

AfroReggae®

COLEÇÃO CