ba atividade sira seluk, hanesan treinamentu ka relatóriu
- Hodi kontaktu sedu ba sira ne'ebé la mai halo vizita regular – ida ne'e ajuda ita atu **hamenus ema ne'ebé lakon husi atendimentu beibeik**

Benefisiu ba kliente inklui:

- Hamenus tempu hein
- Kliente bele halo planu didi'ak sira-nia tempu, no sente katak ita tau valor a'as ba sira-nia tempu
- Kliente bele prepara sira nia a'an didi'ak ba vizita ne'ebé bele inklui mos koalía kona ba sentimentu laran-susar kliente nian
- La presiza fila-fali ba klinika dala barak bainhira la posivel atu halo konsultasaun (ezamplu, tanba Dr/a laiha ka tempu la to'o)
- **Hasae satisfasaun** kliente nian

Kalendáriu ba apontamentu bele halo husi surat-tahan ne'ebé bo'ot ka hetan iha internet no print, ho espasu ba kada loraon iha fulan no espasu atu hakerek tempu atendimentu ba kliente sira

Dec 2021							Feb 2022						
S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4							
5	6	7	8	9	10	11	5	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		27	28					

JANEIRU 2022

DOMINGU	SEGUNDA	TERSA	KUARTA	KINTA	SESTA	SABDU
26	27	28	29	30	31	1
2 PID-02 SAM PID-03 SAM PID-04 SAM PID-05 SAM	3 PID-06 SAM PID-07 SAM PID-08 SAM PID-09 SAM	4 PID-10 SAM PID-11 SAM PID-12 SAM PID-13 SAM	5 PID-14 SAM PID-15 SAM PID-16 SAM PID-17 SAM	6 PID-18 SAM PID-19 SAM PID-20 SAM PID-21 SAM	7 PID-22 SAM PID-23 SAM PID-24 SAM PID-25 SAM	8
9 PID-26 SAM PID-27 SAM PID-28 SAM PID-29 SAM	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22

Uza **kódigu PID** iha kalendáriu de'it, **laos naran**.

Sujestaun seluk ne'ebé bele ajuda ita-bo'ot nia klínika atu la'o ho di'ak inklui:

- Fó **kartaun fó-hanoin** ida ba kliente atu lori ba uma, nune'e sira bele hatene data no tempu saida mak atu fila fali ba sira-nia apontamentu tuir mai

Tif: (000) 000 - 0000
Apontamentu

Data:

Oras:

Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada

- Haruka mensajen fó hanoin liu husi SMS ba kliente sira loron ida molok sira-nia loron apontamentu bele hamenus númeru la ba atendimentu no hamenus ita nia nesiedade atu halo kontrola tuir mai liu husi telefone
- Limita númeru atendimentu kada loron, atu nune'e ita-bo'ot iha tempu natoon ba kada kliente



SAIDA MAK JESTAUN KAZU HUSI KONSELOR MALUK HIV?

Jestaun husi Konselor Maluk HIV involve EMHIV hodi oferese apoiu lojistika, emosional, no sosial bá EMHIV sira seluk ho objetivu hodi promove abitua no hahalok ba saúde di'ak no moris di'ak.

Maluk ne'e mak ema ne'ebé iha karakteristiku balun ne'ebé mak hanesan (ezemplu status HIV, jeneru, kultura no seluk tan). Dalaruma EMHIV bele sente konfortavel liu wainhira ko'alia ho maluk ne'ebé mak iha esperensia ne'ebé hanesan, duke koalia bá professional saúde ida.

Konselor Maluk HIV mak fahe ninia matenek ne'ebé rekolha husi esperensia hodi tahan aspetu fiziku, mental no sosial husi HIV.



Liu husi involvmentu hamutuk ho Konselor Maluk HIV sira, ema hirak ne'ebé mak hetan fofoun diagnoza ho HIV bele haree ho sira nia matan katak. no oinsa, ema ho HIV bele moris naruk, saúavel, no kontente ho tratamentu lolo-loron.

Jestaun Kazu husi Maluk ne'e la hanesan ho jestaun kazu klinikal (ka mediku) nian.

Jestaun kazu klinikal ne'e responsabilidade deit husi profesionál saúde sira iha Sentru ART.

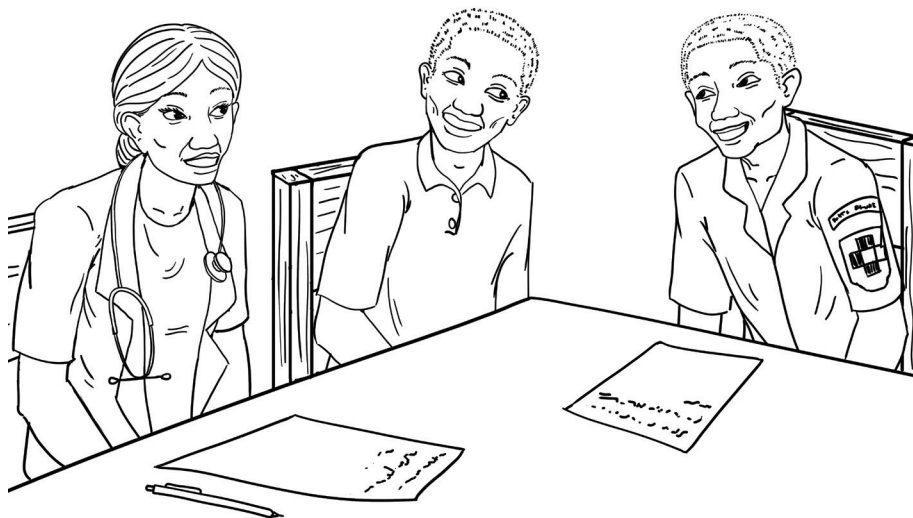
Ida ne'e inklui mos elementu balun ne'ebe hanesan esplika tuir mai ne'e (ezemplu fo konselhu no telefone bebeik), no mos aspetu klinikal ka mediku nian balun liga ho taratamentu ba HIV (ezemplu, halo diagnosis no halo jestaun bá moras sira, monitorizasaun bá)

Iha dalan barak ne'ebé **mak Konselor Maluk HIV no ekipa Sentru ART** bele servisu hamutuk hodi apoiu kliente sira. Ezemplo hanesan:

- Konselor Maluk HIV bele hanoin katak sira nia kliente iha dúvida sobre saúde mentál ka emosional nian. Se bainhira kliente aseita no fó konsentimentu maka Konselor Maluk HIV bele hato'o bá ekipa centro ART kona bá situaun refere.
- Se ekipa Sentru ART hare katak kliente nia Volume Viral ne'e aas, maka sira presija kolabora ho Konselor Maluk HIV hodi nune'e bele foku bá konsellu ho kliente refere.
- Ekipa sentru ART bele mos kontaktu bá Konselor Maluk HIV atu nune'e bele ajuda aranja transporte bá kliente refere.

Atividade Konselor Maluk HIV no ekipa Sentru ART nian komplementa malu.

Komunikasaun bebeik entre ekipa Sentru ART no Konselor Maluk HIV sira ne'e importante.



BENEFISIO SAIDA DEIT HUSI JESTAUN KAZU HUSI KONSELOR MALUK HIV?

Peskiza hatudu tiha ona katak benefisiu potensial husi Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV bá EMHIV mak hanesan tuir mai ne'e:

- Atendimentu esensiál ba EMHIV sai fasilu liu atu asesu
- Hamenus risku lakon husi atendimentu
- Hasa'e kliente ninia adesaun ba tratamentu
- Rezultadu karga viral HIV ne'ebé sai menus no rekuperasaun célula CD4 ne'ebé di'ak liu
- Hamenus sentimentu katak kliente ne'e tenki hasoru moris nudar EMHIV mesak
- Hasa'e kliente ninia abilidade atu hamrik mesak
- Hasa'e kualidade moris kliente nian
- Hamenus daet HIV iha komunidadade

Nota katak Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV ne'e la fo benefisiu bá kliente mesak.

Kualidade moris ne'ebé di'ak liu bele mos akontese bá Konselor Maluk HIV, liu-liu bainhira sira bele ajuda ema seluk no iha objetivu importante iha sira nia moris.

PRINSIPIU XAVI BÁ JESTAUN KAZU HUSI KONSELOR MALUK HIV

Prinsipu Xavi bá Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV mak hanesan tuir mai ne'e:

- 1. Konfidensialidade** - Kliente tenki iha konfiansa katak Konselor Maluk HIV sempre respeitu sira nia konfidensialidade. Hanoin hetan mos katak maske Konselor prezisa tuir regulamentu konfidensial, kliente refere lae iha regra formal husi servisu fatin ne'ebe hanesan. Tanba ida ne'e, Konselor tenki ho kuidadu bainhira hato'o informasaun privadu ho kliente refere.
- 2. Fiar Metin** - Jestaun bá kazu depende bá reasaun espesial entre kliente no sira nia Konselor Maluk HIV ne'ebé mak nakonu ho fiar no positivu.
- 3. Fokus bá Objektivu** - Em geral, objetivu refere relasiona ho saúde no moris di'ak kliente nian. Kliente no Konselor servisu hamuuk hodi identifika objetivu sira ne'ebé mak espesífiku no fokus ba kliente refere ninia nesesidade no hakarak.
- 4. Kliente iha jestaun bá nia an rasik** - No Konselor enkoraja ida ne'e. Atetude ne'ebé los la'os "Hau mak sei halo ida ne'e ba O", maibé "hamutuk ita bele halo". Tuir tempu, kliente bele hetan fiar an no abilidade ne'ebé prezisa atu kuidadu sira nia saúde rasik.
- 5. Voluntáriu** - Servisu ho Konselor Maluk HIV ne'e voluntario deit bá EMHIV hotu. EMHIV tenki hatene katak sira livre atu kolabora hodi servisu hamutuk ho Konselor Maluk HIV, nomos livre atu para.
- 6. Adaptasaun** - Konselor Maluk HIV ida ne'ebé iha ona esperensia barak mos iha abilidade atu adapta sira nia aproximasaun tuir nesesidade kliente nian ne'ebé bele muda ezemplu, esforsu makaas liu durante tempu kliente iha risku as liu.

ATIVIDADES BÁ JESTAUN KAZU HUSI KONSELOR MALUK HIV

Iha dalan barak ne'ebé mak Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV bele apoio sira nia kliente EMHIV.

Ajuda xavi ne'ebé Konselor Maluk HIV bele oferese ba kliente mak hanesan tuir mai:

- 1. Asistencia ho Ligasaun**
- 2. Liga ho apoio sira seluk**
- 3. Halo akonsellamentu**
- 4. Kontaktu tuir liuhusi telefone**
- 5. Apoio ho Tratamentu**
- 6. Buka tuir EMHIV ne'ebé mak lakon kontaktu**
- 7. Grupo Apoio Malu**

Each of these activities are described in more detail below.

1. Asistencia ho Ligasaun -ne'e bainhira Konselor Maluk HIV ajuda kliente ne'ebé hetan diagnosiu HIV foun atu liga ho Sentru ART ida ne'ebé kliente hili (haree Seksaun 7 Ligasaun Susesu husi EMHIV bá Kontinuasaun Atendimentu HIV).

Konselor Maluk HIV iha knar importante hodi aseguara katak EMHIV hetan apoio iha momentu kritikal ida ne'e no kliente liga ho susesu bá tratamentu ba tempu naruk. Ida ne'e sei liu husi:

- Hasoru malu ho kliente iha fatin ne'ebé kliente hetan ninia rezultadu bá teste HIV ne'ebé pozitivu (ezemplu, hafoin kontaktu urjente via telfone husi pesoal saúde iha CHC).

- Ajuda kliente atu hatene saida mak sei akontese iha Sentro ART antes kliente atu ba
- Ajuda kliente hodi hili Sentro ART ida ne'ebé sira hakarak atu bá
- Akompaña kliente bá Sentro ART ne'ebé mak sira hili
- Hamutuk ho kliente bá apontamentu dahuluk, se wainhira kliente refere hakarak




2. Liga ho apoiu sira seluk. Alein de ajuda kliente atu hetan kuidadus iha Sentru ART, Konselor Maluk HIV mos sei fasilita ligasaun sira seluk tuir nesidade. Ezemplo:

- Se kliente refere isin rua maka Konselor Maluk HIV tenki garantia katak sira atende regular klinika atu hetan atentimentu antenatal.
- Se kliente elegível hodi hetan apoio finanseiru husi Ministerio Solidaridade Sosial, maka jestor bá kazu bele fasilita sira ba ida ne'e.

- Bainhira kliente sente preparadu ona, Konselor Maluk HIV bele fo konhese kliente bá organizasaun sira ne'ebé apoio EMHIV no populasaun xavi sira (ezemplu, Estrela Plus, Esperansa, CODIVA)

Lista Apoiu Xave

 **Estrela+**
Lina Belun Konfiansa
7522 0561 / 7403 0902 / 8001 099

 **Alfela Dili**
7743 2103

 **PRADET**
Fatin Hakmatek Dili
332 1562 / 7752 4597

Uma Mahon iha Dili
FOKUPERS Dili
331 1534 / 7847 2598
FOKUPERS Uma Entrada - 7847 2598
Casa Vida Dili - 7735 2345
FFCJ Dili - 7796 9826

 **Ministériu Solidaridade**
Sosiál no Inkluzaan
Pontu Fokal ba Violensia
Bazeia ba Jeneru (VBJ)
7725 7439
Ofisial Protesaun Labarik (OPL)
7731 6975 / 7705 0970

 **PNTL-VPU**
Unidade Ema Vulneravel Dili
7734 1607

Hotline Saúde Mental
Liga ba 12 123 Gratuita
Atende hosi tuku 08:00 - 17:30
Loron Segunda to'o Sesta

Asistencia Mediku COVID-19
Liga ba 119
COVID-19 Helpline via WhatsApp
+670 7556 0000

Atensaun Mediku Urjente
Liga ba Ambulansia iha 110
Numeru HNGV
3310 541 / 3311 008

 Download aplikasaun **'hamahon.tl'** atu hetan numerus importantes ba asistencia. Bele mos asesu direktamente iha <https://hamahon.tl>

3. Konsellu ne'e parte fundamentu ida husi Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV. Seksaun 10 hatudu abilidade xavi bá konsellu no teknika sira. Konselor Maluk HIV sira oferese konsellu iha kualker situasaun, inklui:

- Iha momentu diagnosiso HIV
- Atu suporta divulgasaun kona ba HIV bá parseiru ka familia sira
- Hodi identifika EMHIV ne'ebé iha risku liu atu sai lakon husi atendimentu
- Suporta hodi hahu ART no kontinua ART
- Suporta mudansa bá hahalok ne'ebé saudavel liu (ezemplu, para fuma, halo relasaun seksual ho seguru liu)
- Durante tempo presaan bá psikolojia (ezemplu, lakon serbisu, relasaun naksobu)

- Atende bá estigma kliente nian ba ninia an rasik no problema saúde mentál nian ruma
- Bainhira kliente ne'e isin rua ou iha planu atu isin rua
- Iha momentu kliente presiza kuidadu espesial tanba besik iis kotu

Sesaun tolu akonsellamentu individual ba ema ne'ebé foin hetan diagnosiso HIV karik mínimu. Ba EMHIV balun, karik suficiente, maibe ba seluk sei presija akonsellamentu ne'ebé frekuente liu no kontinua.

4. Kontaktu tuir liuhusi telefone (ko'alia ka manda mensajem) bele komplementa diskusaun konsellu ne'ebé halao diretamente (oin ho oin), no mos bele ajuda Konselor Maluk HIV hodi monitoriza kliente ninia progresu.

Ida ne'e hanesan dalan di'ak ida hodi nafatin liga ho kliente no kontinua hatudu apoiu durante limitasaun impostu liu pandemia virus corona.



5. Apoiu ho Tratamentu bele inklui kombinasaun atividades hanesan tuir mai:

- Konsellu hodi kontinua tratamentu
- Encoraja kliente hodi koalia konaba dúvida ruma ne'ebé liga ho ai-moruk no tratamentu ho ekipa Sentru ART
- Apoiu lojistika hanesan foti ai-moruk no lori ba uma se bainhira kliente hetan difikuldade iha transporte

6. Buka tuir EMHIV ne'ebé mak lakon kontaktu -Ida ne'e presiza halao bainhira estratejiga sira seluk atu prevene kliente sai Lakon Husi Atendimentu la ho susesu. Atividade ne'e

mos sei fo rezultadu di'ak liu bainhira Konselor Maluk HIV no ekipa Sentru ART kolabora hamutuk atu buka no hakbesik fali ho kliente.

Hakbesik hikas ba kliente ne'ebé mak antes lakon kontaktu ne'e dezafiu bo'ot no dalabarak la susesu. Tan ida ne'e, importante tebes atu uza stratejia ne'ebé iha hodi prevene kliente sai lakon husi inisiu (hatee Seksaun 3 Kria Ambiente Atendimentu Saúde ne'ebé Amigavel).

7. Grupo Apoio Malu hanesan dalan ida ne'ebé mak di'ak tebes hodi apoiu EMHIV.

Baibain EMHIV bele tauk kona ba risku husi hato'o sira nia status HIV la ho intensaun, no ida ne'e bele hapara sira husi hakarak atu besik ho atividades grupo husi HIV nian.

Se kliente bele sente komfortavel uluk ho Konselor Maluk HIV durante sesaun sira nain rua deit, maka tuir mai Kliente sei bele nakloke ba hanoin hodi atende bá eventu grupu nian.

Konselor Maluk HIV bele fasilita diskusaun grupo formal (ezemplu, fahe informasaun foun ruma konaba HIV husi peskizador sira) ka grupo la formal ne'ebé halibur EMHIV sira (ezemplu, hasoru malu iha momentu hemu kafe dader nian no dada lia)– buat rua refere iha benefisiu aas tebes.



DIREITU NO RESPONSABILIDADES BÁ KONSELOR MALUK HIV SIRA

Importante tebes katak Konselor Maluk HIV bele asesu bá:

- **Treinamentu bebeik** iha kompetensia fundamentu sira ne'ebé presiza hodi halo jestaun bá kazu HIV ho efetivu. Idealmente ida ne'e sei mistura husi:
 - Modelu hanorin iha aula laran, no mos
 - Treinamentu no mentoría durante servisu (ezemplu, iha Sentro ART).
- **Materiais** ne'ebé bele uza hodi ajuda sira atu halao sira nia knar (ezemplu, diretóriu ho naran no numeru kontaktu bá ema xave, inklui pesoal saúde nian no ajuda sira seluk, katak EMHIV presija atu asesu ba).
- **Supervizaun no mentoría** bebeik hodi apoiu Konselor Maluk HIV dezenvolve sira nia abilidade.
- **Apoiu ho lojistikamente** hodi fo garantia ba servisu (ezemplu, gazolina hodi garantia ba transportasaun kliente sira hodi halo apontamentu wainhira sira presija, saldo ba telemovel hodi nafatin halo kontaktu)
- **Oportunidade hodi koalía sai** kona ba situasaun emosional sira ne'ebé sai dezafiu durante nia fo apoiu, no hetan tulun

Konselor Maluk HIV tenki **rekoñese katak sira iha limitasaun**. Ema ne'ebé risponsivel ba sira (ezemplu, xefe) tenki ajuda Konselor Maluk HIV hodi rekoñese situasaun ida ne'ebé mak presija referral ka husu apoiu (ezemplu, kontaktu bá ekipa Sentru ART se bainhira kliente iha moras iha parte fiziku ka problema seriu saúde mentál nian).



Kria limitasaun klaru ho kliente sira ne'e importante tebes bá Konselor Maluk HIV sira. *Ema ida mesak labele disponivel bá kliente sira durante oras 24 kada loron. Ida ne'e la sustentavel.*

Kliente tenki hatene ho klaru bainhira no iha situasaun saida deit mak di'ak atu kontaktu ba sira nia Konselor Maluk HIV.

Konselor Maluk HIV presija kuida an husi ajuda kliente barak liu iha tempu ne'ebé mak hanesan. Dalaruma defisil atu hateten "Lae" wainhira ema barak ho HIV presija tulun, maibe Konselor Maluk HIV bele senti todan liu, dalaruma to'o moras, se sira ajuda barak liu.

Konselor Maluk HIV ninia xefe presiza asegura katak servisu fahe ho balansu entre ekipa konsellor sira, no hala'o monitorizasaun hodi proteje saúde mentál Konselor nian.

Relasaun entre EMHIV no Konselor Maluk HIV ne'e hanesan relasaun professional ida. Relasaun sexual ka relasaun intimu ne'e la apropiadu



Seksaun 5 Teste HIV

PRINSÍPIU TESTE HIV NIAN

Iha situasaun oinrua bainhira halao teste ba HIV iha Timor-Leste:

- 1. Akonsellamentu no teste voluntáriu no konfidensial (VCCT)** ne'e akontese bainhira kliente husu teste HIV (teste "hili atu envolve aan")
- 2. Fornesedor sira rekomenda halo teste no akonsellamentu (PITC)** maka bainhira profesionál saúde sira rekomenda teste HIV, no teste ne'e sei la'o ba oin no hapara karik kliente ne'e lakohi (teste "hili atu hases aan")

Iha situasaun oinrua ne'e, teste HIV tenke halo tuir prinsípiu prinsipál tolu:

Konsentimentu, Akonsellamentu, no Konfidensialidade

1. Konsentimentu

Sempre hanoin katak teste HIV tenke **voluntáriu** nafatin.

Fó **opsaun** ba ema **atu dehan lae** (i.e. "hili atu hases aan") – se lae, teste ne'e laos voluntáriu.

Teste obrigatóriu ka teste sein konsentimentu ne'e violasaun ba ema ida-idak nia direitu.

Karik kliente ida lakohi atu halo teste, dalaruma ita hakarak tenta atu obriga ka insiste ema ida atu konkorda ba teste – **keta halo ida ne'e maske halo ita frustradu.**

"Bainhira hau halo teste, hau la hatene ka la hetan akonsellamentu antes – no depoisde teste. Hafoin halo teste, ha'u rona katak hau afetadu no HIV no primeriu hau hakfodak tanba ha'u lahatene doutór sira koko ha'u ba HIV"

Relatóriu Stigma Índise HIV Timor-Leste, 2017

Haka'as ema atu halo teste HIV, ka teste laho sira-nia koñesimentu, bele hamosu:

- Sentimentu negativu relaciona ho lakon liberdade ne'ebé bele dura ba tempu naruk
- Hamenús kliente nia abilidade atu bele adapta ho di'ak ba diagnóstiku pozitivu HIV
- Aumenta risku lakon husi atendimentu ne'ebé la'o hela (inklui lakon konfiansa ba sistema saúde)

Oinsá karik ema ida labele fó konsentimentu ba teste HIV?

Dala ruma situasaun ne'e mosu bainhira kliente iha sinal mediku ne'ebé hatudu ba ita atu halo teste HIV, maibe ema ne'e la bele fó sira-nia konsentimentu (ezemplu, bainhira ema ne'e iha konfuzo bo'ot ka mate ki'ik ou koma).

Iha kazu ida-ne'e, **labele husu konsentimentu husi família** tanba ida-ne'e bele hamosu problema bo'ot iha futuru relasiona ho konfidensialidade.

Pesoal saude ne'ebé involve iha situasaun ne'e bele foti desizaun atu halo teste HIV, no rai segredu nia rezultadu hodi hato'o ba kliente ne'e rasik iha tempu ne'ebé sira bele komprende fila-fali.



ATIVIDADE:

Hamutuk ho ita-bo'ot nia kolega sira, ko'alia kona-ba tempu ida iha ita-bo'ot sira-nia moris bainhira **ema seluk foti desizaun hodi ita-bo'ot nia naran**, maibe husik hela ita-bo'ot sira husi prosesu foti desizaun.

Karik desizaun ne'e sira konsidera hanesan di'ak ba ita nia-an rasik, no maske ita konkorda ka lae.

Lakon liberdade ne'e halo ita sente oinsa?

2. Informasaun no Akonsellamentu

Informasaun molok teste ne'e iha funsaun atu ajuda ema halo desizaun informadu kona-ba teste HIV.

Fornese informasaun molok teste **ne'e presiza** inklui elementu esensial balun **maibe la presiza** lori tempu naruk ka komplikadu.

Sesaun informasaun molok teste ne'ebé naruk liu bele sai bareira atu halo teste ba HIV.

Fó **informasaun badak molok teste** ne'e di'ak bainhira ita uza hamutuk ho **akonsellamentu ne'ebé komprensivu liu depois teste**.

Kaxia 1. Saida mak di'ak kona-ba halo teste ba HIV?

Teste ba HIV mak:

- Gratuita
- Lalais (minutu 20)
- Fasil (raan turuk ida deit)
- Konfidensial
- Ita-nia desizaun
- Etapa prinsipal hodi liga ho atendentu ne'ebé di'ak atu maintein ita-nia saude se rezultadu ne'e pozitivu

Se karik ema ruma la hatene hakarak atu halo teste ba HIV ka lae, husu ba karik ita bele ko'alia ho sira kona-ba razaun balun ne'ebé halo teste ba HIV ne'e sei sai ideia di'ak ba sira (haree Kaixa 1 iha leten).

Se sira sente seidak pronto atu halo teste HIV, bele konfirma karik sira hakarak halo apontamentu ka marka tempu atu fila fali hafoin sira-nia tempu balun hodi hanoin.

Informasaun Esensial Molok Teste

Elementu esensiál haat ne'ebé ita-bo'ot preziza asegura katak ita nia kliente bele kompriende durante fornese informasaun molok teste HIV mak:

1. **Teste nia naran** ne'ebé hala'o hela (ezemplu, "teste HIV" ka "teste ba HIV")
- *La bele uza esplikasaun ne'ebé la klaru ka esplika deit katak ita halo teste ba problema iha kliente nia raan.*
2. Komprensaun báziku kona-ba saida mak HIV, inklui faktu **katak tratamentu di'ak ne'e disponivel**
3. Fó konfiansa ba sira katak **rezultadu** husi teste ne'e sei **la fahe ba ema seluk**
4. Katak sira **bele dehan 'la'e'** ba teste ne'e sei sira lakohi halo

Kaixa 2 iha kraik ne'e hatudu oinsá akonsellamentu molok-teste HIV bele halo iha fraze tolu deit – inklui mos ba pesoal saude sira ne'ebé sibuk/okupadu los.

Kaixa 2. Nesesidade Minimu ba Akonsolamentu Molok Teste

Fraze 1	<i>"Ami hakarak halo teste ba HIV, nudar moras ida ne'ebé bele sai problema se karik la hetan tratamentu, maibé tratamentu di'ak agora disponivel"</i>	Inklui teste nia naran Informasaun badak kona-ba saida mak HIV , no tratamentu ne'ebé disponivel
Fraze 2	<i>"Rezultadu husi teste ne'e entre ita-bo'ot ho ha'u de'it mak hatene - Ha'u sei la fó-hatene ba ema seluk se la ho ita-nia autorizasaun."</i>	Fó konfiansa kona-ba konfidensialidade
Fraze 3	<i>"Mana/Maun sente di'ak hela ka lae? No iha tempu hodi hein rezultadu?"</i>	Opsaun atu rejeita karik nia hakarak Husu kliente sei nia iha tempu hodi hein rezultadu

Inklui informasaun adisional tan depende ba ita-bo'ot nia asesmentu ba kliente nian nesesidade, no kualkér pergunta ne'ebé sira bele husu.

ATIVIDADE:

Imajina to'ok imi ko'alia ho parteira ne'ebé servisu iha klínika Ante-natal ne'ebé okupadu.

Karik nia hakerek de'it kona-ba teste HIV iha formulário serolojia ante-natal no haruka ninia kliente sira ba laboratóriu sein diskusaun. Nia bele sente hanesan nia la iha tempu atu halo kualkér akonsellamentu espesiál ba teste HIV.

Oinsá ita-bo'ot bele esplika importánsia husi **konsentimentu, akonsellamentu** no **konfidensialidade** relasiona ho teste HIV?

Oinsá mak ita bele enkoraja nia atu hadi'a ninia prátika baibain ne'e?

Haree kaixa ba **pontu-xave lima iha kraik** ne'ebé bele uza bainhira ita-bo'ot koalia ho ema ne'ebé iha koñesimentu menus konaba HIV.

Ita bo'ot hatene...?

1. Ema ho HIV bele moris naruk no saudavel quando halo tratamentu ne'ebé loos
2. Halo tratamentu ne'ebé loos lor-loron signifika katak EMHIV sei la hadaet HIV ba ema seluk
3. Maske seidak iha ai-moruk ba kura HIV, maibé ita iha tratamentu ne'ebé di'ak tebes ne'ebé disponivel ho gratuita
4. HIV ne'e buat ida-ne'ebé bele akontese ba ema hotu - ferik-katuas no joven, kaben-na'in no klosan, mane no feto, sei ita hadomi ema ho jeneru hanesan ho ita no sei ita hadomi ema ho jeneru ne'ebé la hanesan ho ita
5. HIV nu'udar problema médiku, laos kestaun moral

3. Konfidensialidade

Ema barak iha Timor-Leste sente **ta'uk** kona-ba ideia atu halo teste ba HIV.

Razaun xave ida ba ta'uk ida-ne'e mak possibilidade ba **konfidensialidade ne'ebé ladi'ak** relasiona ho status HIV.

Ema ne'ebé la fiar katak sira-nia rezultadu HIV sei manten konfidensial dala barak sei evita teste tanba razaun ne'e.

Iha estudu xave ida iha Timor-Leste, **40%** husi EMHIV ne'ebé peskizador sira entrevista relata katak **profisionál saúde ida fó-hatene ona ba ema seluk kona-ba sira-nia status HIV laho sira-nia konsentimentu** (relatóriu índise estigma HIV iha Timor-Leste, 2017).

“La ho ha'u-nia konsentimentu, pesoál saúde sira hateten ba ha'u-nia família kona-ba ha'u-nia estatutu HIV+ antes ha'u bele hatete ba sira, no tanba ne'e ha'u hetan estigma no diskriminasaun husi ha'u-nia família... membru família balu lakohi besik ha'u no sira haketak ha'u-nia sasán, roupa, bikan no kopu.”

Relatóriu índise estigmatizasaun HIV Timor-Leste, 2017

SUJESTAUN BA TESTE HIV NE'EBÉ DI'AK LIU-TAN

Mantein Nafatin Fornesimentu Ba Teste Determinante HIV

Ko'alia uluk ho ita-nia jerente para sira bele rekiza kuantidade sasan teste Determine no reajentes ne'ebé to'ó. Asegura katak iha komprensaun klaru konaba impaktu husi stock hotu ba atendimentu.

Importante tebes katak pesoál saúde sira la sente katak sira presiza atu limita sira nia pedidu ba teste HIV.

Planeamentu Ba Akonsellamentu Depois Halo Teste

Hafoin ita fasilita teste HIV ba ema ruma, ita iha devér urjente atu informa ema ne'e nia rezultadu.

*Evita dezastre ne'ebé mosu bainhira sei iha hela teste ida ne'ebé pozitivu, maibe **laiha dalan atu fó-hatene ema ne'e.***

Fo hatene lalais rezultadu teste pozitivu ne'e importante.

Situasaun katástrofe ida-ne'e observa dalabarak akontese iha Timor-Leste.

Profisionál saúde ida-ne'ebé fó dalan ba situasaun ida-ne'e falla iha sira-nia responsabilidade ba sira-nia kliente, no iha possibilidade ema nia vida sei lakon tanba fallansu ne'e.

Estratéjia di'ak liu atu evita dezastre ne'e mak:

- Husu ba kliente atu hein rezultadu husi sira-nia teste

Teste determina HIV presiza minutu 20 de'it atu hala'ó.

Se la bele evita katak kliente ne'e husik hela ita-bo'ot nia facilidade molok rona sira-nia rezultadu, entaun:

- Halo **apontamentu ka tempu espesífiku** ba sira atu fila fali ba rona rezultadu ne'e (idealmente loron hanesan ga loron tuir mai)
- Asegura katak ita hakerek sira-nia **númeru kontaktu** (pelumenus ida, prefere rua) no diresaun uma ka sira nia hela fatin
- Haree didi'ak katak ita-bo'ot nia **kliente komprende ho klaru** kona-ba importánsia atu fila fali hodi rona sira-nia rezultadu



OINSA ATU HATOO REZULTADU TESTE HIV NE'EBÉ NEGATIVU

Teste primeriu (Determinante) HIV ne'ebé ho rezultadu negativu ne'e signifika saida?

Rezultadu negativu husi teste primeiru (determinante) HIV bele indika saida:

1. Kliente laiha HIV (negativu loos); ou
2. Kliente iha HIV maibe nia rezultadu teste nudar negativu falsu

Teste HIV negativu ne'ebé falsu bele mosu bainhira ita hala'o teste sedu liu depois dé kliente iha kontaktu ho virus HIV.

Ida-ne'e tanba ita nia isin presiza tempu atu responde ba HIV (prodús anti-bodi HIV) ne'ebé sukat husi teste HIV.

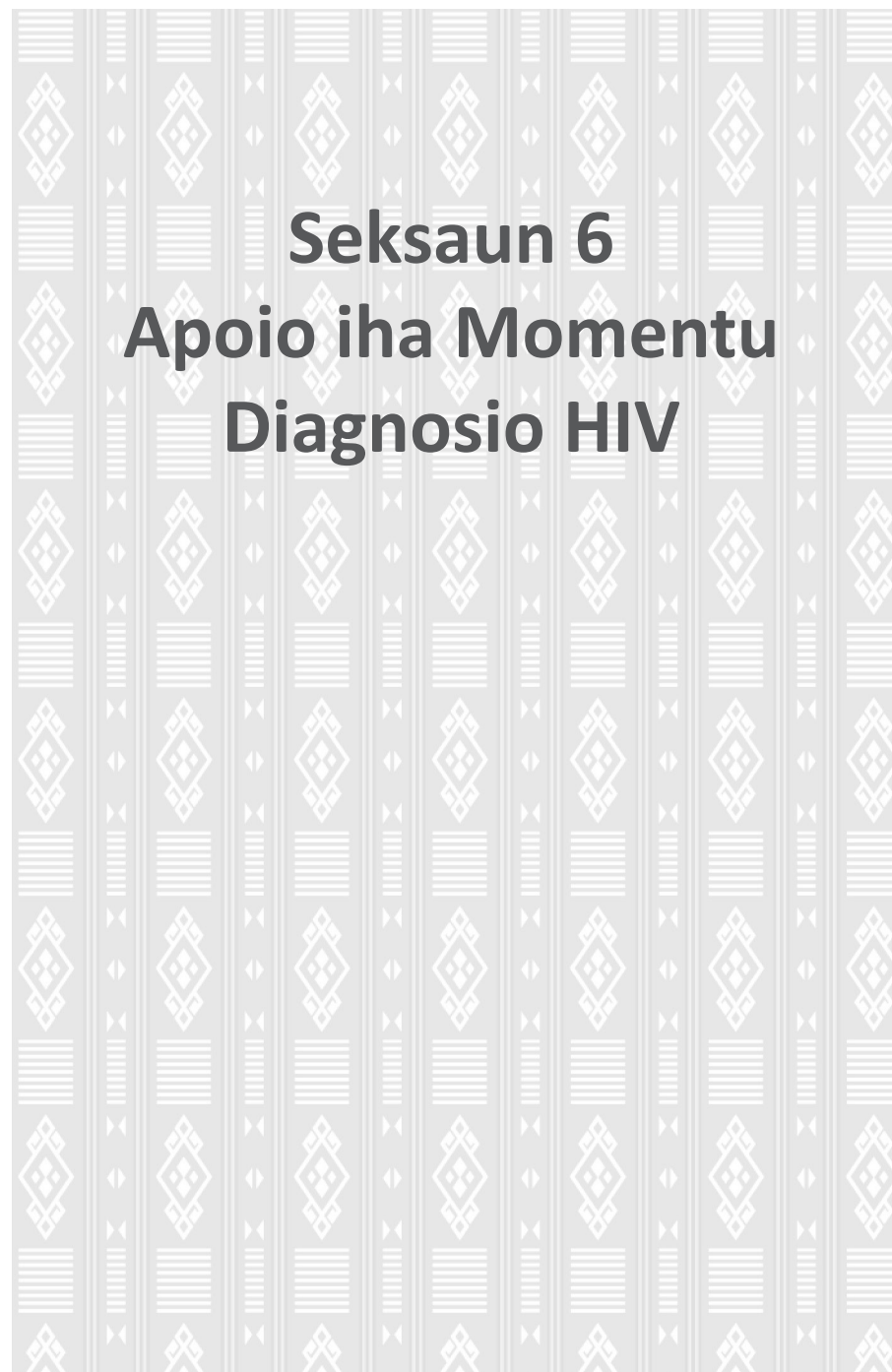
Iha período tempu hafoin **infesaun ho virus** maibé **molok atu prodús anti-bodi** sira teste HIV sei sai negativu falsu. Períodu ida-ne'e koñesidu nu'udar "**períodu janela**".

Se ema ruma iha risiko ba infesaun HIV (ezemplu: foin lalais ne'e halo relasaun seksual sein kondom) no sira-nia teste HIV agora dadaun ne'e negativu, entaun rekomenda atu sira fila ba halo teste fali depois de fulan 3 nia laran.

Esplika importánsia atu uza kondom ho konsistente hodi hein fulan 3 atu ba teste fali.

Rezultadu teste negativu fó oportunidade di'ak atu enkoraja hahalok saudavel (hanesan uza kondom ho konsistente) hodi ajuda ema ne'e kontinua negativu ba HIV.

Labele hala'o teste HIV determinante ba ema ne'ebé hatene ona nia HIV pozitivu no hetan ona ART, tanba rezultadu negativu falsu bele akontese iha situasaun ida-ne'e mós.



Seksaun 6

Apoio iha Momentu Diagnosio HIV

SIGNIFIKADU SAIDA HUSI REZULTADU POZITIVU TESTE HIV DETERMINANTE NIAN?

Rezultadu pozitivu iha Teste HIV Determinante bele indika bá:

1. Kliente afeta duni ho HIV (pozitivu loos); KA
2. Kliente la afeta ho HIV no rezultadu husi teste ne'e pozitivu falsu

Ida ne'e hatudu probabilidade bo'ot katak pozitivu ne'e los, maibe tenki hanoin hetan katak laiha teste ida mak akuradu 100%.

Tanba iha possibilidade ba rezultadu pozitivu falsu bainhira uza Teste HIV Determinante mak ita presiza halo tan teste HIV rua ne'ebé mak uza ra'an kompletu (serology) antes ita bele konfirma diagnoza HIV loloos.

Maibe, nota katak prosesu ne'e bá deit ema adultu – prosesu atu halo teste ba bebé sira ne'e diferente.

<i>Teste HIV Primeriu</i>	<i>Teste HIV Konfirmadu</i>	
1 Determinante	2 Stat-Pak	3 Uni-Gold

KONSEILU POST-TESTE (DEPOIS DE TESTE) HO REZULTADU POZITIVU

Komprende katak esperensia husi ita-bo'ot nia kliente bainhira simu rezultadu ida ne'e sei fo **impaktu longu-prazu bá sira nia moris no saúde.**

Ema iha possibilidade aas liu atu hasees an husi tratamentu longu-prazu bainhira sira **esperensia trauma** iha momentu inisiu depois de sira nia teste (ezemplu, halo teste HIV sem konsentimentu informadu, laiha konfidensialidade, ka atitude julga husi pesoa saúde sira).

Ne'e kompresivel se ita sente fuan kii atu fo hatene ba ema ida katak rezultadu husi nia teste HIV ne'e pozitivu, liuliu bainhira ita seidak iha esperensia barak atu halo ida ne'e.

Maibee se ita-bo'ot la'o tuir pasu simples ida ne'e maka ita bo'ot bele halo serbisu ne'e ho di'ak.

Saida mak atu halo?

Iha situasaun ida ne'e, dala barak ema sempre haluhan detaillu husi saida mak ita hato'o maibe sira sempre **lembra oinsa ita bele halo sira sente.**

Di'ak liu bainhira konseilu pre-teste no konseilu post-teste sei halao husi ema ne'ebé mak hanesan.

Husu tips sira husi kolega ne'ebé mak iha ona esperiensa ho HIV antes ita-bo'ot koalia ho ita-bo'ot ninia kliente, bainhira ita bo'ot sente apoiu ida ne'e sei fo benefisiu.

Buka **fatin segredu** dok husi ema seluk.

Membru familia labele akompaña kliente iha momentu ida ne'e-fo rezultadu ba kliente mesak de'it.

- X Labele husik odomatan loke*
- X Labele fo hatene ema seluk, inklui kliente nia familia*
- X Labele tuur iha meza kotuk ka dook husi kliente*



Halo oinsa mak ita-bo'ot **labele hetan intrompe.** Halo silensiu ita-bo'ot ninia telemovel, no husu ita-bo'ot ninia kolega ervisu sira labele inkomoda ita-bo'ot.

Tur ho ita-bo'ot ninia kliente no hatudu jestu nakloke. Prevene tur iha meza kotuk ho meza hafahe entre ita-bo'ot ho kliente.

Koalia ho kalma, ho amigavel no labele lalais liu.

Uza kliente nia naran bolu, no no asegura katak sira mos hatene ita bo'ot ninia naran.



- ✓ Taka odomatan*
- ✓ Halo oinsa labele hetan intrompe*
- ✓ Tuur besik kliente ho jestu nakloke*
- ✓ Uza kliente nia naran, no fahé ita nian ho sira*
- ✓ Hatudu suporta emosional no rona sira*

Hatudu apoio emosonal liu husi kaer.

Ezemplo, tula liman ba kliente ninia kaba'as, se karik nia sente konfortavel ho ida ne'e. Di'ak liu atu husu sira nia lisensa uluk.



Halo kontaktu fíziku ne'e sai hetan dezafiu tanba virus corona no regulamentu kontaktu fíziku nian.

Maibe, dalaruma ita-bo'ot presiza atu halo kontaktu fíziku tanba razaun mediku ruma (ezemplu, atu koko kona ba sinal vital ou halo ezaminasaun fíziku).

La'ó tuir etapa no regulamentu Prevensaun no Kontrola Infeksaun nian husi ita-bo'ot nia sentru saúde.

Asegura katak **kliente kompriende dididak bainhira ita fase liman, uza maskra, ka hamos kama ou meza, hirak ne'e rutina hodi prevene virus corona, no laeiha ligasaun ho sira nia status HIV nian.**

Jestura seluk mak bele hatudu ita nia apoio emosional mos, ezemplo hanesan oferece bee hemu ou kaixa tisu nian.

Uza ita-bo'ot nia lian no ita-bo'ot nia jestu hodi hato'o mensagem katak "buat hotu sei la'o di'ak hela" "dalam ne'e ita sei la'o hamutuk", no "ida ne'e la'ós dezastre ida!"

Fornese informasaun iha surat tahan ruma ne'ebé kliente ne'e bele lee depois de sira fila ba uma (ezemplu Panfletu ho informasaun konaba HIV).

Depois de ita nia tempu hamutuk ho kliente ne'e, ita hakarak sira atu sente katak **ita simu sira ho fuan**, katak sira **iha ita ninia supporta**, katak ita bele **fo kbiit ba sira**, no sira hatene **saida mak sei akontese iha etapa tuir mai.**



"this is going to be okay"

"together we will work this out"



ATU DEHAN SAIDA?

Hato'o mesajen simples deit.

Ita nia kliente bele sente hakfodak, no iha momentu ne'e dalaruma informasaun kompleksu sei susar ba sira atu rai iha ulun ou lembra.

Hanoin hetan katak sei iha oportunitade tuir mai hodi fo informasaun liutan - la presija hato'o buat hotu iha sesaun konseilu primeriu.

Pontu xavi ne'ebé ita-bo'ot nia kliente tenki kompriende husi

Konseilu Post-teste ba HIV mak:

1. Katak sira nia teste HIV ne'e **pozitivu**
2. Katak **teste HIV konfirmadu** ne'e sei presiza halo
3. Katak sira nia **konfidensialidade** ne'e sei hetan respeitu (rai nudar segredu)
4. Katak buat sei la akontese wainhira la liu husi **sira nia konkordansia**
5. Katak sira sei **la hasoru ida ne'e mesak** - katak ema iha hodi fo apoiu no kuidadu didi'ak sira
6. Katak ema ne'ebe mak iha HIV no hetan tratamentu **sei bele moris naruk no saúdavel.**

Iha kraik iha fraze simples balun ne'ebé bele uza bainhira hato'o rezultadu positivu HIV ba ema.

"Ita-bo'ot prontu ona atu ita koalia kona ba ita-bo'ot ninia rezultadu teste husi HIV?"

"Ita-bo'ot nia teste ne'e hatudu Pozitivu"

"rezultadu husi teste ida ne'e indika katak ita-bo'ot iha HIV, maibe ita presiza atu halo teste ran seluk hodi konfirma katak ida ne'e mak rezultadu lolos"

"hau sei la hato'o ida ne'e ba ema seluk, exceptu sei ita-bo'ot mak hatete katak hau bele hato'o ba ema seluk"

"bainhira ita-bo'ot prontu ona ita bele koalia kona ba opsau sira, no hau bele ajuda ita bo'ot atu deside kona ba etapa tuir mai"

"ita-bo'ot la prezija atu foti desizaun mesak kona ba ida ne'e - depois hau sei lori ita bo'ot ba ekipa HIV ne'ebé mak servisu professional no kuidadu ona ema lubuk ne'ebé mak iha HIV"

"Ema ne'ebé mak iha HIV bele moris naruk no saúdavel. Ninia diferensia mak nia tenki konsumu aimoruk kada loron hodi bele nafatin saúdavel"

“Iha loron ne’ebé mak hau ba sentru saúde hodi koleta hau nia rezultadu teste, iha ne’eba iha ema barak los mak iha sala konseilu nian.

Nia kaer hau nia liman, no nia hatete ba hau katak iha informasaun ne’ebé mak la di’ak no mos informasaun di’ak ida.

Informasaun la di’ak mak hau afeitadu ba HIV, iha mos informasaun di’ak mak hau la presiza perkupa katak tratamentu sei fasil atu asesu.

Nia hatete tan katak hau sei di’ak hela se bainhira konsumu regularmente aimoruk ne’e tuir reseita doutor nian. Hau tanis no hakfodak mos tanba apoio husi konseleiru no hau nia kaben. Hau deside atu hahu tratamentu no nafatin tuir ART ba tinan naruk ona.”

Relatóriu Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste, 2021

Depois de rona sira nia rezultadu pozitivu ba HIV, ema bele iha reasaun oioin. Ita-bo’ot nia kliente bele mos tanis, nonok, nega rezultadu, ka bele mos hirus.

Buat hirak n e’e hanesan reasaun normal ida- fo oportunidade ba ita-bo’ot nia kliente atu espresa saida deit mak sira sente.

Rona didi’ak no responde ba saida mak kliente hatoo ba ita.

Saida mak Presija atu Evita?

Labele koaliala buat ne’ebé mak la los. Promete ou koaliala saida deit mak lalos ne’e bele estraga ema nia fiar - la’os deit fiar ba ita bo’ot, maibe fiar ba sistema saúde tomak.

Evita koaliala buat ne’ebé mak la klaru ka bosok (ezemplu, “ita presija atu halo teste ran seluk tan tanba teste dahuluk ne’e iha problema”). **Honestu no nakloke.**

Se ita-bo’ot seidauk hatene klaru kona ba buat ida, **labele finjidu katak ita hatene.** Hatete deit “hau seidauk hatene klaru kona ba ida ne’e, maibe hau koko buka hatene lai”.

Koko oinsa atu labele halo ita ninia kliente sente katak ita hakarak sira sai lalais husi akonsolamentu. Fo tempo naton atu kliente bele hanoin no foti desizaun (ezemplu, kona ba oinsa atu la’o hamutuk hodi ba hasoru ekipa HIV).

Diskusaun ne’ebé mak hamosu emosaun (ezemplu, fo hatene parseiru) lapresiza halo iha momentu diagnosis. Ita labele haluha diskusaun hirak ne’e, maibe ita bele hein to’o vizita tuir mai, bainhira kliente no ita iha ona relasaun di’ak.

Evita perguntas konaba oinsa, tansa ka bainhira kliente ne’e hetan HIV iha etapa ne’e, exceptu kliente mak dehan ba ita bo’ot direita.

Evita mensagem hirak ne’ebé mak nakonu ho liafuan moral ezemplu, kona ba hahalok relasaun seksual.

Tenki komprende didi’ak katak sei ita koaliala hanesan halo pregasaun, kliente bele sente estigmatizadu no julgadu, no sei susar liu atu muda sira nia hahalok.

Labele uza ita-bo’ot ninia **fiar relijiozu** nian hodi interfere ba konseilu ba ita nia kliente sira.

Jeralmente, Evita komentario saida deit mak bele halo ita-bo’ot ninia kliente sente **rejeita, julga, moe, ou mesak.**

 **ATIVIDADE:**

Imajina to'ok katak ita-bo'ot ema foin mak hateten katak ita-bo'ot pozitivu HIV

Koko imajina to'ok ho realistiku - iha ita nia hanoin, imajina katak ita-bo'ot mak tur iha sala konsulta nian no pesoal saude nian koalia hela ho ita-bo'ot.

Hanoin no sentimentu saida mak mosu no saida mak ita-bo'ot sente?

Saida mak sai prioridade liu ba ita-bo'ot bainhira iha situasaun ida ne'e?

Fiar ba iha Rezultadu husi Teste HIV

Razaun komun ba ema ho HIV atu husik hela tratamentu ne'e tanba fiar menus ba rezultadu husi teste HIV nian.

Risku atu la fiar rezultadu ne'e aas liu bainhira kliente seidauk prepara dadauk atu simu rezultadu (i.e., menus informasaun antes teste).

Dalaruma, bainhira konfidensia menus husi pesoal saude kona ba oinsa mak atu hato'o rezultadu pozitivu, ne'e bele kria tentasaun atu hatete ba kliente katak ninia teste ba HIV ne'e negativu, maibe ninia rezultadu lolos mak pozitivu. Situasaun ne'e dezastre ida.

Konsekuensia husi situasaun ida ne'e mak bele sai dezastre ida, no ida ne'e sai difisil liu tan ba kliente atu depois fiar no simu rezultadu ne'ebé mak los.

Kliente nia fiar ba pesoal saude no sistema saude tomak sei menus ba tempu narik depois de esperensia situasaun hanesan ne'e

Bainhira ema sente di'ak deit (laiha sintoma) ida ne'e bele sai difisil tebes ba sira atu fiar, katak rezultadu husi teste hatudu katak sira moras hela.

Presiza akonsellamentu ho kuidadu kona-ba oinsá HIV estraga isin-lolon no oinsá sintoma sira lori tempu atu mosu.

Lalaok atu enkoraja fiar ba rezultadu husi teste HIV mak hanesan tuir mai ne'e:

- **Konseilu pre-teste** inklui elementu esensial 4
- **Hatudu surat tahan** ho rezultadu teste husi laboratoriu ba kliente (laos hato'o ho verbal deit)
- **Hatudu teste Determinante HIV ba kliente.** Ita bo'ot bele hatudu liña rua ne'ebé mak indika kkatak sira nia teste refere pozitivu, no iha sorin seluk teste ne'ebé mak nia rezultadu negative ne'e mak liña ida deit. Ida ne'e bele fasil liu ba ema atu hare diferensia sira ho sira nia matan rasik.
- **Permite kliente sira atu repete sira nia teste** bainhira sira hakarak- ida ne'e sei ajuda sira atu fiar ba sira nia rezultadu husi teste refere

*“Hau la fiar katak hau hetan HIV tanba **sira nunka hatudu mai hau rezultadu husi teste refere** no komunika ho verbal deit mai hau katak ita bo’ot afeita HIV, no ita bo’ot ninia carga viral aas tebes nebe mak halo hau la fiar ba saida mak hato’o mai hau.”*

Report on Loss to Follow Up in Timor-Leste, 2021

Evita argumenta ho kliente kona ba rezultadu teste ou koko atu obriga sira atu fiar ba ita bo’ot.

Tenki kompriende katak ba ema barak ida ne’e susar ba sira atu simu sira nia diagnosiso. Liu-liu ba EMHIV ne’ebé mak esperensia hela stigma ba sira nia an rasik (haree Seksaun 10 Akonsellamentu hodi Suporta EMHIV).

TUIR MAI SAIDA TAN?

Hare iha sesaun tuir mai konaba oinsa atu susesu lori ita bo’ot ninia kliente ba tratamentu HIV nian.

Seksaun 7

Ligasaun Susesu husi EMHIV ba Kontinuasaun Atendimentu HIV

TANBA SA NO OINSA ATU HALO LIGASAUN BA EMHIV FOUN

Momentu diagnoza HIV ne'e sai nu'udar tempu perigu bo'ot ida iha dalan ne'ebé EMHIV halao. Sentimentu **ta'uk** no **konfuzaun** sai aas iha tempu ida-ne'e, enkuantu koñesimentu relasiona ho HIV jeralmente menus.

EMHIV barak mak lakon husi sistema saúde iha momentu diagnoza se sira la hetan apoiu maka'as, dalaruma tinan ba tinan.

Ligasaun mak nudar etapa xave ba EMHIV, husi hatene katak sira pozitivu HIV to'o asesu be-beik atendentu HIV.

Ita bele define ligasaun susesu bainhira kliente iha visita dahuluk ba sentru ART iha fulan 1 nian laran depois de simu sira-nia rezultadu teste pozitivu HIV.

Ligasaun ne'ebé la hetan susesu bele kontribui ba mortalidade HIV ne'ebé aas no habelar epidemia ne'e.

Ho ligasaun susesu ba atendentu, EMHIV bele asesu ba suporta emocionál no informasaun loloos ne'ebé sira prezisa urjente iha tempu ne'ebá.

Ho nune'e bele suporta EMHIV atu **hahú tratamentu** no la atraza, ne'ebé proteje saúde no hamenus transmisaun HIV ba oin.

Fatór sira ne'ebé bele kria ligasaun atendentu ne'ebé di'ak liu mak hakerek iha kraik ne'e no inkorpora tiha ona ba **SOP Ligasaun** (haree pajina 91).

Maske aktu haruka karta referénsia ne'e prosesu ida deit (se mak hatene kliente ne'e atende duni ka lae) ligasaun susesu envolve **kolaborasaun**.

Ligasaun ho susesu prezisa kolaborasaun entre:

- Kliente
- Ema ne'ebe refere ba (hanesan, ema ne'ebe responsavel iha CHC ba HIV)
- Ekipa Sentru ART
- Konselor Maluk HIV



Manda kliente ba Sentru ART ho karta deit nu'udar ezemplu **referénsia pasivu** ne'ebé iha susesu ki'ik (ezemplu, ligasaun ba atendimentu ne'e bele la akontese)..

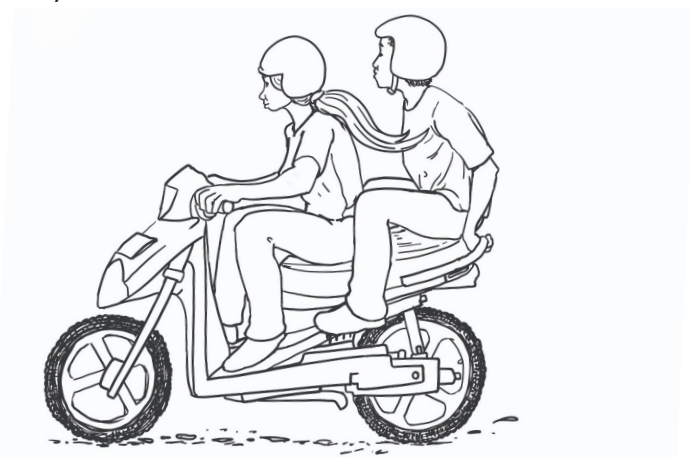
Prosesu **referénsia ativu** iha número susesu ne'ebé aas liu.

*Elementu xave husi referénsia ativu mak **akompañia kliente** husi fatin teste ba Sentru ART.*

SOP Ligasaun ne'e indika akompañia kliente nu'udar planu ne'ebé prefere, maibé inklui mós planu alternativu se laiha kapasidade atu akompañia kliente iha loron ne'ebá.

Buat ne'ebé importante liu mak ligasaun sedu.

Objetivu mak ba kliente atu hetan kolsulta primeriu iha loron ne'ebé hanesan iha Sentru ART se karik bele organiza, se lae iha loron hirak tuir mai (ezemplu, se teste pozitivu hatene tarde iha Sesta lokraik)



Se ligasaun ne'e la akontese iha semana ida nia laran husi loron hetan teste pozitivu, susar atu akontese duni ba-oin.

Utiliza **Pessoal Apoio Terenu** sira iha papél **jestaun kazu** nian hatudu ona katak maneira ne'e bele hasai número ligasaun susesu ba EMHIV (Haree Seksaun 4 Jestaun Kazu husi Konselor Maluk HIV).

SOP Ligasaun ne'e hatudu katak Pessoal Apoio Terenu sira presiza suporta EMHIV ne'ebé foun husi inisiu, no la akontese bainhira deit kliente ne'e rasik hili atu la envolve aan.

Hodi mantein abordajen bazeia ba direitu, SOP Ligasaun apoia EMHIV nia **liberdade**. E.g., kliente iha direitu atu hili Sentru ART ne'ebé sira hakarak.

Importante tebes iha sentru ART ne'ebé ho **ambiente amigavel**, laos de'it atu halo ligasaun ho EMHIV, maibé atu kliente bele kontinua ho atendimentu.

Dokumentasaun ne'e esensial atu simplifika prosesu ligasaun, maibé ita mos kumpriende katak birokrasia ne'ebé barak sei la ajuda.

SOP Ligasaun ne'e iha tipu dokumentasaun xavi 3:

- **Formulariu Referral HIV Padronizadu**
- **Rejistu Rezultadu Pozitivu HIV;** no
- **Rejistu Kliente Ne'ebé Antisipa**

Ema ne'ebé refere iha responsabilidade ba tipu dokumentu dahuluk ho daruak, no ekipa sentru ART iha responsabilidade ba dokumentu datuluk.

Dokumentasaun lolos ne'e importante tebes atu bele hatene sistema ligasaun HIV ne'e funsiona ho di'ak ka la'e.

Dokumentasaun ne'ebé di'ak bele ajuda mós atu klarifika **se mak iha responsabilidade ba servisu ida-ne'e** no atu aseguara **akontabilidade**.

Iha SOP Ligasaun, responsabilidade ema ne'ebé refere nian (husi fatin teste HIV) ne'e marka ho kór azúl, no responsabilidade husi Ekipa Sentru ART ne'e marka ho kór matak.

Se kliente ne'e la atende sira-nia apontamentu sentru ART nian, entaun problema ne'e sei sai **ema hotu nia responsabilidade**, no seksaun ida-ne'e fó marka ho kór kinur.

SOP Ligasaun iha karaik ne'e esplika responsabilidade husi Ema ne'ebe Refere (husi fatin halo teste HIV), responsabilidade husi Ekipa Sentru ART no mos iha parte ne'ebe Konselor Maluk HIV bele suporta.

Se karik Klienti la marka prisensa iha sira nia apontamentu iha Sentru ART, ne'e sai ona responsabilidade ema hotu nian.

STANDARD OPERATING PROCEDURES (SOP) BA REFERÁL NO LIGASAUN

Asaun ba Ligasaun Susesu iha fatin halo teste (e.g., CHC ka klínika privadu)



PLANU
PREFERIDU
BA LIGASAUN

ETAPA 1 - Pesoál laboratóriu (ka se de'it ne'ebé halo teste ba HIV) notifika **ema ne'ebé refere ba teste HIV/Konselleiru (ema ne'ebé refere)** kona ba rezultadu teste HIV pozitivu

ETAPA 2 - Ema ne'ebé Refere **notifika kliente konaba rezultadu teste HIV pozitivu** (haree akonsellamentu pos-teste iha pájina 73)

ETAPA 3 - Ema ne'ebé Refere husu **kliente atu hili Sentru ART** ida ne'ebé sira prefere husi opsaun sira ne'ebé disponivel

ETAPA 4 - Ema ne'ebé Refere kompleta **Formuláriu Referral HIV Padronizadu** no fó ba kliente

PLANU PREFERIDU BA LIGASAUN

ETAPA 5 - Ema ne'ebé Refere **iha kontaktu ho ekipa Sentru ART nian ida no fó notifikasaun ba sira atu hein kliente foun iha loron ne'e duni**

PLANU ALTERNATIVA BA LIGASAUN

(Karik laiha possibilidade atu akompañá kliente ba Sentru ART)

ETAPA 5 - Ema ne'ebé Refere **kontaktu ho Membru Ekipa Sentru ART nian ida**, notifika kona-ba kliente foun, depois **marka data/tempu apontamentu nian** – ida-ne'e tenke iha **semana 1 nia laran (lalais diak liu)**

ETAPA 6 - Ema ne'ebé Refere halo dokumentasaun iha **Rejistu Resultadu HIV Pozitivu** hirak tuir mai ne'e:

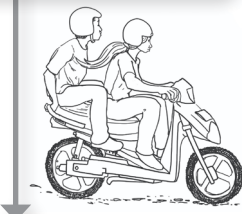
- Data ohin loron, no naran, data moris, morada no número telefone kliente nian
- Se kliente ne'e **fó ka la fó autorizasaun ba vizita uma iha futuro, karik presiza akompañamentu konfidensiál**
- Naran Sentru ART no detalhe husi Membru Ekipa ne'ebé sira ohin kontaktu

ETAPA 7 - Akompaña kliente ba Sentru ART ho maneira ida husi tolu ne'e:

1. **Ema ne'ebe Refere** mak akompaña kliente; KA
1. Ema ne'ebe Refere prepara **Membru Ekipa Sentru ART** nian atu mai foti kliente; KA
1. Ema ne'ebé refere prepara **Konselor Maluk HIV** nian atu mai tula kliente

***Ida ne'e nu'udar etapa importante liu iha prosesu ligasaun**

Karik opsau tolu atu akompaña kliente ba Sentru ART ne'e laiha hotu, bele halo tuir Planu Alternativa ba Ligasaun



ETAPA 6 - Ema ne'ebé Refere halo dokumentasaun iha **Rejistu Resultadu HIV Pozitivu** hirak tuir mai ne'e:

- Data ohin loron, no naran, data moris, morada no número telefone kliente nian
- Se kliente ne'e **fó ka la fó autorizasaun ba vizita uma iha futuro, karik presiza akompañamentu konfidensiál**
- Naran Sentru ART no detalhe husi Membru Ekipa ne'ebé sira ohin kontaktu

ETAPA 7 - Ema ne'ebé Refere notifika kliente kona-ba loron / tempu apontamentu nian no hakerek ida-ne'e ba sira (kartaun fó-hanoin)

Step 8 - Ema ne'ebé Refere fó **Membru Ekipa Sentru ART ne'ebé sira sei hasoru nian naran** ba kliente (karik bele, ajuda kliente atu koalia ho sira liu husi telephone ba minutu balu)

Step 9 - Ema ne'ebé refere fó **orientasaun klaru** konaba atu ba iha ne'ebé atu hetan Sentru ART

ETAPA 10 - Ema ne'ebé Refere **buka hatene kliente ne'e komprende** importánsia atu atende apontamentu ne'e no komprende katak Ekipa Sentru ART sei hein sira atu ba

ETAPA 11 - Ema ne'ebé Refere fó **Pamfletu Informasaun** (saida mak atu hasoru iha ita-boot nia vizita Sentru ART dahuluk) ba kliente, no hatudu ba kliente número-telefone Sentru ART ne'ebé kliente hili ona

ETAPA 12 - Ema ne'ebé Refere halo **ligasaun entre kliente ho Konselor Maluk HIV**.

Depende ba kliente nia hakarak ida-ne'e bele halo liu-husi:

1. Fó número-telefone kliente nian ba Konselor Maluk HIV; KA
2. Fó número-telefone Konselor Maluk HIV nian ba kliente;

Ema ne'ebé Refere ka kliente sei fo hatene Konselor Maluk HIV kona ba kliente nian loron apontamentu atu sira bele tulun fó-hanoin / akompaña

ETAPA 13 - Ema ne'ebé Refere enkoraja kliente atu hili **Apoi u ba Tratamentu** ida (kolega ka membru família ne'ebé bele tau fiar ba) hodi lori mós sira ba apontamentu iha Sentru ART (ne'e laos obligatoriu)

Asaun ba Ligasaun Susesu iha Sentru ART
(e.g., HNGV, Maloa, BPC, ka Ospital Referrál)



Ekipa Sentru ART

ETAPA 8 - Bainhira Ema ne'ebé Refere kontaktu, Membru Ekipa Sentru ART nian **halo kedas dokumentasaun** ba detalle kliente nian **no detalle** Ema ne'ebé Refere nian iha **Rejistu Kliente ne'ebé Antiaipa**

ETAPA 9 - Ema ne'ebé Refere fo konhese kliente ba membru ekipa Sentru ART no simu kliente ho bemvindo

ETAPA 10 - Membru Ekipa Sentru ART foti **Formuláriu Referral HIV Padronizadu** husi kliente

ETAPA 11 - Membru Ekipa Sentru ART **halo rejistu ba kliente** iha rejistu pasiente

ETAPA 14 - Bainhira Ema ne'ebé Refere kontaktu, Membru Ekipa Sentru ART nian **halo kedas dokumentasaun** ba detalle kliente nian **no detalle** Ema ne'ebé Refere nian iha **Rejistu Kliente ne'ebé Antiaipa**

ETAPA 15 - Membru Ekipa Sentru ART **haruka SMS atu fó hanoin** ba kliente loron ida molok sira-nia apontamentu

ETAPA 16 - **Kliente atende** sira-nia apontamentu no ekipa simu sira ho bemvindo

ETAPA 17 - Membru Ekipa Sentru ART foti **Formuláriu Referral HIV Padronizadu** husi kliente

ETAPA 12 - Durante vizita dahuluk, Membru Ekipa Sentru ART halo **ligasaun entre kliente ho Konselor Maluk HIV** (karik seidak halo husi ema ne'ebé refere) **eseptu kliente hili sai husi apoiu ne'e.**

Depende ba kliente nia hakarak ida-ne'e bele halo liu husi:

1. Fó kliente nia número-telefone ba Konselor Maluk HIV; KA
2. Fó Konselor Maluk HIB nia número-telefone ba kliente; KA
3. Prepara Konselor Maluk HIV atu mai iha Sentru ART hodi mai hasoru kliente

ETAPA 13 - Membru Ekipa Sentru ART enkoraja kliente atu hili **Apoiú ba Tratamentu** ida (kolega ka membru família ne'ebé bele tau fiar ba) hodi lori mós sira ba apontamentu iha Sentru ART (ne'e laos obligatoriu)

ETAPA 14 - Membru Ekipa Sentru ART nian **fo hatene ba** Ema ne'ebé Refere katak kliente ne'e iha **ligasaun susesu ba atendimentu**

ETAPA 18 - Membru Ekipa Sentru ART halo **rejistu ba kliente** iha rejistu pasiente

ETAPA 19 - Membru Ekipa Sentru ART nian **fo hatene ba** Ema ne'ebé Refere katak kliente ne'e iha **ligasaun susesu ba atendimentu**



Ekipa Sentru ART

↓
Follow-up from the Site of HIV Testing



Ema ne'ebé Refere

ETAPA 15 - Ema ne'ebé Refere halo **dokumentasaun kona-ba ligasaun susesu** hasoru kliente nia entrada iha **Rejistu Rezultadu HIV Pozitivu**

ETAPA 20 - Ema ne'ebé Refere halo **dokumentasaun kona-ba ligasaun susesu** hasoru kliente nia entrada iha **Rejistu Rezultadu HIV Pozitivu**

ETAPA 21 - MAIBE: Se sira la hetan kontaktu iha semana ida nia laran, entaun Ema ne'ebé Refere **sei kontaktu ho Sentru ART hodi buka hatene** saida mak akontese

Konselor Maluk HIV

Ekipa Sentru ART



Ema ne'ebé Refere

Se kliente ne'e la marka prezensa iha sira-nia apontamentu iha Sentru ART:

ETAPA 1 - Membru Ekipa Sentru ART koko atu **kontaktu kliente liu husi telefone** hodi enkoraja sira atu tuir

ETAPA 2 - Se kliente la hatán ka la atende nafatin iha **semana 1** nian husi loron apontamentu ne'ebé liu tiaona, entaun Membru Ekipa Sentru ART sei kontaktu: **Ema Ne'ebé Refere NO Konselor Maluk HIV**

ETAPA 3 - Ekipa Sentru ART, Ema ne'ebé Refere, no Konselor Maluk HIV **koalia hamutuk** oinsá di'ak liu atu hasoru kliente, ho opsau sira inklui:

- **Vizita uma** nian kuando kliente fó autorizasaun ba ida ne'e durante visita dauluk ho ema ne'ebé refere
- Tenta nafatin tan atu hetan liu husi **telefone / mensajen**

ETAPA 4 - Ekipa konselleiru ba HIV **koalia konaba kliente ne'e iha Enkontru Trimestral** atu **bele buka hatene se karik kliente ne'e rejistu ona iha Sentru ART seluk**

ETAPA 5 - Se kliente la atende Sentru ART **durante fulan 3** nia laran husi teste HIV pozitivu, entaun Ema ne'ebé Refere no Sentru ART sei dokumenta iha Rejistu Rezultadu HIV hanesan **ligasaun ne'ebé falla**



Seksaun 8

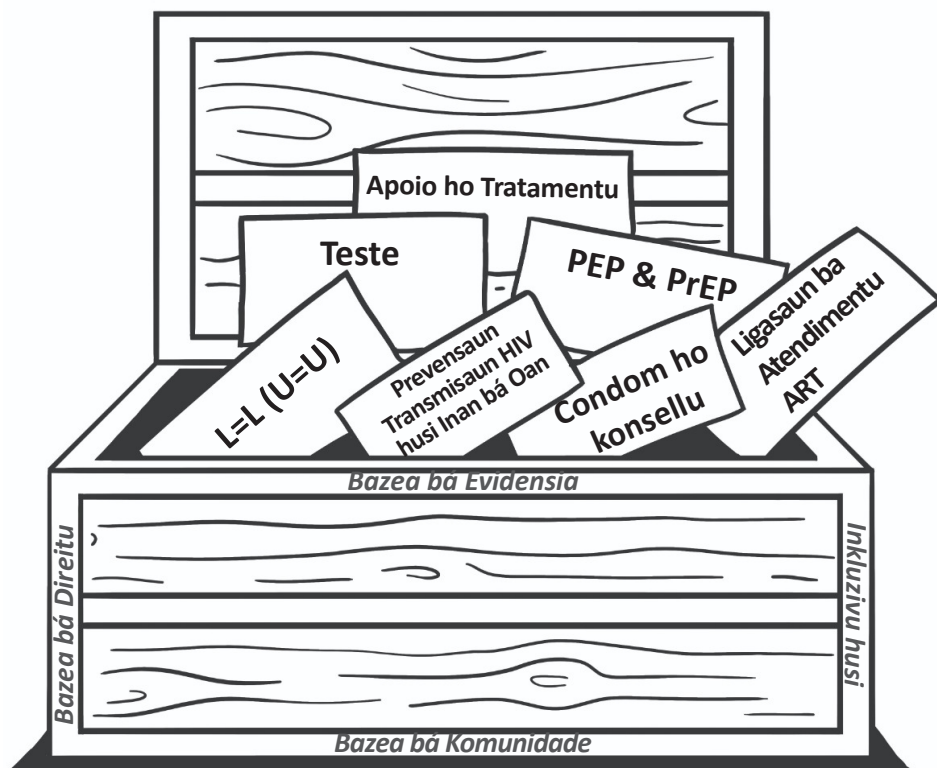
Prevensaun bá

Transmissaun HIV

Ita iha ekipamentus oioin iha ita nia kaixa ekipamentus bá prevensaun HIV.

Ne'e signifika katak ema bele hili rasik kona ba ekipamentu prevensaun HIV ne'ebé mak funsiona ho di'ak loos bá sira nia-aan rasik no iha sira nia situasaun.

Bainhira ita iha ekipamentus bazea ba evidencia oioin iha ita nia kaixa prevensaun, ne'e bele fó vantajen bá comunidade sira ne'ebé iha risiko aas husi HIV, ema moris ho HIV, no comunidade tomak.



PRINSÍPIU SAIDA-SAIDA DE'IT MAK IHA KAIXA PREVENSANU BÁ HIV REFERE?

Baze efetivu husi Kaixa Prevensaun bá HIV mak hanesan:

1. Bazea bá Direitu

Direitu umanu mak direitu ida ne'ebé mak sidadaun hotu iha, hanesan ema.

Ezemplu husi aproximasaun HIV relasiona ho direitu umanu mak hanesan tuir mai ne'e:

- Ema ne'ebé Negativu HIV & Pozitivu HIV tenke trata hanesan
 - **Direitu bá Laiha Diskriminasaun**
- Rezultadu tenke konfidensial
 - **Direitu bá Privasidade**
- Ema ho PLHIV bele hetan oan no kaben bainhira sira hakarak
 - **Direitu atu Kaben & iha Familia**
- Ema hotu bele halo escolha ba metode prevensaun no tratamentu
 - **Direitu atu hetan Benefisiu husi Siensia**

2. Bazea bá Evidensia

Estratéjia bazea ba evidénsia iha nia prova efektividade liu husi peskiza ne'ebé iha qualidade. Annex 5 deskreve kona ba estratéjia prinsipál ba prevensaun HIV bazeia bá evidénsia sira, ba pesoal saudé sira no individuál.

3. Bazea bá Komunidade

Hodi hadia epidemia HIV presiza servisu hamutuk konjunta entre governu ho komunidade.

Ida ne'e inklui mós envolve komunidade hodi foti desizaun konabá utilizasaun aproximasaun prevensaun HIV, tipu atendimentu HIV ne'ebé disponivel, no dezeñu husi servisu hirak refere.

4. Inkluzivu husi EMHIV

EMHIV tenke lian ida hodi foti desizaun kona ba kualkér Estratejia HIV ne'ebé relevante. Ida ne'e mak prinsipiu husi “**sei laiha mudansa buat ida ne'ebé iha impaktu ba ami, bainhira ami laiha**”.

ESPLIKASAUN KONA BA KAIXA EKIPAMENTUS BÁ PREVENSAUN HIV

Hanesan konselleiru no pesoal saúde, ne'e ita nia knaar duni atu oferese ba ema opsaun sira, no **ajuda sira hili opsaun ne'ebé mak di'ak ba sira nia situasaun.**

Kliente hatene sira nia moris no situasaun rasik ho di'ak liu fali ita.

Seksaun tuir mai ne'e deskreve badak estratéjia prevensaun bá HIV ne'ebé bazeia ba evidénsia ne'ebé mak relevante ho Timor –Leste.

Teste

Teste HIV hanesan elementu importante ida husi komprensaun estratéjia prevensaun bá HIV.

Tuir teste hodi **hatene ita nia status HIV**, fornese podér tomak ba ema refere atu decide, rezultadu husi teste refere pozitivu ka negativu.

Objetivu husi teste refere hodi diagnosa ema hotu ho HIV sedu bainhira hetan ona infesaun, no antes virus bele hadaet ba ema seluk.

Ligasaun ba Atendimentu ART

Depois de hetan rezultadu husi teste hatudu pozitivu, esensial tebes katak EMHIV foun konekta ka liga Sentro ART ho imidiatamente.



Apoio ho Tratamentu

Objetivu primeiru husi tratamentu HIV mak atu proteje EMHIV atu nafatin ho kondisaun di'ak.

Vantazem tuir mai husi efetivu tratamentu mak atu reduz numeru husi HIV iha isin lolon, ida ne'ebé mak reduz mos oportunidade bá transmisaun virus refere bá ema seluk.

Konseitu ida ne'e refere kona ba **Tratamentu hanesan mos Prevensaun.**

Bainhira ema ida nia karga viral la detektável ona tanba iha aderensia lolos ba ART, sira labele hadaet HIV bá ema seluk.

Ida ne'e kunhesidu nudar **L = L**, ga

La detektável = La transmissível.

PEP no PrEP

PEP (Post-Exposure Prophylaxis) bele oferese bá ema ne'ebé mak negativu HIV ne'ebé mak infrenta risku spesifiku aas bá expozisaun HIV durante oras 72 liu bá (Inklui mos asaltu sexual).

PrEP (Pre-Exposure Prophylaxis) ne'e konsumu kada loron husi ema ne'ebé mak negativu HIV ida ne'ebé mak iha risku aas liu bá expozisaun HIV, hanesan ho ai-moruk hodi prevene isin rua.

Ida ne'e hanesan ekipamentu ida taan bá hirak ne'ebé mak negativu HIV atu proteje sira nia-an rasik, inklui mos bá Trabalhador Seksu ne'ebé sente susar atu uza condom.

Halo diskusaun ho ekipa HIV ne'ebé treinadu iha PEP & PrEP se ita bo'ot hanoin katak dalaruma ita bo'ot nia kliente sente interesadu ho estratejia prevensaun hirak ne'e.

Prevensaun Transmisaun HIV husi Inan bá Oan

Haree Seksaun 9 HIV no Isin Rua ba informasaun konaba Prevensaun Transmisaun HIV husi Inan ba Oan.

Condom ho Konsellu

Iha evidencia husi peskiza kle'an neébe mak konsistente no utilizaun condom ho loos hanesan estratejia efetivu ne'ebé aas hodi halo prevensaun bá transmisaun HIV.

Oferese condom bá kliente EMHIV sira iha kada vizita bá facilidade tratamentu saúde.

Halo oinsa atu condom ne'e disponivel iha fatin ne'ebé deit ne'ebé ema bele hetan ho konfidensial no sein preokupasaun (hanesan hakerek sira nia naran) nudar opsaun di'ak ida.

Fó Konsellu iha momentu oferese condom refere bele hafasil ita bo'ot atu:

1. Esplika lala'ok lolos kona bá utilizaun condom (enfaze ba importansia husi lubrikante)
2. Haforsa kliente ho abilidade negosiasaun kona bá utilizaun
3. Halakkon fiar negativu kona bá condom

Check that everyone on your team understands that condoms are a health choice, not a moral choice.

Fraze ne'ebé mak ita bo'ot bele uza hodi **promove utilizaun condom** bá ita bo'ot nia kliente sira mak hanesan:

“Halo relasaun seksual la uza kondom bele fo risku – Moras Hadaet husi Relasaun Seksual bele akontese (balun bele kura no balun labale).”

“Uza kondom bainhira halo relasaun seksual di'ak tebes hodi reduz risku ba ita-bo'ot husi infeksaun hanesan HIV”

“Relasaun seksual ne'ebe seguru hakalma ita nia ulun no uza kondom”

“Iha razaun barak atu uza kondom. Sei ita klosan, iha relasaun domin ka kaben – ema hotu bele uza kondom”

“Uza kondom ne'e nudar dalan ida hodi hato'o respeitu ba ita nia parseiru”

“Laiha problema sei ita hakarak uza kondom hodi prevene HIV no metode kontrasepsaun seluk iha tempu ne'ebe hanesan (ezemplu KB)”

Uza Condom ho loos

Pasu Báziku	Detallas importante
1 Antes uza condom, garantia katak iha konkordansia entre parseira	<p>Komunikasaun nakloke no efektivu entre hirak ne'ebé envolve</p> <p>Asegura katak ita no ita nia parseiru konkorda hamutuk atu halo relasaun seksual, uza kondom, no foti desizaun ne'e hamutuk</p>
2 Uza condom ne'ebé foun kada aktu seksual no hare didi'ak bá ninia prazu	<p>Fase ita nia liman antes uza condom</p> <p>Haree condom nia kulit, labele uza sei karik nakloke ka aat</p> <p>Labele uza condom ne'ebé mak ninia data prazu liu ona.</p> <p>Kuidadu atu labele halo condom nakles (se loke ho nehan ka liman kukun)</p>
3 Tau uluk condom iha penis ne'ebé hamrik ona molok halo relasaun sexual	<p>Tau uluk condom antes halo kontaktu bá area genital ka area anal/kidun</p> <p>Tau lubrikante oituan iha area penis nia ulun antes tau condom bele hasa'e gostu</p>

<p>4 Dada tun condom to'o penis nia hun</p>	<p>Kaer condom nia tutun hodi hasai ár no no lulun tun neneik bá kraik</p> <p>Se bainhira condom ne'e defisil atu dada tun ka lulun tun mai kraik, ne'e tau sala. Soe tiha no tau foun fali.</p> <p>Bele tau tan lubrikante-ben hodi hasa'e vontade no hamenus risku atu nakles</p>
<p>5 Depois de ejakulasaun, kaer condom nia hun no hasai ho kuidadu bainhira penis sei hamrik hela</p>	<p>Bainhira relasaun sexual remata ona, hasain penis ho kuidadu bainhira sei eresaun hela atu nune'e semen labele nakfakar</p> <p>Uza condom foun bainhira hakarak atu kontinua relasaun sexual, ka atu hahu aktu relasaun sexual seluk</p>
<p>6 Soe condom ne'ebé mak uza tiha ona iha fatin seguru</p>	<p>Falun condom nee'be mak uza tiha ona iha tisu ka invólucro ruma no soe iha kaixa ruma, ka ke'e rai kuak no hakoi tiha. Halo serteza katak labarik labele hetan. Labele soe iha toilete/ sintina.</p> <p>Fase liman wainhira remata ona</p>

Adapta, ho agridesimentu, husi Marie Stopes Timor-Leste



Seksaun 9 HIV no Isin-rua

Seksaun ida-ne'e iha informasaun kona-ba oinsá atu apoiu feto sira ne'ebé moris ho HIV, liuliu relasiona ho isin-rua no metode planeamentu familiar. Informasaun hirak ne'e bele ajuda Konselor Maluk HIV no sei interese espesiál ba parteira sira.

SAIDA MAK PTHIO HIV?

PTHIO HIV signifika Prevensaun Transmisaun HIV husi Inan ba Oan. Ita mós bele haree ida-ne'e deskreve hanesan ETHIO, ne'ebé refere ba Eliminaun laos Prevensaun.

Transmisaun HIV husi inan ba oan hanesan problema seriu iha Timor-Leste.

Pasu barak bele foti hodi hamenus risku husi labarik hetan no mate tanba HIV. Nuudar Konselor Maluk HIV, ita bele servisu besik liu ho ita nia kliente atu ajuda sira halo tuir rekomendasaun husi sira nia ekipa Sentru ART.

Ita hatene ka lae...?

Karik rekomendasaun hotu bele halo tuir, entaun risku transmisaun HIV husi inan-ba-oan bele redúz too menus husi 5%.

Karik laiha rekomendasaun ida mak halo tuir, entaun risku transmisaun HIV husi inan ba labarik bele besik 45%.

Tuir mai, ita sei haree momentu xave sira ne'ebé ita bele fó apoiu ba feto ne'ebé moris ho HIV, hodi ajuda atu atinji objetivu hodi halakon transmisaun HIV husi inan-ba-oan iha Timor-Leste.

Apoia EMHIV ne'ebé halo Planu ba Isin-rua

Ideia di'ak ida atu halo planeia ba isin-rua, duke husik isin-rua akontese de'it ba ita.

Ba mane no feto sira ne'ebé moris ho HIV, iha rekomendasaun atu sempre uza kondom ba relasaun seksuál bainhira hein to'ó resultadu karga viral nebe'e la detektável. Ida ne'e iha jerál bele han fulan neen (dalaruma liu tan, dalaruma menus, depende ba situasaun).

Nudar Konselor ba Maluk HIV, ita bele apoia kliente sira atu kontinua nafatin hemu aimoruk ART loro-loron atu nunee bele atinje lalais no sustentável.

EMHIV ne'ebé hakarak isin-rua bele hahú halo relasaun seksuál sein uza kondom wainhira sira iha karga viral la detektável ne'ebé estavel (haree iha Seksaun 1 ba informasaun kona-ba la detektável = la transmissível).

Se kliente ne'e mak feto ida moris ho HIV ne'ebé hakarak hetan bebé ida, suporta nia atu sai saudavel liu molok nia isin rua. Serbisu hamutuk ho kliente ne'e no ho nia ekipa ART, ho objetivu atu:

- Identifika no trata kualkér infeksaun oportunistiku ka moras sira seluk
- Han hahán ne'ebé di'ak no iha balansu
- Isin nia todan ne'ebé saudavel
- Saúde mental ne'ebé di'ak
- Hemu ho regularmente aimoruk hotu ne'ebé ekipa sira iha Sentru ART fornese no mos vitamina molok isin rua ne'ebé rekomenda (ezemplu, folate no ferru).

Apoi EMHIV ne'ebé agora dadaun isin-rua hela

Idealmente, feto sira ne'ebé moris ho HIV sei hemu regularmente ART, no iha karga viral ne'ebé la detektável, antes isin-rua.

Maibe, feto barak mak foin hatene kona-ba sira-nia HIV durante isin-rua, liu husi sira-nia kuidadu ante-natal.

Feto isin-rua ne'ebé foin hetan diagnoza ho HIV presiza suporta tomak hanesan kliente sira seluk ne'ebé diagnoza ho HIV foun (haree iha Seksaun 6 Suporta iha Tempu Diagnóstiku HIV no Seksaun 7 Ligasaun ne'ebé Susesu ho EMHIV ba Kuidadu).

Se karik Ita-bo'ot hatene kona-ba feto ida ne'ebé foin diagnoza ho HIV bainhira isin-rua, halo buat hotu iha Ita-bo'ot nia kbiit atu asegura katak **nia hetan konsulta lalais** husi ekipa ART (iha loron ne'ebé hanesan ho rezultadu teste).

Ita-bo'ot bele servisu hamutuk ho ekipa Sentru ART hodi ajuda kliente atu prontu hodi hahú kedas ART sein lakon tempu.



Dalaruma feto isin rua sira sei sente laran-taridu kona-ba hemu aimoruk wainhira sira isin rua. Asegura katak kliente komprende di'ak liu sei nia bele **proteje nia bebé husi HIV liu husi hahu lalais ART** ne'ebé efetivu, no kontinua hemu aimoruk ne'e ho adezaun ne'ebé di'ak.

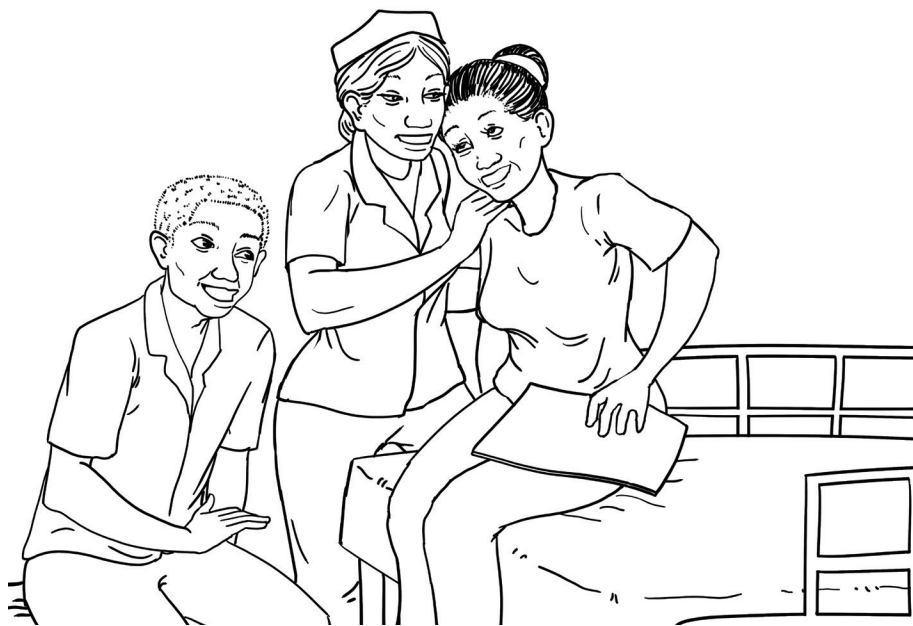
Dalan di'ak liu atu proteje bebé hodi la-hetan HIV mak ajuda inan hodi hetan karga viral ne'ebé la detektável, no kontinua nudar la detektável durante

tempu isin-rua no fó susubeen-inan nian.

Felizmente, agora dadaun opsaun primeriu ART nian iha Timor-Leste iha kapasidade atu hatun karga viral ho lalais.

Suporta kliente ho apoiu lojistika durante nia isin-rua, tuir ninia nesesidade. Por ezemplu, nia bele presiza ajuda ho transporte hodi aseguara katak nia bele atende nia apontamentu hotu iha Sentru ART no atendimentu ante-natal (ANC).

Nia bele hetan benefísiu bainhira ita-bo'ot hola parte iha ninia atendimentu ANC, liu-liu se nia tauk atu hetan estigma no diskriminasaun iha klinika. Ida-ne'e esperiênsia komún ba feto sira ne'ebé moris ho HIV.



Se ida ne 'e akontese ba ita nia kliente, ita bele husu se nia hakarak ita atu halo advokasia lori nia naran (ezemplu, lori problema ba iha xefe sentru saúde nia ulun, ka ba Programa Nasionál HIV/AIDS nian).

Apoiu Durante Partus

Se kliente husu konaba saida mak bele akontese durante nia fo partus, ita bele fo hatene katak buat hotu sei hanesan ba nia nomos ba feto negativu HIV sira. Parteira sira tenke uza luvas hanesan baibain (la presiza tan buat seluk).

Diferensa úniku ida de'it ba feto pozitivu HIV durante partus mak di'ak liu atu evita prosedimentu sira ne'ebé bele kauza raan (ezemplu, episiotomia, uza forcep no seluk tan).

Apoiu ba EMHIV ne'ebé fo Kuidadu ba Labarik Infante/ Labarik sira seluk

Se ita-bo'ot bele visita kliente direktamente depois partu, hare karik ita-bo'ot bele oferese suporta iha area hirak ne'e:

Keta haluhan atu fo “parabens!”. Infelizmente, pasu importante ida-ne'e dalaruma ema haluha atu fo ba feto pozitivu HIV sira.

Apoiu inan atu hahú **fó susubeen-inan** sedu. Enkoraja nia atu fó de'it susubeen-inan (la uza formula) ba mínimu fulan 6. Esplika katak susubeen inan nian importante hodi proteje bebé.

Risku transmisaun HIV ba bebé liu husi susubeen inan nian reduz bainhira karga viral inan nian menus liu husi hemu ART loro-loron.



Koalia ho ekipa ANC no ekipa Sentru ART hodi fasilita hodi **hahú profilátiku anti-virus** ba bebé **iha oras 6 depois partus no labele tarde liu**. Karik profilátiku anti-virus ne'e la disponivel iha fatin ne'ebé kliente fo partus, entaun ita-bo'ot bele ajuda atu foti husi Sentru ART (maske liu ona oras servisu – ida-ne'e labele hein to'o loron tuir mai). Kontaktu sira sedu, atu bele prepara antes bebé moris mai.

Ekipa Sentru ART no parteira sira bele ajuda inan-aman hodi aprende oinsa atu fo aimoruk ba bebé antes alta husi ospital.

Inan no bebé sei presija atende apontamentu importante iha Sentru ART wainhira bebé ne'e too ona idade **fulan 1**.



Asegura katak inan la haluha visita ida ne'e, no asegura katak nia iha transporte ne'ebé disponivel.

Iha momentu ne'e, bebé sei iha **teste dahuluk ba HIV** (uza teste diferente kompara ho teste HIV ba adultu sira). Ida-ne'e laós teste ikus ba HIV, ne'ebé bele halo de'it bainhira bebé para nia susuben-inan.

Durante vizita fulan 1 nian ba Sentru ART ekipa sira sei husu tuir konaba inan-aman ninia esperensia kona-ba fo ai-moruk **profilátiku anti-viral** ba bebé.

Fulan 1 mós sei sai hanesan tempu ne'ebé bebé ne'e presiza hahú **cotrim prophylaxis** ne'ebé sei kontinua too prova katak teste ba HIV ne'e negativu.

Idea di'ak ida mak oferese **akonsellamentu no apoiu maka'as liután** ba inan sira durante período foin partu. Inan sira iha risku atu tama iha problema adezaun depoizde partu (ezemplu, la diskansa ho di'ak tanba bebé foin moris karik bele halo sira nia hanoin la klaru).

Fó-hanoin ba inan katak virus ne'e bele pasa ba bebé liuhusi susubeen inan nian se nia lahemu aimorúk. Ida ne'e mos fo oportunidade ba virus iha isin lolon atu aumenta. Buka maneira atu ajuda nia la falta konsumú aimoruk ba nia an rasik ka tratamentu ba nia bebé.

Bainhira foin hasoru feto moris ho HIV foun, importante tebes atu haree **karik nia iha ona oan**. Se karik nune'e, liga ho ekipa Sentru ART hodi organisa teste HIV ba labarik sira ne'e ho lalais.

Dalaruma ita bele hatene tarde liu (labarik mate ona antes inan nia HIV hetan identifikasaun).

Importante tebes atu husu, tanba dalaruma labarik sira seluk ne'ebé moris antes ho HIV bele identifika no trata ho susesu.

Prevene isin-rua ne'ebé la planeadu

Prevene isin-rua ne'ebé la planeadu ne'e nuudar parte importante husi PTHIO HIV.

Iha labarik uitoan liu ne'ebé moris ho HIV bainhira fetu sira ne'ebé moris ho HIV hetan suporta atu halo planu ba bainhira sira hakarak iha, ka laiha, oan.

Métodu planeamentu familiar hotu presiza asesivel ba fetu no foin sa'e sira hotu, atu nune sira bele kria planu ka prevene isin-rua tuir sira hakarak. Ida-ne'e loos ba fetu no foin sa'e sira hotu, la hare'e ba sira nia estatutu HIV.

Di'ak liu bainhira métodu planeamentu familiar hotu no akonsellamentu saúde reprodutiva disponivel ba fetu sira ne'ebé moris ho HIV atu asesu iha sira nia Sentru ART. Se lae, no kliente konkorda karik, entaun fasilita ka referé kliente sira ba fatin ida ne'ebé iha planeamentu familiar disponivel (ezemplu, facilidade saúde sira iha Timor-Leste ka Klinika Marie Stopes Timor-Leste).

Iha possibilidade ba aimorúk ART balun (maibé laos hotu) atu iha interasaun ho tipu planeamentu familiar hormonal balun.

Jeralmente ladun kria problema maibe importante mak asegura asegura katak fetu no labarik-fetu sira hotu bele **hili métodu planeamentu familiar ne'ebé di'ak no tuir sira nia hakarak**, hafoin akonsellamentu ne'ebé apropriadu.

Fetu no labarik fetu sira ne'ebé hemu ART elijivel atu uza métodu planeamentu familiar hormonal hotu-hotu.

Abilidade atu hili métodu planeamentu familiar (husi métodu hotu) iha asosiasaun ho utilizasaun métodu ne'e ne'ebé efetivu.

Metode planeamentu familiar hormonal (ezemplu, pill, implant, sona, no LNG-IUS) bele uza hamutuk ho kondom ho seguru, nune'e bele hasai tan protesau kontra isin-rua ne'ebé la planeadu no prevene mos hadaet HIV no moras hadaet husi relasaun seksual sira seluk.

Dala ruma, fetu sira ne'ebé moris ho HIV hetan obrigasaun atu uza métodu planeamentu familiar ne'ebé sira rasik lakohi.

Ida-ne'e abuzu no kontra sira nia direitus umanus.

Karik ida ne'e akontese mak tenke lori ba atensaun xefe iha sentru saúde nia, ka ba Programa Nasionál HIV/AIDS

“Ha'u hetan problema ho estigma no diskriminasaun bainhira hau isin rua no presiza halo operasaun cesariana, maibé dotor sira iha [ospítal] la simu hau hodi halo operasaun cesariana iha ne'eba tanba de'it hau nia estatutu HIV”

Relatoriu Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste, 2021



Seksaun 10
Akonselamentu ba Apoiu
EMHIV

SAIDA MAK AKONSELAMENTU?

Akonselamentu siknifika oinsá uza métodu terapia ho lifuan ne'ebé ho objetivu atu ajuda ema hodi **to'o ba sira-nia mehi** no **halo mudansa pozitivu** iha sira-nia moris, iha kontestu relasaun profisionál ne'ebé iha konfiansa.

Akonselamentu envolve preparasaun tempu ba kliente no Konselor atu ko'alia kona-ba dezafiu sira ne'ebé kliente hasoru.

Konselor refere uza tékniku espesífiku hodi tulun sira nia kliente atu haree kestaun sira ho klaru liután no atu **dezenvolve sira nia estratéjia rasik** hodi hatán ho efetivu ba dezafiu sira.

'Konselor' iha kontestu ida-ne'e signifika Konselor HIV ka profisionál saúde ne'ebé iha ona treinamentu ruma kona-ba abilidade akonsellamentu.

Akonselamentu ne'e la'os:

- Fo ita nia opiniaun
- Rezolve hela kliente nia problema ba sira
- Sai kritikadór ka fó moral
- Fo presau ba kliente sira atu halo desizaun ne'ebé ita hanoin 'di'ak' ba sira
- Husu ba kliente atu iha valor ne'ebé hanesan ho Konselor

Karakteristiku sira husi Konselor ne'ebé Efetivu

Hirak ne'e mak **karakterístika balun husi Konselor HIV ne'ebé efetivu**:

- **Simu** – Konselor ne'e simu kliente sein kritika ka prejuizu (hanoin atu kritika sein evidencia ruma) no evita kualkér hahalok fó moral kona-ba 'hahalok saida mak loos ka iha morál'.
- **Laran di'ak** – hatudu laran di'ak ka pozitivu hasoru kliente sira la haree ba sira ne'e se ka saida mak sira halo.
- **Empátiku** – hatudu kapasidae atu komprende saida mak kliente sente, ka "haree haree situasaun husi kliente nia perspetivu".
- **Adaptáavel** – bele muda tipu estilu/maneira akonselamentu no fokus hodi adapta ba kliente ne'ebé lahanesan iha situasaun diferente.
- **Observadór** – bele lee jestura isin nian no 'rona' buat ne'ebé la koalia sai atu bele komprende kle'an liutan kliente.
- **Hatene Aan** – hatene kona-ba sira-nia limitasaun no ho konfiansa atu buka tulun iha situasaun sira ne'ebé ses husi sira-nia koñesimentu

Interasaun akonselamentu konba HIV ne'ebé efetivu mak:

- **Privadu no konfidensiál**
- Adapta tuir **kliente ida-idak** (kliente mak sentru)
- Iha **nivel hanesan** (Konselor laiha podér/estatutu ne'ebé aas liu kompara ho kliente)
- **Interativu** (la'ós de'it Konselor mak hatete, no kliente ne'ebé pasivamente rona deit)

Saida mak Benefísiu husi Akonselamentu ne'ebé Efetivu?

Iha benefísiu barak ne'ebé mai husi akonselamentu efetivu ba EMHIV.

Benefísiu xavi balu inklui:

- Kapasita EMHIV atu iha **vizaun positivu ida** ba sira nia moris
- Tulun EMHIV atu **sente hetan suporta no la mesak**
- Hakbiit EMHIV hodi **muda hahalok** ba dalan ne'ebé pozitivu
- Hasa'e **abilidade foti desizaun** ba EMHIV
- Restora **ben-estar sosiál** EMHIV nian
- Dezenvolve EMHIV nia **konfiansa atu ko'alia nakloke** kona-ba saida mak sai problema sira

Tau hamutuk/akumula, benefísiu husi akonsellamentu ne'e bele ajuda EMHIV **kontinua involve iha atendentu saúde** no atu **promove ben-estar no moris di'ak** ba ema moris ho HIV.

*“Buat ida ne'ebé ajuda tebes ha'u mak akonselamentu. Buat ne'ebé ha 'u fo nudar sujestaun ba ema seluk mak ema hotu presiza halo ka partisipa iha akonselamentu, tanba ida-ne' e sei ajuda; **halo kmaan ita-nia moris no halo ita bele simu estatutu ne'ebé ita iha.**”*

EMHIV ida ne'ebé mak involve aan iha kuidadu no hemu ART, Relatóriu Lakon Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste, 2021

Atu hala'o ho efetivu, **xave instrumentu** sira ne'ebé presiza husi Konselor HIV sira inklui:

1. Abilidade **komunikasaun ne'ebé di'ak**, inklui:
 - Koñesimentu kona-ba **jestú isin nian no komunikasaun naun verbal**
 - Oinsá atu **rona ho ativu**
2. Komprensaun kona-ba **prosesu akonselamentu**
3. Koñesimentu báziku di'ak **kona-ba HIV**

ETAPA SIRA BA AKONSELAMENTU

Aprosimasaun báziku ba prosesu akonselamentu HIV mak sumariza iha kraik.

Ida ne'e deskreve jerál inklui etapa no tékniku balun ne'ebé baibain uza hodi halo akonselamentu.

You can adapt this basic structure to carry out counselling in a specific style (e.g., Strengths Based Counselling), or towards a specific goal (e.g., improving adherence). Ita bele adapta estrutura bázika ida-ne 'e hodi halo akonselamentu ho estilu espesífiku (ezemplu, Akonselamentu Bazeia ba Kbiit), ka atu atinje objetivu espesífiku (ezemplu, hadi'a adezaun).

Ida ne'e la'ós formatu ríjidu ida, no depende ba situasaun kada pasu bele kahor hamutuk tiha ka halo tuir pasu/estrutura ne'ebé ketak fali.

Bainhira ita tuir **pasu akonsellamentu** hirak ne'e ho ita nia kliente, ita bele hahú dezenvolve ita nia **abilidade akonselamentu** ne'ebé deskreve iha ne'e.

Etapa 1 – Hahú Harii Relasaun Fiar ba Malu

Lembra katak kualidade relasaun entre kliente sira nu'udar fatór xavi hodi determina rezultadu ba EMHIV.

Harií relasaun entre Konselor no kliente ne'e prosesu ida ne'ebé dezenvolve tuir tempu, no fatór barak mak kontribui ba kualidade husi relasaun ida ne'e.

Prinsípiu Xave hodi harii relasaun konfiansa ho EMHIV inklui:

- **Sempre mantein konfidensialidade kliente nian**
- Hamoris sentimentu **esperansa nian**
- Hatudu **laran di'ak** no **benvindu**, no evita hatudu hahalok ho hirus, nakonu ho kítika, ka maneira ne'ebé domina ba kliente

Etapa 2 – Rona ba Kliente nia Istoría

Uza **pergunta sira ne'ebé nakloke** mak dalan di'ak atu hahú konversa. Pergunta nakloke labele hatán ho Loos ka Lae –maibé sira enkoraja kliente atu koalia. Ezemplu:

“Bele fó-hatene mai ha'u kona-ba saida mak iha ita nia hanoin agora?”

“Oinsá ita nia sentimentu bainhira...”

Rona didi'ak ba kliente, sein interrompe.

Ita bele enkoraja ita nia kliente atu kontinua koalia liu husi:

- Uza fraze sira hanesan “mm hmm”, “depois?” no “bele fó-hatene mai ha'u uitoan tan kona-ba ne'e?”, ho lian ne'ebé kalma
- Kontinua fo **espresaun amigável** (kliente bele para ko'alia se karik imi hateke ba nia ho hakfodak, hirus ka triste)
- **Reziste ita nia hakarak atu interrompe**
- **Reziste ita nia hakarak atu 'prienxe silénsiu'** – hein tan ituan ba kliente atu koalia tan molok ita hahu koalia

Tuir mai **rezume fali buat balun ne'ebé kliente hatete ba ita**, uza ita nia liafuan rasik.

Buka hatene – *“karik hau komprende ida ne'e ho loos?”*

Hatudu ba kliente katak ita rona sira ho didi'ak, no ita hakarak komprende sira nia emosaun. Ezemplu, ita bele dehan:

“Hau rona katak buat ne'ebé ita nia inan hatete ne'e halo ita laran hirus, ida ne loos ka?”

Fo hatene ba kliente katak sentimentu ne'ebé sira espresa ne'e naturál no ita bele komprende. Ezemplu, ita bele dehan:

“Hau bele komprende tanba sa ita sente hanesan ne'e”

Evita situaun ne'ebé kontrariu, iha ne'ebé kliente sente ninian liafuan hetan kritika ka ignora tiha.

Etapa 3 - Husu Pergunta ho Kuidadu

Importante tebes atu labele husik ita nia kliente sente hanesan ita 'kestiona' hela sira, hanesan ofisiál polisia ida bele kestiona suspeitu ida.

Maneira ne'ebé ita iha atu hato'o ita-nia pergunta sira ne'e importante.

Perguntas ne'ebé mak hahú ho *“tanba sá?”* bele sai kriticu no halo ema sente hanesan sira tenki defende aan. Ezemplu *“tanba sá mak ita la hemu aimoruk?”*

Duke maneira ne'e, bele koko:

“Bele fó-hatene mai ha'u uitoan kona-ba oinsá ho hemu ita nia ai-moruk hirak ne'e?”

Fó tempu ba ita nia kliente atu hatán pergunta ida antes ita-bo'ot husu pergunta tuir mai (porizemplu, evita husu pergunta rua dala ida).

Hanoin nafatin katak **ita nia ton** bele iha impaktu bo'ot liu duke lifuan ne'ebé ita koalia.

Kliente bele responde ho hahalok oin seluk bainhira rona *“konta to'ok mai ha'u saida mak akontese?”* ho lian mamar, duke nia responde ba *“konta to'ok mai ha'u saida mak akontese!”* ho lian maka'as, no husu ho lian ezizi.

Etapa 4 – Husu Antes Fornese Informasaun

Husu antes fornese informasaun ba kliente hanesan dalam di'ak ida atu hatudu respeitu ba kliente sira. Ida ne'e ajuda sira atu hatene katak sira iha kontrola durante dada lia ne'e no la'os katak 'ema hanorin' sira.

Etapa ida ne'e importante tebes atu prepara kliente antes fó informasaun ne'ebé susar ba sira, ezemplu, rezultadu teste HIV pozitivu ida.

Ezemplu,

“Ha’u iha ona ita-nia rezultadu teste iha ne’ e – ita hakarak hare’e hamutuk agora?”

“Ha’u bele ko’alia uitoan kona-ba... se ita hakarak?”

“Karik ita hakarak rona kona ba...?”

Ko’alia halo badak deit bainhira fahe informasaun, liu-liu se ita nia kliente sente hanoin barak ka triste ona. Limita informasaun ba pontu importante sira de’it.

Uza linguajen simples sein liafuan médiku ne'ebé komplikadu (doutor sira presiza tebes atu kuidadu ho ida-ne'e).

Buka hatene fali kliente nia komprensaun. Evita husu “ita komprende ka la’e?” tanba ida ne'e bele sente hanesan presaan ba kliente (kliente bele hanoin “se ha’u la komprende, sira sei hanoin katak ha’ u beik...?” no responde “sim” deit hodi prevene moe).

Pergunta alternativu bele mos:

“Tuir ita nia hanoin ha’u nia esplikasaun ohin ne’e oinsá?”

“Ita hakarak ha’u klarifika uitoan liu tan ka?”

Enkoraja kliente sira atu **husu perguntas**. Dalabarak, kliente sira sei husu pergunta bainhira de’it sira sente konfortáavel tebes ho ita, liuliu bainhira ita husu pergunta kona-ba buat ruma ne'ebé sensitivu.

Etapa 5 - Identifika Hamutuk Xave Dezafiu no Kbiit

Agora ita rona tiha ona kliente nia istória no klarifika ho detallu, Konselor no kliente sei iha idea ida kona-ba xave problema sira ne'ebé kliente hasoru.

Dalaruma iha problema barak, iha ne'ebé Konselor no kliente bele hili área prioridade ida ka rua atu fokus iha inísiu.

Aprosimasaun Bazeia ba Kbiit hodi hala’o akonselamentu bele la’o di’ak iha pasu ida ne'e, hamutuk ho konsiderasaun ba problema sira.

Etapa 6 - Identifika Estratéjia sira atu Hakat ba Oin

Bainhira Konselor no kliente identifika ona dezafiu ka objetivu ruma, ita bele husu:

“Saida mak ita bo’ot hili?”

“Oinsá mak ita bele realiza ida-ne’e?”

“Saida mak ita bele halo hodi hakat ba diresaan ne'ebé di'ak ho ida ne'e?”

Dalaruma kliente bele hanoin ka hatete “maibé ita mak espesialista! Ita mak presiza hatene saida mak hau tenke halo?!”

Enkoraja hanoin katak iha **espesialista na’in rua iha momentu ida ne'e**. Ita-bo’ot nu’udar espesialista iha knaar hanesan Konselor ka pesoál saúde, maibé kliente mak espesialista ba sira nia moris, isin-lolon, no hanoin.

Kliente ida iha possibilidade bo’ot atu tuir estratéjia ne'ebé sira identifika ona ba sira nia-an rasik, kompara ho estratéjia ne'ebé ema seluk mak planu.

Etapa 7 - Akompañamentu (Follow up)

Halo orario ida kona-ba bainhira ita no ita nia kliente sei hasoru malu iha tempu tur mai, no uza kalendariu apontamentu karik bele.

Bainhira ita iha tuur hamutuk fila fali, husu kliente kona-ba sira nia progresu ho maneira pozitivu.

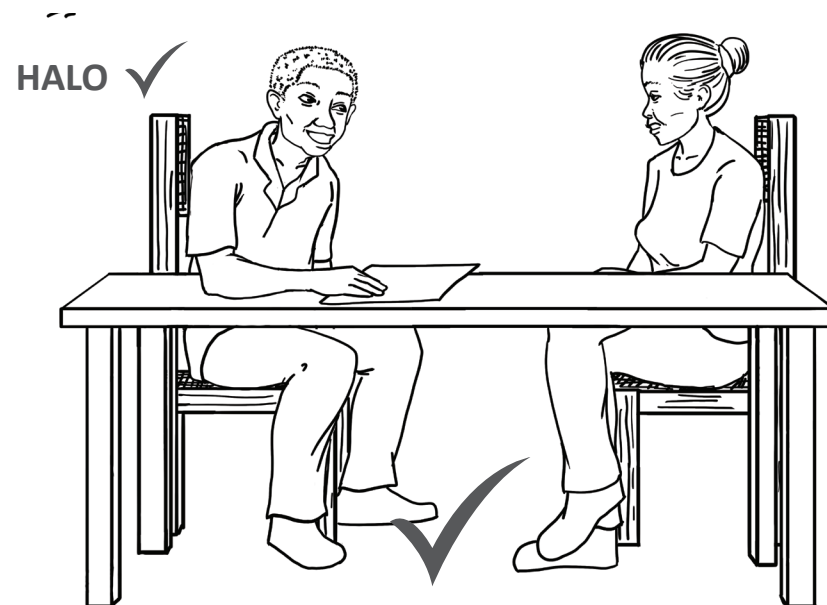
Sira parese iha difkuldade bo'ot atu atinje hotu sira nia objetivu iha tentativa dahuluk. Ajuda sira atu hatene katak ida ne'e normál no fó parabens ba sira kona- ba pasu ki'ik hirak ne'ebé sira atinji tiha ona.

Por ezemplu, ba kliente ne'ebé hakarak para fuma tabaku: sira bele seidak para, maibé sira bele hahù ona hanoin liu tán kona-ba ne'e. Ida ne'e mos merese ita nia parabens.

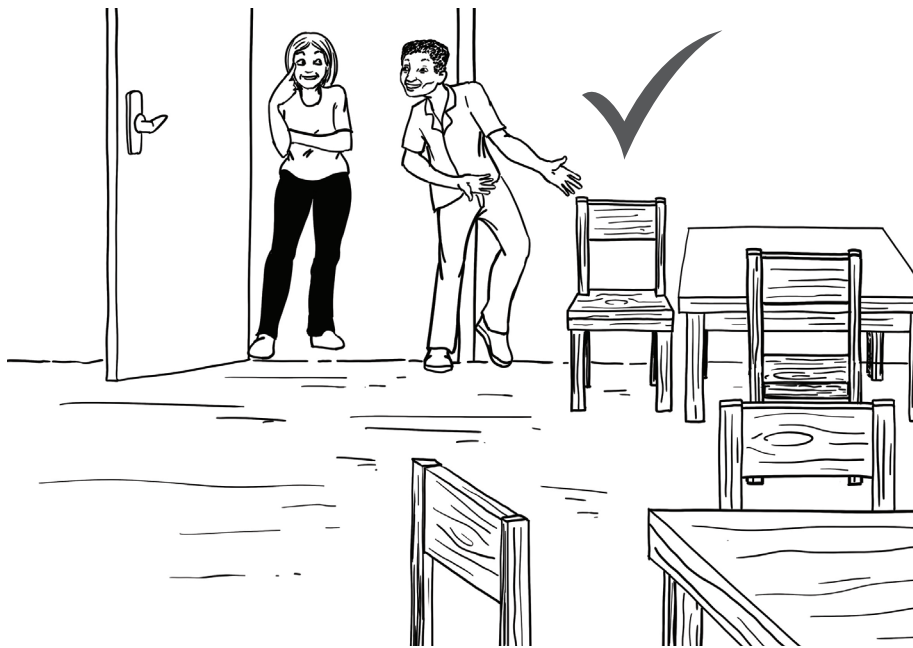
LIAN ISIN-LOLON KA JESTU

Iha kraik ne'e iha notas balun kona-ba oinsa ita-bo'ot nia jestu bele fó impaktu ba Konselor nia relasaun ho kliente

Lembra katak kliente sira dalaruma la hanoin didi'ak kona-ba ita nia jestu, maibé nia impaktu subkonsiente bele forte.



- ✓ Tau Ita nia an iha nível hanesan ho kliente
- ✓ Tau kadeira no isin atu hateke oituan ba ita nia kliente
- ✓ Kontinua fó distánsia ne'ebé konfortável
- ✓ Se ita presiza duni meza ida ba hakerek, aranja ho didi'ak hanesan husik tau ba iha sorin ituan
- ✓ Muda-an ba oin uitoan hodi indika katak ita-bo'ot nakloke atu rona ba ita nia kliente



- ✓ Hatudu oin midar no hamnasa ka oin neutrál, depende ba situasaun
- ✓ Kontaktu matan ne'ebé nato'on bele ajuda hatudu katak ita interese duni iha saida mak kliente koalia
- ✓ Husu ba kliente atu tuur iha ne'ebé nia hakarak
- ✓ Husik kadeira ida disponivel besik odamatan

LABELE HALO X



X Evita hamriik no ko'alia, liu-liu se kliente ne'e tur hela, tanba ida ne'e bele sente hanesan fó ameara

X Evita tur no hateke direita kedas ba kliente nia oin no besik liu nia bele sente hanesan konfrontasaun (atu istori malu)



X Kuidadu atu labele fila kotuk ba ita nia kliente, tanba ida ne 'e haree hanesan ita laiha interese

X Evita lori kliente tuur iha aula nia sikun – ida ne'e bele sente hanesan sira book an ladi'ak.



X Evita tau meja ida direktamente entre ita- bo'ot ho kliente, tanba ida ne 'e bele sai hanesan bareira psikolójika

X Tuur sadere ba kotuk ka silu ita nia liman ba iha hirus-matan, bele hatudu katak ita bo'ot sei la aseita ka taka an ba buat ne'ebé ita nia kliente hateten



X Evita hatudu oin triste, hirus, ka hakfodak ba kliente

X Kontaktu matan ne'ebé oituan liu bele hatudu ba kliente katak ita la interese. Kontaktu matan ne'ebé barak liu mos bele hatudu katak ita hakarak istori-malu

DOKUMENTASAUN

Konselor ida ne'ebé mak okupadu hela deit labele lembra ho di'ak informasaun spesífiku kona-ba kliente ida-idak.

Dezenvolve prátika dokumentasaun interasaun sira ho kliente (ho PID de'it) bele ajuda ita bo'ot atu hasae qualidade husi husi ita bo'ot nia akosellamentu.

Durante ita nia enkontru tuir mai ho kliente ita bele refere ba notas atu lori fali memória kona-ba saida mak ko'alia tiha ona iha ita nia enkontru uluk.

Dalaruma, hakerek nota kona-bá interasaun ho kliente ne'ebé foin akontese bele lori ita atu komprende liu tan sira nia kondisaun emosional.

Ita bo'ot sei realiza katak ida ne'e ajuda tebes hodi bele haree fila fali ita nia nota no hateten ba kliente "iha tempu ikus ita hasoru malu ita hanoin kona-ba ... oinsá ita koko hala'o ka implementa ida ne 'e?".

Evita hakerek notas barak bainhira ko'alia ho kliente. Se ó-nia matan hateke de'it ba ita nia notas, entaun ita la haree ka fihir ba ita nia kliente.

Kuidadu tebes kona-ba salvaguarda ita nia dokumentasaun.
Uza número PID duké naran, no nunca husik hela dokumentu hirak ne'e atu ema ne'ebé la iha autorizasaun bele hetan asesu.

A STRENGTHS-BASED APPROACH TO COUNSELLING

Foka liu ba problema bele halo ita la haree ka la rekoñese kliente nia forsa/kbiit no kapasidade rasik atu hetan solusaun ne'ebé di'ak.

Uza Aprosimasaun Bazeia ba Kbiit sigknifika ita **foka ba kliente nia forsa**, la'os sira nia problema.

Kbiit bele ida ne'ebé interna ka sira iha rasik (ezemplu, sentimentu humor, kreatividade) no esternu (ezemplu, kaben ne 'ebé suportivu, serbisu ne'ebé halo sira kontente).

Ema hotu iha forsa, no ema hotu iha kapasidade atu adapta ba dezafiu moris nian.

Tempu susar mak parte ida husi moris ba ema hotu, maibé liu husi adapta ba dezafiu sira ne'e ema bele sai forte liu tan.

Aprosimasaun bazeia ba kbiit rekoñese katak **saida mak ita foka ba forma ita nia realidade.**

Bainhira uza aprosimasaun bazeia ba kbiit, ita sei nafatin konsiente kona-ba problema no dezafiu sira – problema hirak ne'e la'os ita ignora, maibé la'os mos ita nia fokus.

Enkoraja kliente atu foka ba objetivu pozitivu no saudavel ne'ebé aliña ho saida mak importante duni ba sira.

Ita bele fó konfiansa ba EMHIV hodi atinji sira nia objetivu liu husi ajuda sira rekoñese no dezenvolve sira nia forsa/kbiit sira.

Uza aprosimasaun bazeia ba kbiit signifika katak **ita la'os atu rezolve kliente nia problema sira.**

Enkoraja kliente atu lidera sira nia prosesu rasik, iha inísiu bele sente estrañu uitoan. Kliente no pesoál saúde parese

abitua barak liu ona ho ideia hanesan “halo saida mak doutora hateten”.

Ita bele fó esperansa ba ita nia kliente sira no halo sira fiar an hodi bele kontrola rasik sira nia moris rasik.

Kaixa 1 kompara Aprosimasaun Bazeia ba Kbiit ho aprosimasaun bazeia-ba-problema ne’ebé típiku husi interasaun pesoal saúde barak

<i>Aprosimasaun Bazeia ba Kbiit</i>	<i>Aprosimasaun Bazeia ba Problema</i>
<i>Saida mak kliente nia forsa/kbiit sira?</i>	Saida mak kliente nia problema sira?
<i>Kliente determina objetivu sira ba nia an rasik</i>	Espesialista deside objetivu ba kliente sira
<i>Sente hanesan forneseidór no kliente belun igual ne’ ebé kolabora hamutuk</i>	Sente hanesan forneseidór iha liu podér
<i>Kliente mak espesialista iha sira nia isin lolon no sira nia saúde</i>	Forneseidór mak espesialista no hatene di’ak liu
<i>Suporta kliente refere atu halo servisu ka implementa tuir opsaun no estratejia sira</i>	Rejolve problema ba kliente
<i>Fleksibilidade, forneseidór sira koko atu servisu ba kliente nia prioridade sira</i>	Rigorozu, kliente tenke tuir forneseidór nia prioridade sira
<i>Hakbi’it kliente</i>	Kontrola kliente
<i>Selebra kliente nia susesu</i>	Hirus kona-ba kliente nia fallansu
<i>Komprende situasaun tomak</i>	Diagnoza de’it problema
<i>Hametin moris-di’ak no ben-estar</i>	Hamenus moras

Oinsá inkorpora prinsipiu bazeia ba kbiit sira iha ita nia aprosimasaun rasik

Ita bele inkorpora aprosimasaun bazeia ba kbiit ba tipu interasaun saida deit ho kliente sira –ida ne’e la limita deit ba tipu konsellu ‘espesial’ ruma.

Ita-bo’ot halo tuir aprosimasaun bazeia ba kbiit iha kualkér tempu ruma ne’ebé ita:

- Selebra kliente nia susesu, bo’ot ka ki’ik (ezemplu, iha karga viral dahuluk ne’ebé la-detekta, halo exercisiu duke toba iha fatin, hemui aimoruk durante loron 3 tuituir malu sein falta doze ruma).
- Enkoraja Ita-bo’ot nia kliente atu deside prioridade sira atu diskute durante vizita klínika, duke Ita-bo’ot mak deside
- Husu perguntas ba kliente hanesan:

“Iha ita-bo’ot nia moris, aspektu hirak ne’ebé mak ita sente la’o di’ak ba ita agora?”

“Bainhira ita iha loron ne’ebé di’ ak, saida mak akontese hodi ita hanoin katak ne’e mak loron di’ak duni?”

“Bainhira hasoru dezafiu hanesan ne’e iha tempu uluk, saida mak ita-boot koko no la’o ho di’ak?”

“Sé mak ema importante iha ita nia moris – ema ne’ebé ita kuida ba no sira ne’ebé kuida ba ita?”

AKONSELAMENTU BA MUDANSA HAHALOK – APOIU BA ADEZAUN

Buat barak ne'ebé ita halo nu'udar Konselor ba HIV no pesoál saúde envolve enkoraja EMHIV atu adopta **hahalok ne'ebé saudavel**.

Pur ezemplu:

- Hahú ART (no hemu aimoruk sira seluk) no mantein tratamentu di'ak ba adezaun
- Ezersísiu regular
- Uza kondom iha relasaun seksual
- La fuma
- Hamenus konsumu tua/alko

Se karik ita koko ona atu halo mudansa durante tempu naruk ba ita nia hahalok rasik, entaun ita hatene ona katak ida ne 'e la fásil.

Seksaun ida -ne'e foka ba enkoraja mudansa hahalok relasiona ho adezaun ART, maibé **prinsípiu mudansa hahalok** hirak ne'e bele uza atu enkoraja tipu hahalok ne'ebé saudavel oi-oin.

Fornese Informasaun no "lakuna Hatene no Halo"

Fornese informasaun ne'ebé loos nu'udar elementu importante atu promove mudansa hahalok, maibé la naton ba ida ne'e.

Lakuna entre Hatene no Halo hatudu katak tanba de'it ita hatene atu halo buat ruma la signifika katak ita sei halo ida-ne'e.

Ita **hatene** katak ita tenke halo ezersísiu regularmente... maibé ita **halo** ka lae?

Karik ita la halo, ida ne'e dala ruma laos tanba ita la hatene kona-ba benefísiu husi ezersísiu regular.

Razaun ema hatudu hahalok ne'ebé sira halo ne'e kompleksu tebes.

Prinsípu xave balun husi hirak ne'ebé mak influénsia ba mudansa hahalok sei diskute iha kraik

Barreira no Kbiit sira

Hahalok hetan influénsia husi fatór **internal** (husi ema ne'e rasik) no **external** (haleu ema ne'e) sira.

Fatór sira balun bele hamoris (ezemplu, fiar-an). Fatores seluk mak realidade moris (ezemplu, moris dook husi klíinika) ne'ebé labele halakon maibé bele tau-matan ba (ezemplu, fornese apoiu finanseiru ba transporte).

Fatores balun promove adezaun ne'ebé di'ak (**kbiit**), no fatór balun empata netik adezaun ne'ebé di'ak (**barreira**).

Importante atu komprende katak EMHIV ne'ebé hapara hemu sira nia ART ka ida ne'ebé iha dezafiu barak ho adezaun, la'ós ema 'aat' ka 'la di'ak'.

Ein-jeral, signifika katak bareira atu halo adezaun (husi kliente nia perspetiva) forte liu ka barak liu duke sira nia kbiit iha momentu ne'ebá.

Kuidadu ho lian ne'ebé ita uza – evita termu estigmatizasaun hanesan “ema ne'ebé la halo tuir” ka “ema ne'ebé rejeita tratamentu”.

Akonsellamentu hodi suporta adezaun ho objetivu atu hakbi'it kliente hodi **muda sira nia hahalok rasik** relasiona ho sira nia tratamentu

“Tenki” no “labele” sei la funsiona ho di'ak

Hanesan ema, ita valoriza ita-nia autonomia hodi foti ita-nia desizaun rasik.

Se karik ita sente presauun atu la'o iha dalan ida, baibain presauun ne'e bele halo ita hakarak foti dalan seluk fali.

Se Konselor ida koko atu konvense kliente atu hili buat ruma, kliente refere bele **hili dalan seluk ne'ebé kontráriu** atu hatudu ninian sentidu autonomia.

Bainhira ida ne'e akontese, jeralmente ida ne'e nu'udar asidente ka sala ida iha parte Konselor nian no mos reasaun inkonsiente (la ho hanoin) husi parte kliente nian.

Pontu xave:

*Ema halo buat ne'ebé sira hakarak halo, no haruka sira atu halo buat ruma bele kria risku katak sira **hakarak fali atu halo buat ne'ebé kontrariu** ho saida mak ita hakarak sira atu halo*

Haree ba senáriu rua ne'e husi EMHIV ne'ebé hanoin hela atu hahú ART.

Senáriu 1.

EMHIV: (hanoin ba an rasik)	<i>“Hau hanoin karik tratamentu HIV ne'e bele sai opsaun di'ak ba hau...?”</i>
Konselor:	<i>“Ita tenki hahú ART! Ita laiha opsaun seluk– ita sei mate se ita la hahú halo tratamentu!”</i>
EMHIV: (hanoin ba an rasik)	<i>“Ha'u la hatene kona-ba ne'e... ha'u ladun fiar katak aimoruk ne'e idea di'ak ba hau...”</i>
Konselor: (Depois)	<i>“Nusaa, ita saidauk hahú tratamentu ka? Tansá mak ita la hahú?! Ita-bo'ot tenke hahú; tratamentu ne'e importante loos ba Ita-bo'ot!”</i>
EMHIV: (hanoin ba an rasik)	<i>“Hau la presiza halo buat ida! Ha'u lakohi ho tratamentu ne'e ona!”</i>

Iha senáriu ida-ne'e, Konselor la konsiente bele ona provoka reasaun ne'ebé la hanesan ho saida mak nia hakarak atu halo.

Senáriu 2.

EMHIV: (hanoin ba an rasik)	<i>“Hau hanoin karik tratamentu HIV ne’e bele sai opsaun di’ak ba hau...?”</i>
Konselor:	<i>“Ita hakarak ha’u esplika ituan kona-ba aimoruk ART ne’e ka?”</i>
EMHIV:	<i>“Obrigadu, ida ne’e di’ak ”.</i>
Konselor:	<i>“Di’ak, hemu aimoruk ne’e ajuda ita nia sistema imunidade sai forte liután. Ho tipu ART ida ne’e nia efektu ladún iha ida...” [esplika oituan kona ba ART]</i> <i>“Hau esplika ho di’ak ka lae? Karik Ita hanoin pergunta ruma hodi husu ba ha’u?”</i>
EMHIV:	<i>“Loos, obrigadu. Ha’u tenke hahú hemu aimoruk ohin lora ka?”</i>
Konselor:	<i>“Lae, ita sei bele foti tempu balun atu hanoin lai. Oinsa se ita-bo’ot hatete mai ha’u kona-ba saida mak ita-bo’ot hanoin iha ita nia hasoru malu semana oin mai. Ita bele haree hamutuk karik ita sente pruntu ona. Ita-bo’ot bele hili lora ne’ebé ita-bo’ot hakarak hahú.”</i>
EMHIV:	<i>“Di’ak, ha’u sei hanoin kona-ba ida ne’e e. Ha’u haree hanesan ida ne’e sei sai idea di’ak ida atu hahú iha tempu badak”.</i>

Iha senáriu daruak, Konselor evita provoka resposta psikolójiku negativu liu husi halo kliente sente sira mak iha kontrolu barak.

Ita bele nota katak livru ida ne’e ko’alia kona-ba ‘**adezaun**’ la’ós ‘**konformidade**’.

Ita iha nível ne’ebé hanesan ho ita nia kliente sira bainhira ita **apoia sira atu halo tuir tratamentu. Hatete ba sira atu kumpre** tratamentu ne’e hatudu katak ita iha podér bo’ot liu duké ita nia kliente sira.



ATIVIDADE:

Husu ita nia kolega servisu nain 2 hodi halo drama kiik tuir Senáriu 1 no 2., no membru ekipa sira seluk bele nonton.

Hafoin nonton drama ne’e, husu ekipa sira atu fó komentariu konaba tanba sa saida mak aprosimasaun iha Senáriu 2 ne’e efetivu liu.

MODELU KONA-BA PREPARA AN ONA ATU MUDA

Halo mudansa bo’ot ba Ita-nia hahalok ne’e la fáasil, no jeralmente ida ne’e la akontese iha kalan ida nia laran.

EMHIV dala barak presiza tempu atu ajusta ba sira nia diagnoze, no atu hatoman-an ho ideia atu hemu aimoruk durante moris tomak.

Modelu **Prepara an ona atu Muda** hatudu katak mudansa hahalok ne’e prosesu ida, la’os etapa ida deit.

Modelu ida-ne’e uza ona hodi fasilita mudansa hahalok barak, hanesan hapara fuma no hala’o ezersísiu regulár.

Modelu ida ne’e bele orienta estratéjia akonselamentu ne’ebé mak uza iha tempu ne’ebé, depende ba kliente nia nivel preparasaun psikolójiku atu muda sira nia hahalok.

Xave pontu:

Emá presiza fiar katak vantajen husi hahalok foun ne'e sei bo'ot liu duke dezvantajen, molok sira hakarak atu adopta ho loloos

Emá balu halo mudansa tuir etapa iha loron balu nia laran deit, no ba emá seluk karik sei presiza tempu naruk.

Nota katak **psikolójikamente sente preparadu** ba tratamentu HIV la hanesan ho **preparadu médika**, ne'ebé inklui asegura katak infesaun ruma ne'ebé iha karik hetan ona tratamentu nst molok hahú ART.

Tuir mai mak ezemplu kona-ba oinsa modelu Prepara an ona atu Muda bele uza atu suporta EMHIV ne'ebé para ona konsumu ART.

Faze 1. Seidauk Prontu

“Ha'u la presiza foti ida ne'e, ha'u sente di'ak hela”

EMHIV bele tama Faze 1 hafoin diagnoza, no mos iha kontekstu lakon husi atendentu (bainhira foin iha fali kontaktu)

Ita nia kliente bele iha Faze 1 tanba:

- Seidauk hatene informasaun ne'ebé relevante (ezemplu, HIV halo estraga ba isin ne'ebé ita la bele sente)
- La fiar katak sira hetan duni HIV
- Tau esperansa iha fatin seluk (ezemplu, kurádor tradisionál ka Maromak sei kura hau-nia HIV)
- Sente lakon motivasaun kona-ba 'failansu' wainhira la susesu halo tuir ART iha tempu uluk nian

Estratejia ba Faze 1:

- Husu ita-bo'ot nia kliente se karik bele atu ita-bo'ot fó informasaun ruma kona-ba ART
- Hahú **akonsellamentu bazeia ba kbiit no hamoris reziliénsia**
- Kuidadu atu provoka **reasaun emosionál ne'ebé ita lakohi** – evita koko atu halo presaun ka konvense kliente

Faze 2. Hanoín hela kona-ba ida-ne 'e

“Di’ak, ha’u komprende kona-ba karga viral ne’e, maibé ha’u ta’uk tebes se ha’u-nia maun husu pergunta bainhira nia haree ha’u hemu ai-morúk ne’e, no ha’u preokupa ho nia efeitu”

Ita nia kliente bele iha Faze 2 tanba:

- Agora **sente konflitu** (ka “iha hanoín rua-rua”)
- Hatene konaba vantajen sira atu hahú ART/hadi’ak adezaun, maibé hatene mós dezvantajen ne’ebé ema hanoín iha. Dezvantajen komún ne’ebé esplika husi EMHIV iha kontestu ida-ne’e inklui:
 - Haree tiha ita uza ai-morúk bele hamosu divulgasaun estatutu HIV la ho intensaun
 - Tauk ba efeitu kolateral sira (ezemplu, karik efeitu sira ne’e akontese ona iha pasadu)
 - Susar bainhira presiza ba klinika kada fulan

Kliente sira bele ‘metin’ iha faze ida-ne’e. Sira bele decide iha loron ida katak sira sei komesa ART, no depois muda sira nia hanoín iha loron tuir mai.

Estratéjia ba Faze 2:

- Haree to’ok karik kliente hakarak ko’alia kona-ba vantajen no dezvantajen husi halo mudansa. Aleinde ne’e, enkoraja sira atu hatete sai sira nia hanoín kona-ba vantajen no dezvantajen se karik laiha mudansa.
- Kontinua reforsa akonsellamentu bazeia ba kbiit no harii reziliénsia
- Kontinua atu evita hamosu reasaun emosionál ne’ebé kontráriu – kuidadu tebes atu labele konvense ka istori malu durante faze ida ne’e

Faze 3. Prontu

“Ha’u hakarak hahú fila fali hemu aimoruk, no hemu loron-loron”

Ita nia kliente bele to’o ona Faze 3 tanba:

- Sira agora iha ona koñesimentu ne’ebé natoon atu kompriende didi’ak benefísiu sira husi tratamentu no importánsia husi adezaun ne’ebé di’ak
- Sira agora iha konfiansa maka’as ba kbiit no kapasidade rasik atu halo mudansa
- Kliente sente hetan suporta no reziliénsia agora aas liu
- Kliente sente katak sira nia autonomia prezerva hela. Laiha ema ida mak kauza reasaun emosionál no la ho intensaun dudu fila kliente ba fali Faze 1

Xave pontu:

Evidensia husi peskiza indika katak EMHIV dalaruma ladun tuir solusaun ne’ebé hato’o ona ba sira, kompara ho solusaun ne’ebé sira hili ba sira nia an rasik

Estratéjia ba Faze 3:

- Tulun kliente atu identifika pasu ne'ebé sira hakarak halo atu atinji objetivu hirak ne'e, inklui estratéjia atu rezolve dezafiu hirak ne'ebé antisipa (Ezemplu, “se ha'u-nia maun husu kona-ba ha'u-nia aimoruk, ha'u sei fó hatene ba nia katak ida ne'e vitamina”).
- EMHIV barak sei presiza hahú Cotrim molok sira komesa ART – enkoraja kliente atu hemu sira-nia Cotrim ho adezaun di'ak hanesan “prátika” antes hahu ART.
- Ita bele sujere estratéjia prátika ho Cotrim bainhira kliente ne'e iha Faze 2 ka Faze 3
- **Hahú ART** ho ksolok, hamnasa no enkorajamentu husi ekipa Sentru ART – halo momentu ida-ne'e sente naroman no pozitivu liu

Faze 4. Asaun

“Ha'u hemu ona aimoruk sira-ne'e lor-loron, só ha'u la hemu iha deit Kinta liu ba, bainhira ha'u hela kalan ida iha ha'u-nia kolega nia uma”

Ita-bo'ot nia kliente bele atinji ona Faze 4 tanba:

- Kbiit hotu (inklui hirak ne'ebé Ita ajuda ho) tau hamutuk ona atu sai forsa liu fali bareira sira

Estratéjia ba Faze 4:

- Selebra kliente nia susesu! Fó parabéns ba sira tanba sira-nia susesu no afirma katak ita hatene ida ne'e la fásil
- Ita-bo'ot bele sujere dosi ka festa (acara) ki'ik ida ba kliente no ema sira ne'ebé suporta sira bainhira to'o ona objetivu bo'ot ida, hanesan halakon ona karga viral refere ba dahuluk
- Haree to'ok se karik ita bele ajuda hamoris kliente nia sistema apoiu (sira sente pronto ona ka la'e atu tama ba grupu suporta EMHIV?)
- Tulun ho rezolve problema bainhira presiza (ezemplu, rai ART musan balu iha plástiku ida ba iha pasta laran, hodi uza iha tempu ne'ebé la espera karik nia gasta kalan ida sai husi uma).

Etapa 5. Kontinua sustenta

“Ha’u sempre hemu ha’u- nia aimoruk; ida ne’e sente ona hanesan parte baibain husi moris nian”

Ita nia kliente bele to’o ona Faze 5 tanba:

- Kontinua kaer metin nafatin ba iha razaun sira hanesan tuir Faze 4
- Risku atu “fila fali ba kotuk” ne’e sempre posível – ne’e dala barak akontese iha tempu ekstra stress iha kliente nia moris (ezemplu, hapara relasaun)

Estratéjia ba Faze 5:

- Kontinua atu selebra kliente nia susesu
- Kontinua ho akonselamentu bazeia ba kbiit no hamoris reziliénsia hodi proteje kontra dezafiu sira iha futuru bainhira koko atu halotuir ka kumpri tuir tratamentu
- Husu kliente se karik sira interese atu sai modelu ka suporta ba EMHIV sira seluk. Nota katak asaun voluntáriu bele sai hanesan fonte kbiit ne’ebé importante ba EMHIV.

Estratejia sira bainhira fila ba kotuk

- Konvense fali nafatin ita nia kliente katak ema barak la atinji rejultadu perfektu bainhira sira koko ba dahuluk
- **Evita buat ruma (lian verbal ka jestú isin)** ne’ebé bele konsidera hanesan **hirus, la simu, ka lakohi atu kontinua**, ezemplu, trata, hasa’e lian makas, la-aseita, hatudu liman, silu liman iha hirus-matan ka la’o ses. Hahalok hirak hanesan ne’ e bele lori ita nia kliente atu **hasees-an husi ita nia kuidadu tomak**
- Se ita nia kliente tun fali ba etapa ida antes (1 – 4), hahú fila fali ita nia akonselamentu no apoiu husi faze ne ‘ebé deit mak sira ramata ona
- Halo klaru kedas katak ida ne’ebé sai problema mak **hahalok atuál** (lahalo ka la kumpri tuir tratamentu ho di’ak) ne’e, maibé **ema ne’e** la’os hanesan problema ida. Hatudu laran di’ak no pozitivu ba kliente importante tebes iha etapa ida ne’e.

HIV, ART, no Adezaun

Informasaun Xave 5 ba EMHIV atu hatene

1. Se karik ita-bo'ot ema ida ne'ebé moris ho HIV hakarak sa'e foho ida, iha oan, estuda iha universidade, ka halo servisu saida deit ne'ebé ita hakarak, HIV sei la hapara ita-bo'ot
2. 2Ita bele iha **vida naruk no saudavel** ho HIV. Diferensa de'it mak ita presiza hemu aimoruk lor-loron atu saudavel nafatin
3. Hetan no kontinua ho **karga viral nebe'e la-detektável** mak dalan di'ak liu ne'ebé ita bele halo atu mantein ba moris nebe'e saudavel
4. e karik ita-bo'ot nia karga viral konsistente la-detektável nafatin, ita sei la hadaet HIV ba ema seluk liu husi aktividade seksual (**La detektável = La transmissível**)
5. Tratamentu ba HIV bele lao ho di'ak bainhira deit ita hemu loron-loron

Adezaun no Aimoruk Tradisionál

Imajina ema ida dehan: "Ha'u bele kura ita-nia HIV!" no ema seluk dehan, "ita tenke halo tratamentu ba ita-nia moris tomak". Sé mak ita hakarak fiar?

Tuir mai imajina tok ema dahuluk gasta tempu barak hodi koalio no rona ita, no ema daruak gasta deit minutu 3 ho ita iha klínika ne'ebé okupadu.

Dalabarak iha mós pres aun husi família atu hemu aimoruk tradisionál.

Ita bele komprende tansá EMHIV bele prefere liu hili aimoruk tradisionál.

Lembra katak maske **ita** hatene katak kliente presija hemu ART, **saida mak kliene ne'e fiar** mak importante liu.

Labele halo kliente sente hanesan sira tenke hili entre aimoruk tradisionál ka hili ART, tanba sira posível tebes atu foti desizaun kontrariu ho ida ne'ebé Ita hakarak.

Se kliente hakarak uza ART no mos aimoruk tradisional dala-ida deit karik ida ne'e mos di'ak.

Adezaun no Relijiaun

Relijiaun bele sai hanesan **forsa** ba EMHIV atu kumpri tuir tratamentu, no bele mós nu'udar **bareira** ba ema seluk atu kumpri tuir tratamentu.

EMHIV barak deskreve katak atende igreja no orasaun privadu hanesan fonte dame no esperansa atu suporta sira nia tratamentu.

Iha parte seluk, iha fiar rua ne'ebé ema observa iha Timor-Leste ne'ebé bele sai bareira bo'ot ba kumpri tuir tratamentu:

- 1. Fiar katak HIV ne'e kastigu ida husi Maromak.** Fiar ida-ne'e bele kesi ho sentimentu forte kona-ba kulpa no moe no bele liga ho asuntu emosionál sira seluk ne'ebé kompleksu hanesan identidade seksuál.
- 2. Fiar katak Maromak sei kura sira-nia HIV.** Kliente sira bele fiar katak HIV ne'e teste ida ba sira nia fiar, no katak Maromak sei kura sira se karik por ezemplu, sira halo orasaun natoon ka prátika rituál ruma.

Situasaun hirak ne'e bele sai hanesan dezafiu bo'ot ba Konselor no sira seluk ne'ebé servisu ho EMHIV.

Triajen ba possibilidade esperiensa depresaun ne'e importante tebes.

Rekruta apoiu husi líder igreja bele ajuda iha situasaun ida ne'e, maibeé so bainhira kliente fo lisensa, no líder Igreja iha atetude dí'ak no hatudu hahalok simu relasiona ho EMHIV

ESTIGMA RELASIONA HO HIV

Estigma refere ba atetude la rasionál no negativu ba ema ne'ebé iha karatér particular balun, hanesan kór kulit ka sai pozitivu ba HIV.

Estigma ne'e prosesu sosiál ida ne'ebé forte no hetan influénsia husi fatór sira hanesan kultura, relijiaun, no nível edukasaun.

Estigma relasiona ho HIV jeralmente relasiona ho:

- **Menus koñesimentu ne'ebé loos** kona-ba HIV
- **Tauk** atu hetan HIV tanba la hatene kona ba oinsa HIV hadaet (no la hadaet)
- **Fiar ne'ebé sala** purezemplu, katak grupu spesífiku de'it mak bele afetadu husi HIV
- **Valor julgamentu ne'ebé negativu** kona-ba EMHIV (hanoin katak ida ne'e kestaun morál ida duke kestaun saúde)

“Iha momentu ne'ebá, bainhira halo diagnosa ha'u sente ha u la fiar (ida ne' e), depresaun, sente moe no halo ha'u ta'uk no hakarak atu oho an.

Antes ha'u koalia sai ha'u-nia estatutu HIV, ha'u-nia kolega balun hatene no sira mós komesa halo estigma, (hatete katak ha'u) labele hamutuk ho sira no kolega ne'e fó hatene ba hau-nia belun sira seluk no sira-nia parseiru (namorada/namoradu) atu labele besik ka hamutuk ho ha'u”

Relatóriu Índise Estigmatizasaun HIV Timor-Leste 2017

Estigma esternal relaciona ho HIV bele **esperiansia** (eventu ne'ebé akontese ba EMHIV iha vida réal) no **antisipa** (preokupasaun kona-ba possibilidade katak estigma ne'e bele akontese).

Diskriminasaun refere ba asaun sira ne'ebé foti tanba fiar hirak ne'ebé iha estigma i.e., tratamentu ba ema pozitivu HIV la hanesan ho ema negativu HIV.

Ezemplu husi estigma no diskriminasaun relaciona ho HIV esternal ne'ebé akontese iha Timor-Leste inklui:

- Lori-lia falsu kona-ba EMHIV
- Haketak EMHIV husi parseiru/a no labarik sira
- Presaun ba EMHIV atu hela iha uma ketak ka toba iha fatin ketak ida
- Rejeita atu uja lisuk bikan, kopu, kuartu, nst ho EMHIV
- Esklui EMHIV husi eventu sosiál sira
- Pesoál saúde sira kontra tiha konfidensialidade kliente nian kona-ba sira nia estatutu HIV
- Pesoál saúde sira lakohi atu halo kontaktu fíziku ba EMHIV, ka uza luvas dupla ka PPE ne'ebé la nesesáriu (adisional) tanba tauk atu hetan HIV
- Presaun ka obriga feto atu labele iha oan tanba sira-nia estatutu HIV
- Hasai ema husi sira nia servisu tamba estatutu HIV
- Violénsia hasoru EMHIV

Hirak ne'e hanesan ezemplu ne'ebé konkretu, maibé ema mos bele estigmatiza EMHIV ho maneira ne'ebé ita ladún nota – ezemplu liu husi komentáriu ki'ik, sira nia lian, oinsá sira haree ba EMHIV – ne'e igualmente bele estraga mós.

Estigma bele sai difisil liu ba EMHIV atu hasoru bainhira ida-ne'e mai husi ema ne'ebé besik sira (família ka kolega sira), ka bainhira ida ne'e rezulta sira-nia relasaun ho ema seluk muda.

EMHIV balu vulnerável atu **hetan tan estigma** tanba sira pertense ba grupu marjinalizadu ida (ezemplu, TRABALHADÓR seksu, ema transjenêru) ka hetan morbidade seluk ne'ebé mós estigmatizadu (ezemplu, kestaun saúde mentál).

Esperiénsia hirak- ne'ebé hetan rejeisaun ka hanaran nu'udar imorál iha impaktu negativu bo'ot ba saúde mentál ba ema barak ho HIV.

EMHIV bele hahú fiar atitude negativu sira husi ema seluk, no ida-ne'e bele hamosu sentimentu moe no laran triste.

Ida ne'e refere ba hanesan **estigma internál** ka **estigma-an-rasik**, no ida ne'e bele iha impaktu ladi'ak tebes ba EMHIV kona-ba sira nia maneira haree sira- nia an.

Estigma-an-rasik bele hamosu:

- Hamenus envolvimentu klienti ho pesoál saúde no kuidadu saúde
- Hamenus motivaun ba EMHIV atu kuidadu rasik sira nia an no tuir tratamentu
- Izolamentu sosiál
- Depresaun no problema saúde mentál grave sira seluk
- Redusaun maka'as iha kualidade moris

“Bainhira ha’u teste pozitivu ba HIV ha’u sente triste tebes tanba ha’u la espera virus ne’e iha ha’u nia isin laran.

Ha’u preokupa karik laron ruma ha’u nia membru família sira bele hatene ha’u nia estatutu.

Ha’u sente moe no la fiar-an atu halo interasaun ho comunidade no membru família sira. Ha’u u depresaun tebes”

EMHIV ida ne’ebé la kontinua nia tratamentu no kuidadu ba HIV

Relatóriu Lakon Husi Akompanamentu iha Timor-Leste 2021

SUPORTA DIVULGASAUN HIV

Bainhira ema ruma hili atu fó hatene ba ema seluk kona-ba sira-nia estatutu HIV pozitivu, ida n’ee refere hanesan divulgasaun estatutu HIV.

Divulgasaun voluntáriamente kona-ba estatutu HIV iha impaktu signifikativu ba kliente no sira-nia parseiru/a / família.

Situasaun ne’e bele sai hanesan dezafiu, no infelizmente, esperiénsia aat ne’ebé envolve estigma no diskriminasaun sai komún iha kontestu ida- ne’e.

Dala barak ema ne’ebé mak foin hetan diagnosa ho HIV sente tauk tebes kona-ba hanoin atu koalia sai kona-ba sira nia estatutu.

Konselor ne’ebé treinadu no iha empatia bele halo buat barak atu minimiza rezultadu la di’ak depois divulga sai estatutu HIV.

Sesaun ida-ne’e foka liu ba iha ko’alia sai estatutu HIV ba kliente nia parseiru/a seksuál. Maske nune’e, prinsípiu barak mós aplika atu ko’alia sai estatutu HIV ba ema seluk (ezemplu, membru família ka kolega sira).



ATIVIDADE:

Hamutuk ho kolega servisu sira, halo diskusaun konaba óinsa kliente bele senti karik bainhira ita koalia ho sira konaba divulgasaun estatutu HIV ho sira nia parseiru/a.

Haree se ita bele imajina saida mak ita nia kliente bele sente bainhira kliente hanoin atu hato'o sai sira nia estatutu HIV ba sira nia parseiru.

Emosaun balun ne'ebé mak komún iha kontestu ida-ne'e mak lista iha Kuadru 1 tuir mai.

Kuadru 1. Emosaun komún entre EMHIV bainhira konsidera divulga sira nia informasaun

- Ta'uk katak pesoál saúde ka Konselor sei foti desizaun ho nonook de'it (ezemplu, bele hatete ba parseiru ka ema seluk sein autorizasaun kliente nian)
- Ta'uk katak sira-nia parseiru sei duun sira tanba hanoin sira la hatudu laran-metin (la setia)
- Hirus tanba sira nia parseiru karik bele hadaet ona HIV ne'e ba sira
- Hirus katak sira-nia parseiru bele la hatudu laran-metin (la setia)
- Ta'uk katak sira bele hadaet ona HIV ba sira nia parseiru/a
- Ta'uk katak parseiru/a bele hirus, ezemplu, duni sira sai husi uma ka halo violénsia
- Moe relasiona ho relasaun seksuál ne'ebé akontese kleur ona, no katak ema seluk bele hatene iha tempu agora, inklui possibilidade esperiensa abuzu seksuál nu'udar labarik

Ita bele enkoraja divulgasaun estatutu HIV, maibé asegura katak kliente foti tempu hodi hanoin ho kuidadu kona-ba benefsiu no risku sira (haree Tabela 1 iha kraik).

Divulgasaun estatutu HIV dala barak nu'udar prosesu ida ne'ebé neineik, ho ema ne'ebé sira hili atu fó sai informasaun bele sai barak husi tempu ba tempu. Iha iniisiu, karik kliente bele identifika ema ida deit ne'ebé sai xave atu sira bele fiar – parseiru/a ka membru familia.

Divulgasaun ba ema ida ne'e bele deskreve hanesan **“divulgasaun seletivu”** ka **“fahe konfidensialidade”**.

Importante tebes katak parseiru/a ka membru família ne'ebé kliente hili kumpriende no hatene di'ak konaba konseitu konfidensialidade.

Ema ne'ebé kliente hili ne'e labele sente livre atu fahe kliente nia estatutu HIV ba ema seluk sein iha lisensa direta husi kliente.



Tabela 1. Benefísiu no risku asociadu ho divulgasaun status HIV

BENEFÍSIU	RISKU
<i>Hasa'e asesu ba apoiu husi família</i>	Risku hetan rejeisaun, hanesan divórsiu forsadu
<i>Hasa'e hahalok kumpri tuir reseita aimoruk, la presiza subar aimoruk</i>	Risku ba violénsia husi parseiru íntimu
<i>Hamenus stres liu husi la rai ona segredu no ultrapasa mesak problema hirak ne'e</i>	Risku katak família mak sei kontrola foti desizaun, liuliu se kliente fetu
<i>Parseiru bele hetan tratamentu ba HIV se pozitivu, ka protejidu atu hetan HIV karik negativu</i>	Risku katak estatutu divulga ba ema seluk sein konsentimentu (konfidensialidade ne'ebé hakotu)

Laiha vontade atu divulga estatutu

Komún ba kliente ida atu hatudu laran-todan bainhira sujere dahuluk atu divulga informasaun kona-ba nia estatutu. Ida-ne'e bele kumpriende iha kontestu atuál iha Timor-Leste ho estigma makaas relasiona ho HIV.

Ida-ne'e bele sai hanesan situasaun difísil ida ba Konselor no pesoál saúde sira tanba ida ne'e lori valór importante rua ba konflitu.

Iha sorin balu, ita prokupa kona-ba parseiru/a ka labarik. Ita-bo'ot hakarak sira atu halo teste ba HIV nune'e karik sira pozitivu, ita mós bele oferese kuidadus ba sira.

Iha parte seluk, kliente mak sai hanesan ita nia prioridade dahuluk, no ita hatene katak konfidensialidade labele hakotu deit.

Se karik ita obriga demais asuntu atu koalia ba/halo teste ba parseiru/a ka labarik, iha risku sériu katak kliente sei sente tauk no sei lakohi atu kontinua kopera (hasees an).

Tips ba situasaun ida ne'e inklui:

- Lembra katak Ita nia kliente nia fiar ba Ita-bo'ot mak buat ne'ebé importante liu. Dalabarak, estabelese konfiansa ida sei lori tempu. Ita-bo'ot nia kliente bele presiza apontamentu lubuk ida ho Ita-bo'ot molok sira pruntu atu koalia kona-ba divulgasaun.
- Asegura fali ba kliente katak ita sei la fó hatene ba ema ruma kona-ba sira nia estatutu HIV sein sira nia autorizasaun. Maneira ida ne'e halo sira iha fali kontrola ba situasaun no bele tulun atu hamenus sira nia tauk.
- Esplika ba kliente katak divulgasaun ba parseiru/a la'os deit ba benefísiu parseiru/a nian (atu sira bele halo teste), maibé mós ba sira nia benefísiu rasik (haree iha Tabela 1)

Iha perigu ida iha situasaun ne'e mak pesoál saúde ka Konselor sira bele fiar katak sira "hatene di'ak liu" duké kliente. Iha risku bo'ot liu katak ema bele hanoin hanesan ne'e bainhira kliente ne'e la eskola no fetu ida.

Iha situasaun ne'ebé indentifika nu'udar risku ba violasaun husi parseiru/a intimu, divulgasaun estatutu HIV ita la rekomenda.

Fornese tan apoiu ba kliente iha situasaun ida-ne'e (ezemplu, liga sira ba Hotline Estrela+ ho número telefone 7522 0561 / 7403 0902 / 8001 099 ka Uma Mahon iha Dili: FOKUPERS Dili 331 1534 / 7847 2598, FOKUPERS Uma Entrada - 7847 2598, Casa Vida Dili - 7735 2345, FFCJ Dili - 7796 9826, ka PNTL-VPU Unidade Ema Vulneravel Dili 7734 1607, ka MSSJ Pontu Fokal ba Violensia Bazeia ba Jeneru (VBJ) 7725 7439).



Situasaun Urjente Sira

Iha situasaun rua bainhira iha urjénsia tebes atu enkoraja kliente hodi fó sai sira nia estatutu:

1. Se kliente nia parseira isin-rua. Ida-ne'e tanba se karik fetu isin-rua refere pozitivu ba HIV, entaun iha tempu limitadu hodi redús karga virál atu proteje bebé atu la-hetan HIV (haree Seksaun 9: HIV no Isin-rua).
2. Se kliente nia parseira/u ka oan moras. Iha situasaun ida-ne'e iha possibilidade katak parseiru/a ka oan hetan HIV kleur ona no prezisa tratamentu urjente ba infesaun oportunistiku ne'ebé sériu.

Atu dehan saida

Dalaruma Konselor no pesoál saúde sira la hatene liafuan di'ak ne'ebé atu uza bainhira koalia ho kliente kona-ba divulgasaun estatutu HIV.

Iha kraik ne'e mak fraze balun ne'ebé bele ajuda ita:

"Karik ita-bo'ot nia parseiru/a bele mós iha HIV, maibé seidak hatene ida-ne'e – saida mak ita nia hanoin?"

"Se karik sira hetan HIV, sira bele hahú halo tratamentu, hanesan mós ho ita. Karik sira la iha HIV, ita bele ko'alia kona-ba oinsá atu proteje sira husi HIV"

"Ami iha kliente sira seluk ne'ebé mos sente ida ne'e difísil atu halo. Ha'u bele kele komprende tebes ita sente hanesan ne'e"

"Ita hakarak ha'u ajuda ko'alia ho ita nia parseiru/a kona-ba halo teste HIV? Hamutuk ita bele ajuda esplika buat hotu ho klaru"

Oinsa atu dehan ida ne'e

Lembra katak **saida** mak ita hatete ladún importante kompara ho **maneira oinsa** ita hato'o informasaun ne'e.

Uza Ita-bo'ot nia maneira amigavel ho kliente atu nune'e sira bele komprende katak Ita-bo'ot la julga sira.

Hanoin hetan didi'ak nafatin kona-ba Ita-nia jestu isin.

Espresa empatia, hatudu katak ita-bo'ot kompriende prosesu divulgasaun ne'e difísil.

Iha situasaun balun, bele ajuda tebes atu adopta aprosimasaun akonsellamentu bazeia ba kbiit hodi ajuda kliente atu foti pasu ida ne'e.

“Menu” husi Estratéjia ba Divulgasaun estatutu HIV

Hili opsaun ne’ebé sira prefere liu husi menu ne’e bele ajuda kliente atu sente katak sira iha kontrolu balun ba situasaun ne’ebé hatauk sira, ne’ebé iha tendénsia atu hamenus tauk.

“Menu” husi Estratéjia ba Divulgasaun HIV

Opsaun 1: Kliente mesak

Kliente sira ko’alia sai mesak ba parseiru/a. Kliente sira asegura katak parseiru/a komprende nesesidade atu halo teste HIV.

Opsaun 2: Suporta karik presiza

Konselor ka pesoál saúde akompaña kliente bainhira kliente fó sai sira nia estatutu ba sira nia parseiru/a no fornese apoiu se presiza. Teste HIV oferese mos ba parseiru/a.

Opsaun 3: Halo ida ne’e hamutuk

Konselor ka pesoál saúde no kliente hamutuk fó sai kliente nia estatutu ba kliente nia parseiru/a. Teste HIV oferese mos ba parseiru/a.

Opsaun 4: Hodi Kliente nia Naran

Ho autorizasaun husi kliente, Konselor ka pesoál saúde bele halo kontaktu konfidensialmente ho kliente nia parseiru/a direktamente no oferese teste ba HIV.

Opsaun 5: Akordu Hamutuk

Kliente konkorda atu lori sira nia parseiru/a ba halo teste HIV iha tempu badak nia laran. Se lae, konselleiru/a ka pesoál saúde sira halo kontaktu direktamente ho parseiru/a no oferese teste HIV.

Bainhira kliente nia parseiru/a teste pozitivu ba HIV

- Esplika katak sira nain rua ne’e bele iha ona HIV ba tinan barak maibe la hatene.
- Koko atu halakon hirus husi parte hotu liu husi esplika katak hadaet HIV laos ema nia hakarak. Hadate HIV akontese deit bainhira ema la hatene sira-nia estatutu HIV no la hatene uza kondom.
- Prioridade labele foka deit ba saida mak akontese iha pasadu. Prioridade tenke kona-ba oinsá sira bele suporta malu agora, no planu ba futuru ida ne’ebé saudavel no haksolok.
- Hafoin diskusaun ba divulgasaun estatutu HIV, importante atu garante katak parseiru/a rua ne’e iha oportunidade atu hato’o sai saida mak sira sente.



Kuadru 2.

Iha Timor-Leste komún tebes ba feto atu hetan diagnosa ho HIV uluk (hanesan parte husi teste durante isin-rua), tuirmai ninia parseiru/a diagnosza ho HIV (hanesan parte husi buka tuir kontaktu).

Fásil ba ema atu hetan konfuzauun ho ida ne'e no hanoin katak **pedidu teste ba HIV** hanesan ho **pedidu atu hetan HIV**.

Ezemplu, mane ida bele hanoin katak feto ida mak pasa HIV ba nia, maibé realidade kontrariu. Ita bele haree husi mane nia kontajen CD4 ne'ebé ki'ik liu kompara ho feto nia kontajen CD4, ne'ebé indika katak mane ne'e lori ona virus ba tempu naruk liu fali feto.

Jeralmente, la ajuda ita atu foka ba sé mak pasa virus ne'e ba dahuluk. Maibé, importante atu hatene kona-ba asuntu ne'e bainhira ema ida hirus no ameasa atu soe malu ho ka halo violensia ba ninia parseiru/a.

Bainhira parseiru/a husi kliente ne'e negative HIV

- Hahú ohin, sira tenke uza kondom beibeik bainhira halo relasaun seksuál (fornese kondom).
- Karik sira hakarak iha oan iha futuru, sira bele – maibé tenki hein to'o parseiru/a ida ne'ebé pozitivu HIV hemu ona ART ho estavel no mos iha karga viral ne'ebé la detektável antes koko atu iha oan (no la uza kondom).
- Enkoraja parseiru/a ne'ebé negativu HIV atu suporta parseiru/a ida ne'ebé pozitivu HIV (ezemplu, fó hanoin kona-ba aimoruk).
- Halo planu ba parseiru/a ida ne'ebé negativu HIV hodi halo teste tan ba HIV iha fulan 3 nia laran.
- Dalaruma, PEP no PrEP bele iha papél ida iha kontestun ne'e.

ESTRATEGIA ATU HASORU KA ULTRAPASA

Ema hasoru/lida ho HIV, no ho moris jeralmente, ho maneira oioin.

Maneira hasoru mudansa ne'ebé negativu refere ba aproximasaun sira ne'ebé hamenus ema nia stres iha tempu badak, maibé kauza rezultadu ne'ebé ladi'ak iha tempu naruk.

Por ezemplu:

- **Hemu tua ka uza droga sira seluk:** ema bele sente di'ak liu no temporariamente bele para hanoin kona-ba sira nia problema oituan, maibé dependensia ba tua bele sai problema seluk.
- **Evita:** bainhira ema finje (inklui ba sira nia an) katak la iha problema. Ema bele fila ba tua ka halo servisu barak atu ajuda sira evita hanoin kona-ba problema.

Aprosimasaun hirak ne'ebé tulun ema adapta ho di'ak ba mudansa no ida ne'ebé lori ba rezultadu saúde pozitivu mak hanesan **estratéjia hasoru/lida ne'ebé adaptivu**.

Buat ida ne'ebé iha valór bo'ot liu no ita bele halo nu'udar Konselor mak atu **ajuda ema ruma aprende oinsá atu hasoru dezafiu moris nian ho maneira ne'ebé pozitivu**.

Estrategia hasoru ne'ebé adaptivu balun ba EMHIV deskreve iha seksaun tuir mai. Sira hakerek ho vizaun katak sei lee husi perspetiva EMHIV, nune'e Ita-bo'ot nu'udar Konselor HIV ka pesoál saúde bele hili atu:

- Hili ida ne'ebé ita-bo'ot hanoin karik partikularmente relevante ba kliente ne'e, no servisu hamutuk; no/ka
- Imprime estratéjia hasoru nian ba Ita-bo'ot nia kliente sira atu lee iha uma.

Liuhusi tulun kliente aprende estratéjia adaptivu sira balun, Ita tulun atu **harii sira nia reziliénsia**. Reziliensia refere ba ema ida nia kapasidade atu hamriik fila fali husi situasaun ida ne'ebé difísil iha moris.



ATIVIDADE:

Servisu nudar Konselor maluk HIV ka pesoál saúde bele kria todan emocionál ba ita, no tanba ne'e importante tebes katak ita kuidadu ita nia saúde mentál rasik.

Informasaun no estrategia hirak iha livru ne'e mos bele uza ba ita nia aan hodi hafora ita nia abilidade atu hasoru difikuldade.

1 - *Dezenvolve Abilidade rezolve problema*

Ema hotu tenke rezolve problema iha moris. Felizmente, ema hotu bele hametin sira nia abilidade rezolve problema.

Dalaruma ema gasta enerjia barak koko atu muda buat ne'ebé la bele muda (hanesan estatutu pozitivu ba HIV).

Ba problema sira seluk, **muda situasaun** bele sai opsaun di'ak liu (hanesan para servisu ne'ebé kria estres).

Tuir mai pasu simples balun atu tuir ne'ebé bele ajuda rezolve problema sira:

1. Haree hodi hatene se karik problema ne'e ita bele muda (hanesan servisu ne'ebé halo ita estres), laos ida ne'ebé labele muda (hanesan estatutu pozitivu ba HIV)

2. Lista asaun hotu ne'ebé posível ba ita atu foti (ezemplu, para ita-bo'ot nia servisu, ka koko atu rezolve konflitu ho ita nia xefe, ka husu karik ita bele hala'o servisu husi uma duke iha servisu fatin). Karik ita presiza atu hetan informasaun tan hodi hatene opsaun saida mak iha.

3. Kompara vantajen no dezvantajen husi kada opsaun. Dalaruma ne'e bele ajuda atu hakerek iha surat tahan.

4. Hili estratéjia ida ne'ebé mak di'ak liu ba ita hafoin ita tetu vantajen no dezvantajen.

5. Implementa estratéjia rezolve problema ne'ebé Ita hili.

6. Haree fila fali oinsá ida-ne'e la'o. Se karik ita nia estratéjia ne'ebé ita hili la'o ho di'ak, ne'e di'ak liu! Se la funsiona ho di'ak, koko opsaun ida husi opsaun seluk iha etapa 2.

Tips seluk tan hodi rezolve problema:

- **Ko'alia kona-ba opsaun sira** ho ema ne'ebé ita fiar – ita bele hetan perspetiva foun balu.
- Hanesan ema, ita la sempre halo desizaun bazeia de'it ba lójika: ita hetan influénsia husi ita-nia emosaun. Koko atu ita nia ta'uk la prevene ita hili estratéjia rezolve problema ne'ebé di'ak liu ba ita.
- Fó-hanoin fali ba ita nia an katak **ita iha kbiit atu rezolve problema sira**. Se karik Ita la sente hanesan ne'e, haree se ita bele servisu hamutuk ho Konselor hodi harii fali ita nia fiar-an.
- Susar atu iha problema ne'ebé hetan rezolve solusaun rasik quandu tur hein deit. Problema barak mak rezolve liu husi halo planu (hanesan temi ona iha leten) no **foti asaun direta**.
- Hili **problema ki'ik** ida ba dahuluk atu prátika ita-bo'ot nia abilidade foun.

2 - Hametin Sistema Apoiu ba Emosionál

Buka no mantein sistema apoiu sosiál ne'ebé forte hanesan parte importante ida ba moris di'ak nudar ema ne'ebé moris ho HIV. Keta husik ita nia an sai izoladu.

1. Uza tempu hamutuk ho kolega no família sira ne'ebé bele fó suporta emosionál. Ida-ne'e bele fornese protesaun hasoru impaktu negativu husi stigma no estres sira seluk.

2. Ho kuidadu divulga ita-bo'ot nia estatutu HIV ba ema ne'ebé Ita fiar (KonselorHIV no pesoál saúde sira bele ajuda ho etapa ida-ne'e).

3. Ko'alia kona-ba oinsá ita sente ho ema ne'ebé ita fiar. Ida ne'e bele hamenus ita nia estres no haforsa ita nia saúde mental. Karik Ita la sente prontu atu koalia kona-ba asuntu relasiona ho HIV ho kolega ka família, bele kontaktu:

- Konselor maluk HIV
- Pesoál saúde ba HIV
- Belun Konfiansa Hotline husi Estrela+ [7522 0561 / 7403 0902 / 8001 099]

4. Hamutuk ho grupu suporta maluk HIV hodi rona kona-ba saida mak moris ho HIV no fahe esperiensa ba malu.

5. Hamutuk ho grupu ka organizasaun voluntáriu sira seluk ne'ebé ita-bo'ot hanoin sei halo ita sente konfortável no apar di'ak ho ita.

3 - Eduka ita nia-an kona-ba HIV no Moris Pozitivu

Asegura atu hetan nafatin informasaun foun, informasaun relevante mak estratéjia atu hasoru/satan ne'ebé importante tebes ba EMHIV.

Kuidadu atu deside buat ruma kona-ba Ita-bo'ot nia saúde sein iha informasaun klaru ho faktus loloos kona-ba HIV.

Fásil atu hetan lohi husi informasaun la loos iha internet, ka informasaun ne'ebé fó sai husi ema ne'ebé hetan informasaun la loos.

Husu Konselor maluk HIV atu fó hatene ba ita buat hotu ne'ebé sira hakarak hatene bainhira sira diagnosa fofoun ho HIV.

Husu pesoál saúde HIV atu fó hatene ba ita saida mak sira hanoin hanesan informasaun xavi 5 ne'ebé EMHIV presiza hatene.

Moris Pozitivu refere ba ideia katak laiha nesesidade ba EMHIV atu limita sira nia an ho deit atu espera sira labele moras.

Saude di'ak laos katak la iha moras. Saúde ne'e inklui fíziku, mentál no bein-estar sosiál.

Ita-bo'ot nia konselleiru no ekipa kuidadu HIV bele ajuda Ita-bo'ot hodi hetan dalan ne'ebé saudavel, haksolok, no kumpre iha Ita-bo'ot nia moris tomak.

Moris ho HIV ne'e liu fali hakarak atu bele moris deit, ne'e konaba oina bele ultrapasa susar hodi **susesu**.

4 - Optimiza Ita-Bo'ot nia Saúde Fíziku

Saúde fíziku ne'ebé di'ak hanesan parte importante ida ba saúde mentál ne'ebé mos di'ak.

EMHIV barak deskobre katak sira nia saúde fíziku **di'ak liu** depoizde hetan diagnosa HIV, tanba sira hahú fó atensaun liu hodi kuida sira nia an no halo desizaun ne'ebé saudavel.

Dalan importante balun ne'ebé bele ajuda mantein saúde fíziku ne'ebé di'ak inklui:

- 1. Mantein ita nia karga viral la-detektável** ho ART, no mantein kontaktu di'ak ho ekipa kuidadu HIV
- 2. Ezersísiu** iha efeitu bo'ot ba saúde fíziku no saúde mentál. Ema barak mak hetan katak ezersísiu ne'e di'ak tebes atu halakon estres.

Tarjetu ba ezersísiu durante minutu 30, dala 5 kada semana. Koko tipu ezersísiu oin-oin atu buka hatene saida mak ita gosta liu.

Ezersísiu ne'ebé ita bele halo bainhira bele móos haree ambiente naturál (hanesan la'ó iha tasi-ibun) sei iha benefísiu adisionál ba ita nia saúde mentál.

- 3. Toba deskansa ho natoon.** Iha peskiza balun hatudu katak ema ne'ebé la toba natoon sei hetan risku aas liu ba kankru no moras sira seluk.

Adultu sira jeralmente presiza toba deskansa ho di'ak oras 8 kalan ida.

- 4. Evita fuma** (fuma uitoan de'it mós aumenta moras – para fuma ne'e importante) no limita hemu tua.

5. Han hahan ne'ebé ho balansu no saudavel, ne'e katak:

- Han modo-tahan no ai-fuan mak barak
- Han ai-han haburas/proteina ho suficiente (hanesan, koto, tahu, manu-tolun, susubeen, ikan no na 'an)
- Minimiza haha'an no hemu midar no hahan prosesadu (ezemplu, matabisu sereal, dosi, biscuit, hahan ne'ebé sona maran)

Hahan tradisionál Timor-Leste nian hanesan fo'os mean, marungi, fehuk midar mak opsaun nutrisaun ne'ebé di'ak liu.

5 - Muda Ita Nia hanoin hodi Muda mos Ita nia vontade

Maneira Ita hanoin afeta ba ita nia vontade.

Bainhira ita muda ita- nia hanoin, ita bele muda ita nia sentimentu mos.

EMHIV barak foka ba hanoin negativu, dala ruma tanba estigma internadu (exemplu, *"ha'u la iha valor ba ha'u-nia família"* ka *"ha'u merese hetan moras HIV"*).

Foka liu ba hanoin negativu ne'e dala barak rezulta iha saúde mentál ne'ebé ladi'ak.

Dalaruma hanoin negativu la 'ós rasionál, maibé ida ne'e fasil atu ita fiar automatikamente no kontinua nafatin hanoin hanesan ne'e.

Ho prátika, ita bele aprende atu muda ita-nia hanoin negativu kona-ba situaun ida ba iha hanoin pozitivu liu, uza pasu sira iha téknika simples ne'e:

1. Identifika hanoin negativu ne'ebé baibain mosu iha ita nia neon.

2. Husu ba ita nia-an: hanoin ida ne'e loos ka lae? Karik iha evidensia atual ba hanoin ida ne'e?
3. Konsidera karik situasaun ne'e bele la aat liu ka di'ak liu duke saida mak ita nia hanoin.
4. Iha dalan seluk ka lae atu hanoin kona-ba situasaun ida-ne'e ne'ebé bele sai pozitivu no realistiku liu tan?
5. Repete prosesu refere bainhira hanoin negativu ne'e komesa mosu iha ita-bo'ot nia neon.

Liu husi prátika haree no identifika ita nia hanoin negativu, no muda ba hanoin ne'ebé pozitivu, ne'e bele hadi'a ita-nia bein-estar emosional.

Prosesu muda ita nia hanoin ne'e parese difísil atu hahú, maibé hanesan ho buat difísil seluk - ho prátika sei sai fásil liu.

6 - Muda Ita Nia Hahalok atu Muda Ita nia vontade

Ita nia hahalok iha impaktu ba ita nia vontade.

Bainhira ita sente hanoin barak, ita iha tendénsia sai la ativu. Hela deit iha uma no la halo buat ida bele halo ita sente hanoin barak liu tan.

Halo **kalendáriu ho planu ba atividade pozitivu** mak téknika ida ne'ebé tulun atu uza iha situasaun ida-ne'e

Kria planu ba atividade (marka loron no oras) bele ajuda hodi rezolve enerjia no motivasaun menus ne'ebé bele mosu tanba depresaun.

Eta ba téknika ida-ne'e maka:

1. Hili atividade balun ne'ebé mak ita baibain **kontente ka ksolok** atu halo, no/ka atividade balun ne'ebé sei fó ita **sentidu susesu** bainhira kompleta atividade hirak ne'e.

2. Halakon atividade saida deit ne'ebé mak la aliña ho ita nia objetivu no valór sira. Por ezemplu, ita bele hanoin han pizza tomak ida bele halo laran-kontente, maibé ida-ne'e la aliña ho ita nia objetivu atu hetan isin di' ak.
3. Halakon atividade saida de'it ne'ebé la realistiku ba ita-bo'ot sira nia nível enerjia ka motivasaun atuál (ezemplu, "hamoos uma tomak").
4. Hala'o atividade ne'ebé ita hili tiha ona tuir tempu ne'ebé determina ona (maske karik ita la sente hanesan hakarak atu halo ida ne'e).
5. Labele para depois de atividade ida ka rua deit. Continua, no ita sei hetan katak ita-nia vontade hahu sai di'ak.
6. Ita bele organiza fila fali atividade sira ne'ebé mak di'ak liu ba ita loro loron ka kada semana. Koko atividade foun mos hodi troka atividade hirak ne'ebé la funsiona ho di ak.

Atividade hirak ne'ebé **liga ita ho ema seluk** sei hetan benefísiu adisionál ba ita nia saúde mental

Karik ita sente susar atu hetan ideia ba atividade, haree lista ne'e ba ideia balun:

- Sai ba li'ur hodi la'o ho kolega
- Tein buat spesial ida hodi fahe ho kolega ka familia
- La'o sa'e ba Cristo Rei
- Kuda fini aifunan balu
- Prátika toka viola
- Hakerek poezia badak ida
- Voluntáriu ho Igreja ka ONG

- Hamoos haris fatin
- Halo kafé kopu ida atu hemu bainhira tuur haree loron matan sa'e
- Vizita ita nia avó
- Joga bola ho labarik balun
- Hiit besi

7 - *Servisu atu atinji aseitasaun*

EMHIV balu luta atu simu sira nia diagnosa HIV, liu-liu bainhira:

- Fornesimentu informasaun antes halo teste ne'e la hala'ó ho adekuadu
- Sira sente di'ak hela ("Ha'u laiha sintomas, oinsáa ha'u bele iha virus ida ne'e...?")
- Sira la hanoin an iha risiko ba HIV ("Maibé ha'u la vizita trabalhadór seksu sira, oinsá ida-ne'e bele akontese?!")

EMHIV hirak ne'e iha perigu atu la kontinua ho kuidadu HIV, ka nunka hahú tratamentu

Ema bele lakon enerjia barak preokupa kona-ba buat ne'ebé labele muda, no husik enerjia oituan atu rezolve buat ne'ebé bele muda

Se karik ita-bo'ot hetan HIV pozitivu, simu ita-bo'ot nia estatutu nuudar realidade moris nian sai hanesan pasu bo'ot ida ba ita-bo'ot nia dalan moris.

Ida ne'e la'ós pasu ne'ebé fásil, no ema balun presiza tempu barak liu fali sira seluk atu to'ó ba aseitasaun.

Koalia ho ita nia ekipa kuidadu HIV, se ita hanoin katak repete ita nia teste HIV ka haree rezultadu teste ho ita nia matan rasik bele ajuda tebes ita.

HIV NO SAÚDE MENTAL

Saúde mentál di'ak signifika liu fali absénsia husi moras mentál.

Ida ne'e inklui abilidade atu mantein relasaun pozitivu, sai parte ida husi comunidade, kompleta servisu ne'ebé presiza ba moris loro-loron nian, enfrenta estres, no sente hanesan moris ne'e iha objetivu.

Tulun EMHIV mantein saúde mentál ne'ebé di'ak importante tebes hanesan mos ajuda sira mantein saúde fíziku ne'ebé di'ak.

Problema saúde mentál bele inklui susar ne'ebé temporáriu relasiona ho eventu ka situasaun, to'ó ba iha dezorden saúde mental ne'ebé grave hanesan depresaun.

EMHIV esperiéncia númeru aas ho problema saúde mentál kompara ho populasaun jerál.

HIV afeta liu grupu populasaun xave balun ne'ebé dala barak marjinalizadu iha sosiedade (ezemplu, mane sira ne'ebé halo relasaun seksuál ho mane, ema transjéneru). Grupu hirak ne'e mos sai nudar grupu ida ne'ebé vulnerável liu ba problema saúde mental.

Bainhira EMHIV esperiéncia kestaun saúde mentál, bele fó impaktu ba:

- **Envolvimentu** ho kuidadu HIV ne'ebé la'ó hela
- **Adezaun** ba tratamentu HIV ho di'ak
- **Saúde fíziku**
- **Kualidade moris**

Situasaun saúde mentál ne'ebé sofre husi EMHIV dala barak la hetan rekoñesimentu ka tratamentu adekuadu.

EMHIV dalaruma laran-todan atu fahe sira- nia preokupasaun saúde mentál tanba tauk estigma. Infelizmente, iha nível aas ba estigma relasiona ho kestaun saúde mentál iha Timor-Leste.

Iha opsaun tratamentu diferente ba asuntu saúde mentál, inklui akonsellamentu (esplika iha livru ida ne'e); no aimoruk (liu husi ámbitu livru ne'e).

Fornese apoiu ba EMHIV ho kestaun saúde mentál bele hadia qualidade moris, adezaun tratamentu, no karga virral ne'ebé menus.

Kestaun sira relasiona ho HIV, saúde fíziku, no saúde mentál labele haketak. Nune'e, idea di'ak atu kombina apoiu saúde mentál no apoiu HIV hamutuk.

“Ha’u la-iha servisu, tanba ne’e ha’u nia dezafiu mak atu kobre ha’u nia osan transporte ho ART ne’ebé ema haruka. Família suporta dala ruma, maibé hau sente laran todan atu husu sira tanba hau la’os ona labarik.

Atu aumenta tan ba ha’u-nia problema sira, pandemia [COVID-19] ida ne’e fó tempu ne’ebé difísil atu asesu ba vaga serbisu ruma”.

- Relatóriu kona-ba Loss to follow up iha Timor-Leste, 2021

Fatores saida mak bele kontribui ba kestaun saúde mentál ba EMHIV?

Problema saúde mentál bele mosu bainhira ema esperiéncia estres ne'ebé grave no durante tempu naruk.

Fonte komún husi stress ba EMHIV inklui:

- **Estigma**, inklui estigma ba an rasik
- **Dezafiu husi relasaun Interpersoál** (ida ne'e mós influénsia husi estigma), liuliu iha família laran
- Moris ho **kondisaun moras krónika**
- **Efeitu husi aimoruk**, liuliu bainhira ema sente konfliktu kona-ba se hakarak atu kontinua hemu aimoruk ka lae
- **Problema saúde fíziku**
- **Ta’uk mate sedu**
- **Moris kiak** mak fonte estres makaas ba EMHIV barak. Saúde fíziku ka mentál ne'ebé la di'ak bele fó impaktu ba kapasidade atu hetan rendimentu, halo EMHIV espesialmente vulneravel ba pobreza
- **Pandemia virus COVID-19** kauza estres ho meius oioin hanesan, ta'uk ba infesaun, mate husi membru família, menus kapasidade atu asesu ba kuidadu saúde tanba izolamentu, no hamenus kapasidade atu hetan rendimentu

PROBLEMA SAÚDE MENTAL NO HIV

Depresaun

Depresaun signifika la'os deit sente triste. Ida ne'e dezorden sériu ne'ebé afeita ba saúde mental no fíziku. EMHIV iha possibilidade bo'ot liu atu sofre depresaun kompara ho ema negativu HIV.

Ema ne'ebé iha depresaun bele deskreve sentementu laran triste, laran mamuk, lakon esperansa, la vale, moe, ka kulpa. Ba EMHIV, sentimentu hirak ne'e balun bele dezenvolve hanesan reflesaun internadu ka **estigma ba an rasik**.

Karik sira labele haksolok bainhira halo buat ne'ebé lori sira haksolok ba sira iha tempu uluk.

Ita tenke konsidera possibilidade katak ema ida hetan depresaun se karik:

- Sira laiha vontade/sente triste **nafatin** (liu semana 2)
- Sira iha mos sintomas seluk, inklu ida ka liu husi:
 - Laiha vontade atu han
 - Toba ladi'ak ka iha difikuldade ho toba
 - Fásil atu hirus ka iritasaun
 - Nível enerjia menus
 - Problema ba konsentrasaun/hanoin ho moos
- Sintoma hirak ne'e reprezenta mudansa husi saida mak baibain ba ema ne'e

Bainhira ema ida sofre depresaun, sira bele koko atu halo sira nia atividade loron-loron nian, no sira bele sente hanesan moris ne'e laiha folin.

Ita-bo'ot sira bele nota katak sira la la'o sai no **lakohi atu hamutuk ho sira nia família no belun sira**.

Dalaruma depresaun bele akontese maske la iha razaun klaru.

Dalaruma depresaun bele kauza husi sirkunstánsia iha ema ida nia moris, ezemplu hasoru estigma husi família, ka sentimentu ne'ebé rezulta husi estigma ba sira nia an relasiona ho estatutu HIV.

Depresaun impaktu makaas ba abilidade EMHIV atu halo **adezaun ba ART**. Susar tebes ba ema atu sente iha motivasaun atu atende klínika no hemu aimoruk loro-loron kuandu sira sente triste, kbiit-laek no lakon motivasaun.

Se ita fiar katak ema ida bele iha depresaun, entaun importante atu ko'alia ba sira kona-ba sei sira iha **hanoin atu oho-an**.

Kuadru 1 – hatudu pergunta simples balun ne'ebé ita bele uza bainhira husu kliente kona-ba oho-an

Perguntas atu hatene karik hanoin ruma ba oho-an ne'e iha ka la'e:

“Dala ruma bainhira ema sente ladi'ak, ka tama iha tempu ne'ebé difísil, sira bele hahu sente hanesan sira lakohi atu moris tan. Karik ita sente hanesan ne'e?”

“Dala ruma ita sente ita nia vontade moris menus tebes to'o halo ita hanoin atu oho an?”

Se sira hatán ‘Los’ ba buat hirak ne'e, husu fali atu klarifika se agora dadauk iha planu atu halo ka lae:

“Ita hanoin kona-ba oinsá ita atu halo ida ne'e?”

“Ita bele fó-hatene mai ha'u kona-ba planu espesífiku saida mak ita hanoin hela, bainhira ita iha hanoin hirak-ne'e?”

Koalia konaba oho-an

Karik ita hanoin katak ema ruma iha difikuldade ho sira nia saúde mentál, entaun importante ba ita atu husu sira kona-ba hanoin atu oho-an.

Keta ta'uk atu husu kona-ba oho-an tanba bele “fó ideia ba sira”.

Husu kona-ba hanoin atu oho-an, ho maneira ne'ebé respeitu, sei la hamosu problema. **La husu** kona-ba oho-an ne'e mak bele sai problema.

Se ema ida iha **planu ativu** atu oho-an, ho métodu ne'ebé klaru iha nia hanoin, ida ne'e fó sinál perigu ne'ebé bo'ot ba ema ne'e.

Koalia ho urjente konaba situasaun ne'e ho kliente nia ekipa kuidadu ba HIV.

Se bele, hamutuk nafatin ho kliente to'o ita buka hetan ona tulun ba nia, ka rekruta/husu membru família ida atu hela ho nia.

Hasai tiha buat ne'ebé bele fó perigu (ezemplu, se kliente mensiona hanoin atu sona nia an, se nune'e hasai tia tudik sira iha uma).

ATIVIDADE:

Bele senti oin seluk bainhira ita koalia nakloke konaba oho-an ho kliente ba dala uluk. Dalam hodi sai konfortavel mak praktika deit.

Husu kolega servisu ida foti knar iha drama badak nudar kliente ne'ebe iha depresaun no iha ona hanoin atu oho-an. Membru ekipa sira seluk bele pratika koalia ho sira uza pergunta hanesan ho sira ne'ebé hakerek iha Kuadru 1.

Dezorden Ansiedade no Laran-taridu

Ansiedade mak sentementu ta'uk ka taridu katak buat ladi'ak ruma sei mosu.

Ansiedade hanesan resposta naturál ida ba akontesementu balun ne'ebé nakonu ho stres– por ezemplu, ita bele sente laran-taridu molok halo entrevista ba servisu importante ida.

Dezorden ansiedade bele mosu bainhira iha sintoma laran-taridu ne'e sai grave, mosu beibeik (ezemplu, barak liu kada fulan 6), no mos kliente lakon abilidade atu hala'o atividade loran-loron nian.

Ema pozitivu HIV esperensia laran-taridu barak liu kompara ho ema negativu HIV.

Sintoma psikolójiku husi laran taridu inklui:

- Sempre preokupa kona-ba buat aat ne'ebé bele akontese
- Sente 'tensaun' no labele relax

Sintoma fíziku husi laran taridu inklui:

- Sente fuan tuku-tuku maka'as
- Kosar
- Ulun moras
- Oin halai
- Sente nisik iha kakorok
- Sente hanesan susar atu dada iis ho di'ak

Importante tebes katak mediku HIV sira konsidera no asegura lae iha possibilidade ba kauza médiku seluk husi sintomas hirak ne'e, molok konsidera sira nu'udar ansiedade.

Sintoma laran taridu ne'ebé todan águda bele esperiensa/hetan iha tempu **ataka pániku**.

Ba ema balun, ansiedade provoka husi situasaun spesífiku (hanesan atende klinika HIV ka iha fatin publiku). Ba ema seluk, ansiedade bele akontese deit, la ho provoka/kauza spesífiku ruma.

Komún tebes ba ansiedade ho depresaun atu eziste hamutuk, maibé mós bele akontese mesak.

Ema balu dalaruma fila fali ba hemu tua ka fuma sigaru hodi koko atu hamenus sira nia ansiedade. Ida ne'e bele sente hanesan tulun tebes iha tempu badak maibé baibain halo problema ne'e sai at liu tan ba tempu naruk.

ATIVIDADE:

Imajina tempu ruma iha ita nia moris ne'ebé ita laran taridu. Purezemplu, molok ezame importante ida iha universidade, ka se ita foin hatene katak ita halo sala ruma iha servisu fatin.

Hanoin kona-ba oinsá ida ne'e sente – dalaruma ita sente laran-taridu tebes, karik ita-nia ibun sai maran, no imi-nia laran susar.

Imajina karik ita sente hanesan ne'e loroloron. Oinsá ita nia hanoin ne'e sei fó impaktu ba ita nia qualidade moris?

Saida mak ita sei halo hodi bele hasoru situasaun hanesan ne'e?

Psikosis

Psikosis la'os hanesan buat baibain ida, ida ne'e problema saúde mental forma todan. Sinál típiku husi psikosis inklui:

- **Alusinasaun**, ne'ebé bele haree ho matan (haree buat ne'ebé la iha) ka auditoria (rona buat ne'ebé la iha)
- **Iluzauun**, ne'ebé halo ema fiar liu ba buat ne'ebé la loos (ezemplu, ema ida bele fiar katak sira nia membru família koko atu fo venenu ba sira)

Bainhira psikosis akontese iha EMHIV, ida ne'e bele tanba **hetan estragu direta husi virus ba iha kakutak**. Ida- ne'e akontese dala barak liu iha EMHIV ne'ebé la-hetan tratamentu durante tempu naruk no sira-ne'ebé hetan infesaun HIV avansada. Kondisaun ida ne'e bele sai di'ak bainhira tuir tratamentu ART.

Sintoma sira seluk husi kondisaun ida ne'e inklui mudansa personalidade no memória ne'ebé lakon.

Kultura bele influensia maneira oinsá ema haree ba problema saúde mental hanesan psikosis. Iha Timor-Leste ema bele fiar espíritu aat mak responsavel/halo no tanba ne'e sira buka ajuda husi doutór/kura nain tradisionál.

Karik ita-bo'ot hanoin kliente hatudu sintomas psikosis, entaun tenke kontaktu urjente ho ekipa klinika HIV hodi halo revizaun mediku.

Kauza Médiku ba Problema Saúde Mental ba EMHIV

Importante atu haketak **kauza médiku** husi **kauza psikológiku** ba problema saúde mentál.

Infeksaun balun bele ataka kakutak no kauza sintomas saúde mentál.

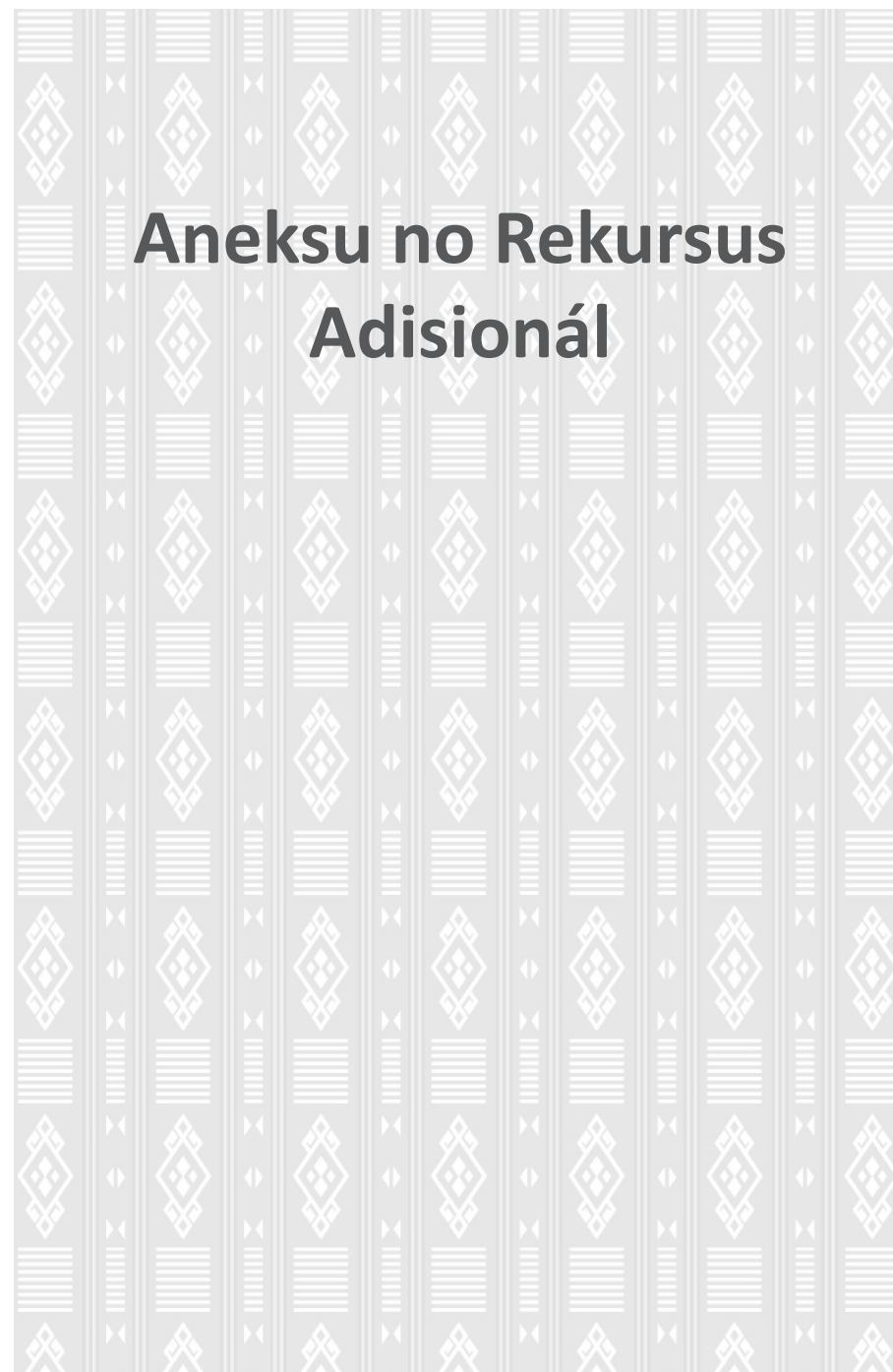
Se kliente iha hahalok ka koalía estrañu konsidera iha possibilidade ba infesaun kakutak, liuliu se sira mós ulun moras ka kondisaun fíziku ladi'ak.

Iha kazu ida-ne 'e, sei presiza halo diagnóstiku no tratamentu ba infesaun spesífiku. Fasilita **revizaun urjente** husi ekipa kuidadu saúde HIV.

Aimoruk balun ba tratamentu HIV bele kauza **efeitu psikológiku** ba ema balun.

Efavirenz mak hanesan ai-moruk ida ne'ebé koñesidu ho nia abilidade atu kauza efeitu ba psikológiku, husi muda sentimentu ituan deit too depresaun grave.

Efavirenz laos ona parte husi tratamentu liña dahuluk (maske iha ema barak iha Timor-Leste ne'ebé sei hemu Efavirenz la ho problema ruma).



Aneksu 1 Ezemplu Kestjonáriu Komentáriu Kliente

Kestjonáriu Komentáriu Kliente				
Ita-bo'ot nia opiniaun importante ba ami! Ida ne'e sei ajuda ita atu komprende saida mak ita halo di'ak no area ne'ebé ita bele hadi'a. Ita-bo'ot sira nia resposta sei nafatin privadu nune'e favor bele ko'alia ita-bo'ot sira nia hanoin.				
Favor fo ita-bo'ot sira nia hanoin kona-ba oinsa ami nia klínika lao iha parte hirak ne'e	La Di'ak (1) 😞	Iha klaran (2) 😐	Di'ak (3) 😊	Di'ak los (4) 😄
Ajuda Ita-bo'ot sira atu sente konfortavel no relax iha klínika				
Hadudu hahalok amigavel, respeito no profesionál				
Rai informasaun privadu no konfidensial ho seguru				
Rona ita didi'ak				
Esplika informasaun ho klaru				
Fo korajen ba Ita-bo'ot hodi husu pergunta no koalia sai konaba ita nia duvida				
Inklui Ita-boot iha prosesu foti desisaun konaba tratamentu				
Iha konesimentu no abilidade mediku ne'ebé presiza hodi kuidadu ita ho diak				
Hasai raan, inklui mos esplikasaun konaba razaun ba teste raan ne'e				
Mantein ambiente klinika ne'ebé mos no di'ak				
Organiza Ita-boot nia apontimentu iha klinika				
Kontaktu tuir ho di'ak liuhusi telefone/SMS				
Saida mak buat ida ne'ebé Ita-bo'ot hanoin ami halo ho di'ak iha klinika ida ne'e?				
No buat ida ne'ebé ami bele halo ho di'ak liutan?				
Obrigadu/a barak ba kompleta ona kestjonáriu ida ne'e! 😊				

Aneksu 2 Ezemplu Akordu Rai Konfidensialidade

KARTA AKORDU RAI KONFIDENSIALIDADE KLIENTE

Naran kompletu:

Nu. kontaktu:

Data:

Funsionariu husi:

1. Hau ne'ebé asina iha dokumentu ida ne'e, ho konsiénsia tomak deklarata katak informasaun hotu ne'ebé hau asesu relasiona ho pasiente/kliente, hau sei:
2. Rai informasaun hirak ne'ebé hau hetan, relasiona ho pasiente/kliente sira nia status, rejistu médiku, diskusaun kazu, peskiza no aktividade programa relevante seluk ho konfidensial estrita.
3. Hau sei la fahe informasaun hirak ne'ebé hau hetan ba sese deit, ezeptu ba pesoál/professional saúde ne'ebé kolabora iha servisu, se karik presiza duni ba objetivu tratamentu pasiente/kliente nian.
4. Ho asina ona akordu ida ne'e, hau komprende lolos ona katak se bainhira hau kontra akordu ne'ebé hakerek ona maka, hau prontu simu sansaun tuir prosesu.

Asinatura Funsionariu

Naran no pozisaun

Aneksu 3 Ezemplu Kartaun Fo Hanoin Apontamentu

<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>	<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>
<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>	<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>
<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>	<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>
<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>	<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>
<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>	<p style="text-align: right;">Tif: (000) 000 - 0000</p> <p>Apontamentu</p> <hr/> <p>Data:</p> <hr/> <p>Oras:</p> <hr/> <p>Karik ita labele tuir ita nia apontamentu, favor ida bele telefone ba ami obrigada</p>

Aneksu 4 Kontinua ho Tratamentu - Bareira no Estratéjia ba EMHIV

BAREIRA	ESTRATÉGIA NE'EBÉ POSIVEL ATU KOKO
<p>Hau preokupa kona ba efeitu husi ART</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Uza ART regimen ida ne'ebé iha efeitu kolateral ne'ebé kliente sira bele tolera ho di'ak hanesan TDF/ 3TC/DTG atu evita efeitu ladi'ak ba kliente • Kaalia ho ekipa kuidadu HIV se iha indikasaun ba mudansa regimen ART • Ulun-moras no laran sae hosi EFV jeralmente sei sente di'ak bainhira liu tiha loron balu. Iha tempu ne'e, ita bele koko uza paracetamol ba ulun-moras no xá ailia ba laran sae • Hemu DTG iha tempu dader hodi evita efeitu insomnia (toba la dukur), la'os hemu iha tempu kalan • Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 2- Hanoin atu muda)
<p>Iha aimoruk musan barak los</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Koalia ho ekipa kuidadu HIV kona-ba opsaun sira atu hamenus ai-moruk musan ne'ebe presiza hemu loro-loron. • Fó-hanoin ba kliente katak ai-moruk musan balun (e.g., tratamentu TB ka profilatiku Cotrim) ne'e temporáriu de'it • Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 2- Hanoin atu muda)
<p>Hau haluha</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hemu ai-moruk iha tempu hanesan loro-loron atu ajuda ida-ne'e sai toman • Kombina hemu ai-moruk ho atividade loro-loron ne'ebé estabesele ona (hanesan, kose nehan, han matabixu) hodi bele ajuda ida-ne'e sai toman • Tau alarme fó-hanoin loroloron iha telemovel • Haruka SMS atu fó hanoin ba sira

	<ul style="list-style-type: none"> Husu ba membru família sira atu ajuda fó-hanoin ba Ita-boot atu hemu ai-moruk Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 2- Hanoin atu muda)
Hau nia moris okupadu liu	<ul style="list-style-type: none"> Hemu lai ai-moruk iha dadeer antes loron sai okupadu liu Tau ai-moruk musan balu iha plastik ki'ik ida iha ita-nia pasta, karteira, bolsu nsst karik ita toba kalan balun dook husi uma Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 2- Hanoin atu muda)
Ha'u hanoin katak ai-moruk musan sira tenke hemu ho ai-han, no dala ruma ha'u la iha ai-han	<ul style="list-style-type: none"> Diskute ho ekipa kuidadu HIV no parseiru sira (Estrela Plus, Esperansa, NAC) kona-ba asesu ba apoiu sosiál ba EMHIV ho inseguransa ai-han Esplika to'ok katak hemu ai-moruk musan sira-ne'e ho bee deit mos di'ak
Ha'u ta'uk ema sei haree ai-moruk musan sira no husu pergunta	<ul style="list-style-type: none"> Hasai label hosi botir ART nian Iha planu atu hatete saida kona-ba ai-moruk musan sira se karik ema husu Akonsellamentu hodi suporta divulgasaun estatutu HIV
Bainhira ha'u haree ai-moruk ne'e, ha'u hanoin negativu kona-ba HIV no sente ladi'ak	<ul style="list-style-type: none"> Esplora possibilidade kona-ba stigma an rasik no depresaun Akonselamentu Bazeia ba Kbiit Konsellu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 2- Hanoin atu muda) Ajuda kliente dezenvolve estratéjia sira hudi hasoru ka ultrapasa ne'ebé adaptivu, inklui Muda Ita Nia hanoin hodi Muda mos Ita nia vontade (pajina 180)
Ha'u iha energia/motivasaun ki'ik atu hemu ai-moruk	<ul style="list-style-type: none"> Esplora possibilidade kona-ba stigma an rasik no depresaun Akonselamentu Bazeia ba Kbiit Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda

	<ul style="list-style-type: none"> Ajuda kliente dezenvolve estratéjia sira hudi hasoru ka ultrapasa ne'ebé ativu, inklui Muda Ita Nia hanoin hodi Muda mos Ita nia vontade
Ha'u ladun fiar katak ha'u iha HIV	<ul style="list-style-type: none"> Esplora possibilidade kona-ba stigma an rasik no depresaun Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Faze 1 – Sedouk Prontu) Ajuda kliente dezenvolve estratéjia sira hudi hasoru ka ultrapasa ne'ebé adaptivu, inklui Servisu atu atinji aseitasaun (pajina 182)
Ha'u hanoin katak hau la precizatan ai-moruk ne'e ona, ha'u nian isin todan sae ona no agora ha'u sente di'ak	<ul style="list-style-type: none"> Akonselamentu Bazeia ba Kbiit Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda (foka liu ba Etapa 5 Kontinua sustenta)
Ha'u estres liu ona no labele hanoin buat ida taan	<ul style="list-style-type: none"> Akonselamentu Bazeia ba Kbiit Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda Ajuda kliente dezenvolve estratéjia atu hasoru ka ultrapasa ne'ebé ativu
Dala ruma ha'u hemu tua barak liu no la hemu ha'u-nia ai-moruk tanba ida-ne'e	<ul style="list-style-type: none"> Esplora possibilidade kona-ba stigma an rasik no depresaun Akonselamentu ba mudansa hahalok (kona-ba para hemu tua) tuir Modelu Prepara an ona atu Muda no inklui aprsimasaun Bazeia ba Kbiit Ajuda kliente dezenvolve estratéjia atu hasoru ka ultrapasa ne'ebé adaptivu.
Ha'u la iha osan transporte atu ba klínika	<ul style="list-style-type: none"> Koalia ho ekipa kuidadu HIV kona-ba opsaun sira (ezamplu ajuda ho kustu transporte, telefone fo hanoin, vizita uma) Husu organizasaun parseiru sira kona-ba possibilidade atu tula kliente no lori ba klínika Estrela+ Hotline: 7522 0561 / 7403 0902 / 8001 099 Sentru ART Maloa: 7605 0945 / 7710 3635

Ha'u nian ai-moruk musan sempre hotu; susar ba ha'u atu ba klínika fulan-fulan	<ul style="list-style-type: none"> Fó ai-moruk ART fulan tolu nian ba kliente dala ida deit Ko'alia ho ekipa kuidadu HIV kona-ba opsau atu lori ba kliente nia uma
Ha'u la sente konfortável atu ba klínika foti ha'u-nia ai-moruk	<ul style="list-style-type: none"> Haree Seksaun 3 Kria Ambiente Atendimentu Saúde ne'ebé Amigavel
Ha'u-nia família hanoin ha'u tenke hemu ai-moruk tradisionál duke ART	<ul style="list-style-type: none"> Haree Adezaun no Aimoruk Tradisionál (pajina 155) Esplika katak kliente bele hemu ai-moruk tradisionál no ART hamutuk Akonselamentu tuir Modelu Prepara an ona atu Muda, bazea ba Faze ne'ebe kliente iha hela Fó informasaun ba família se kliente konkorda

Annex 5 Instrumentu bazeia-ba-evidénsia ba prevensaun HIV, ba individuál no ba pesoál saúde sira

Individuál	Pesoál Saúde / Kounsellor
Teste HIV	
" Hatene ó-nia estatutu "- hetan teste sedu ba HIV Repete teste HIV se kontinua iha risku (seksu laho kondom)	Halo ita-nia facilidade saúde sai amigavel no nakloke hodi enkoraja ema atu mai halo teste Fó Konsellu antes no depois ho diak no ho empatia Garante katak halo teste HIV Determinante loloos, tuir SOP
Ligasaun Susesu ba Tratamentu ("Tratamentu nudar Prevensaun")	
Liga ho ekipa kuidadu HIV no Konselor Maluk HIV se imi-nia teste HIV pozitivu Komesa ART mak pasu di'ak liu ne'ebé ita bele foti atu proteje ita-nia saúde rasik Ita-boot nia ekipa HIV sei suporta ita-boot atu hemu ai-moruk lor-loron, atu nune'e ita-boot bele mantein nafatin karga viral iha nivel ida ne'ebé mak la detektável EMHIV sei la hada'et HIV ba ema seluk bainhira kontinua hanehan virus - ne'e hanaran L = L (La detektável = La transmissível)	Asegura ema hotu-hotu ne'ebé ho teste HIV pozitivu hetan ligasaun ba sentru ART tuir SOP Ligasaun Susesu Harii relasaun konfiansa entre kliente-fornesador nune'e EMHIV sente simu apoiu atu hahú ART Apoiú EMHIV atu kontinua envolve an iha kuidadu saúde ho adezaun di'ak ba ART Uza ita-nia abilidade klinikal atu responde ba problema médiku sedu Monitoriza karga viral regularmente atu asegura mantein supresaun viral nian
PEP no PrEP	
Karik ita-boot teste HIV negativu no halo atividade ho risku aas iha oras 72 ikus ne'e, ita-boot bele uza PEP (profilatiku pos-espozisaun) atu redús risku transmisaun HIV Se ita-boot HIV negativu no regularmente iha risku atu hetan HIV, ita-boot bele uza PrEP (profilatiku antes-espozisaun) atu hamenus ita-boot nia risku atu hetan HIV	Inklui PEP no PrEP nu'udar parte husi atendimentu sentru ART se hetan ona treinamentu kona-ba ida-ne'e PrEP no PEP oras ne'e iha disponibilidade limitadu iha Dili de'it
Kondom ho Akonselamentu	
Uza kondom ba seksu - loloos no konsistente	Oferese kondom ba kliente iha kada vizita Promove kondom nia importánsia, liuliu ba ema ho HIV negativu no EMHIV ne'ebé seidauk atinje supresaun ba Karga Viral Fornese akonselamentu kona-ba oinsá atu uza kondom ho loloos no oinsá atu negosia utilizasaun kondom molok sexu Kondom ne'e gratuita, efetivu no disponivel iha rai-laran tomak

Referensi Xavi sira

Section 1 - HIV Basics

Deeks, S., Overbaugh, J., Phillips, A. et al. (2015). HIV infection. Nat Rev Dis Primers 1, 15035

INSIGHT START Study Group, Lundgren JD et al. (2015). Initiation of antiretroviral therapy in early asymptomatic HIV infection. N Engl J Med 27;373(9):795-807

Moir S, Chun T, and Fauci AS. (2011). Pathogenic mechanisms of HIV disease. Annu. Rev. Pathol. Mech. Dis. 6:223–48

Saag M. (2021). HIV Infection — Screening, Diagnosis, and Treatment. N Engl J Med 384:2131-43

Section 2 - HIV Transmission

Chen Q et al. (2019). Different transmission routes and the risk of advanced HIV disease: A systematic review and network meta-analysis of observational studies. E Clinical Medicine 16:121–128

Fauk, N.K.; Merry, M.S.; Siri, T.A.; Mwanri, L.; Ward, P.R. (2021). Structural, personal and socioenvironmental determinants of HIV transmission among transgender women in Indonesia. Int. J. Environ. Res. Public Health 18, 5814

Kassa GM. (2018). Mother-to-child transmission of HIV infection and its associated factors in Ethiopia: a systematic review and meta-analysis. BMC Infectious Diseases 18:216

Section 3 - Creating a Friendly Healthcare Environment

Ministry of Health & Child Care, Zimbabwe. (2018). Key populations manual for healthcare providers: first edition. Retrieved 25 November 2021 from https://www.avac.org/sites/default/files/u3/KP_manual_healthproviders.pdf

Quinlivan EB. Et al. (2013). Experiences with HIV testing, entry, and engagement in care by HIV-infected women of color, and the need for autonomy, competency, and relatedness. *AIDS Patient Care and STDs* 27(2)

World Health Organization (2019). Maintaining and improving quality of care within HIV clinical services. *WHO/CDS/HIV/19.17*

World Health Organization (2021). Assessment of HIV testing services and antiretroviral therapy service disruptions in the context of COVID-19: lessons learned and way forward in sub-Saharan Africa. CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Section 4 - HIV Peer Case Management

Berg RC, Page S, Øgård-Repål A (2021). The effectiveness of peer-support for people living with HIV: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE* 16(6)

Bismark Sarfo, Naa Ashiley Vanderpuye, Abigail Addison, and Peter Nyasulu. (2017). HIV case management support service is associated with improved CD4 counts of patients receiving care at the antiretroviral clinic of Pantang Hospital, Ghana. *AIDS Research and Treatment* 2017(2):1-7

Brennan-Ing M, Seidel L, Rodgers L, Ernst J, Wirth D, Tietz D, et al. (2016). The impact of comprehensive case management on HIV client outcomes. *PLoS ONE* 11(2): e0148865.

Carvalho A et al. (2012). Strengths-based case management: a manual for HIV-positive women working as peer case managers. Retrieved 7 December 2021 from <http://sgdwebsites.com/clients/wHealth/wp-content/uploads/2013/09/wHEALTH-Manual-FINAL.pdf>

NAPWA (2020). Australian HIV peer support standards. Retrieved 21 August 2021 from <https://napwha.org.au/wp-content/uploads/2020/04/NAPWHA-Australian-Peer-Support-Standards.pdf>

Rapid Response Service. Case management and patient navigation models for people living with or at risk of HIV. Toronto, ON: The Ontario HIV Treatment Network; December 2020.

Section 5 - HIV Testing

Huang X et al. (2018). Evaluation of blood-based antibody rapid testing for HIV early therapy: a metaanalysis of the evidence. *Front. Immunol.* 9:1458

Martin F. et al. (2020). “Vital”: HIV counselling and testing staff’s views of addressing mental health with HIV in Uganda. *BMC Health Services Research* 20:1027

Wekesa E. (2019). HIV testing experiences in Nairobi slums: the good, the bad and the ugly. *BMC Public Health* 19:1600

World Health Organization. (2021). Consolidated guidelines on HIV prevention, testing, treatment, service delivery and monitoring: recommendations for a public health approach. CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Section 6 - Support at the Time of HIV Diagnosis

Arias-Colmenero T et al. (2019). experiences and attitudes of people with HIV/AIDS: a systematic review of qualitative studies. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 17(639):2-14

Katz IT. et al. (2019). Understanding the role of resilience resources, antiretroviral therapy initiation, and HIV-1 RNA suppression among people living with HIV in South Africa: a prospective cohort study. *AIDS*. 33(Suppl 1): S71–S79

World Health Organization. (2017). Serving the needs of key populations: Case examples of innovation and good practice on HIV prevention, diagnosis, treatment and care. Retrieved 28 November 2021 from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/255610>

Wringe A et al. (2017). HIV testing experiences and their implications for patient engagement with HIV care and treatment on the eve of ‘test and treat’: findings from a multicountry qualitative study. *Sex Transm Infect* doi:10.1136/sextrans-2016-052969

Section 7 - Successful Linkage to Ongoing HIV Care

Boeke EC et al. (2018). Assessing linkage to and retention in care among HIV patients in Uganda and identifying opportunities for health systems strengthening: a descriptive study. *BMC Infectious Diseases* (2018) 18:138

Carter MW et al. (2016). Linkage and referral to HIV and other medical and social services: a focused literature review for sexually transmitted disease prevention and control programs. *Sex Transm Dis* 43(2 Suppl 1): S76–S82

Grimsrud A. et al (2020). Understanding engagement in HIV programmes: how health services can adapt to ensure no one is left behind. *Current HIV/AIDS Reports* 17:458–466

Harklerode R et al. (2020). Characterizing a leak in the HIV care cascade: assessing linkage between hiv testing and care in Tanzania. *Front. Public Health* 7:406

Horter S et al (2017). “Life is so easy on ART, once you accept it”: Acceptance, denial and linkage to HIV care in Shiselweni, Swaziland. *Social Science & Medicine* 176 52e59

Layer E. et al. (2014). Multi-level factors affecting entry into and engagement in the HIV continuum of care in Iringa, Tanzania. *PLoS ONE* 9(8): e104961

Magnolini R et al. (2021). “Linkage to care” among people living with HIV – definition in the era of “universal test and treat” in a sub-Saharan African setting. *Swiss Med Wkly* 151:w20535

Sharma M. (2015). Systematic review and meta-analysis of community and facility-based HIV testing to address linkage to care gaps in sub-Saharan Africa. *Nature* 528, S77-S85

World Health Organization. Chapter 3: Service Integration, Linkages and Triage, in *Operations Manual for Staff at Primary Health Care Centres*. Retrieved 13 December 2021 from https://www.who.int/hiv/pub/imai/om_3_service_integration

Section 8 - Preventing HIV Transmission

Clayton M. et al. (2014). HIV and human rights: good practice guide. Retrieved 23 November 2021 from https://frontlineaids.org/wp-content/uploads/old_site/Alliance_GPG-HIV_and_human_rights_original.pdf

Cohen MS et al. (2016). Antiretroviral therapy for the prevention of HIV-1 transmission. *N Engl J Med* 375(9): 830–839

Dave S, Peter T, Fogarty C, Karatzas N, Belinsky N, Pant Pai N (2019). Which community-based HIV initiatives are effective in achieving UNAIDS 90-90-90 targets? A systematic review and meta-analysis of evidence (2007-2018). *PLoS ONE* 14(7):1-18

Exavery A. (2012). Role of condom negotiation on condom use among women of reproductive age in three districts in Tanzania. *BMC Public Health* 12:1097

Kegeles MS. (2015). Facilitators and barriers to effective scale-up of an evidence-based multilevel HIV prevention intervention. *Implementation Science* 10:50

Meehan SA. (2017). A practical guide to implementing community-based HIV-prevention services. Retrieved 6 December 2021, from <https://reliefweb.int/report/south-africa/practical-guide-implementing-community-based-hiv-prevention-services-experiences>

Rodger A. et al. (2016). Sexual activity without condoms and risk of HIV transmission in serodifferent couples when the HIV-positive partner is using suppressive antiretroviral therapy. *JAMA* 316(2):171-181.

UNAIDS. (2016). Prevention Gap Report. Retrieved 6 December 2021, from <https://www.unaids.org/en/resources/documents/2016/prevention-gap>

World Health Organization. (2021). Updated recommendations on HIV prevention, infant diagnosis, antiretroviral initiation and monitoring. CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Section 9 - HIV and Pregnancy

Avert. (2020). Prevention of mother-to-child transmission (PMTCT) of HIV. Retrieved 29 January 2022 from <https://www.avert.org/professionals/hiv-programming/prevention/prevention-mother-child>

Kisigo GA. et al. (2020). “At home, no one knows”: A qualitative study of retention challenges among women living with HIV in Tanzania. *PLoS ONE* 15(8): e0238232.

Raifman J. (2014). Preventing unintended pregnancy and HIV transmission: effects of the HIV treatment cascade on contraceptive use and choice in rural KwaZulu-Natal. *J Acquir Immune Defic Syndr* 67:S218–S227

World Health Organization. (2017). Consolidated guideline on sexual and reproductive health and rights of women living with HIV. CC BY-NC-SA 3.0 IGO

World Health Organization. (2019). Providing contraceptive services in the context of HIV treatment programmes. Implementation Tool. WHO/CDS/HIV/19.19

World Health Organization. (2021). Consolidated guidelines on HIV prevention, testing, treatment, service delivery and monitoring: recommendations for a public health approach. CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Section 10 - Counselling to Support PLHIV

B Owe-Larsson et al. (2009). HIV infection and psychiatric illness. *Afr J Psychiatry* 12:115-128

DC Khakha, B Kapoor, AM Nyamathi. (2017). A coping strategies intervention makes a difference on coping, social support and quality of life of people living with HIV/AIDS (PLWH). *Curr Res HIV CRHA-110*

Estrela+ (2021). Report on Loss To Follow Up in Timor-Leste (internal communication)

Estrela+ (2017). HIV stigma index report - Timor-Leste. Retrieved 30 November 2011 from https://timor-leste.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/HIV%20Stigma%20Index%20Report%20-%20TLS_English_0.pdf

Ferris France N, Macdonald SH-F, Conroy RR, Chiroro P, Ni Cheallaigh D, Nyamucheta M, et al. (2019) 'We are the change' - An innovative community-based response to address self-stigma: A pilot study focusing on people living with HIV in Zimbabwe. *PLoS ONE* 14(2)

Genberg BL et al. (2013). Stages of change for adherence to antiretroviral medications. *AIDS Patient Care and STDs* 27(10)

Gonzalez, JS et al. (2011). Depression and HIV/AIDS treatment nonadherence: a review and meta-analysis. *J Acquir Immune Defic Syndr* 58(2)

Joglekar NS. (2015). Counseling for HIV / AIDS. In book: *HIV/AIDS in India A Public Health Approach on Contemporary Trends* (pp.19) Chapter: 14

Liboro, RM et al. (2021). Protective factors that foster resilience to HIV/AIDS: insights and lived experiences of older gay, bisexual, and other men who have sex with men. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 18, 8548.

Magidson JF (2014). Implementing behavioural activation and life-steps for depression and HIV medication adherence in a community health center. *Cogn Behav Pract.* 21(4): 386–403

Moussa AB et al. (2021) Determinants and effects or consequences of internal HIV-related stigma among people living with HIV in Morocco. *BMC Public Health* 21:163

Nakimuli-Mpungu E. et al. (2021). Mental health interventions for persons living with HIV in low- and middle-income countries: a systematic review. *Journal of the International AIDS Society* 24(S2):e25722

Nasaba, R et al. (2018). Handbook on counselling and psychosocial care for children and adolescents living with and affected by HIV in Africa. Kampala, Uganda: The African Network for the Care of Children Affected by HIV/AIDS (ANECCA)

Newcomb ME et al. (2015). Description and demonstration of cognitive behavioural therapy to enhance antiretroviral therapy adherence and treat depression in HIV-infected adults. *Cogn Behav Pract* 1; 22(4): 430–438

Obermeyer CM et al. (2011). Facilitating HIV disclosure across diverse settings: a review. *Am. J. Public Health* 101(6):1011-23

Tagliaferri Rael C. (2017). Identifying strategies to cope with HIV-related stigma in a group of women living with HIV/AIDS in the Dominican Republic: A qualitative study. *AIDS Behav* 21(9): 2589–2599

World Health Organization. (2009). *HIV Counselling Handbook for the Asia-Pacific*. Retrieved 23 November 2021 from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/205268>

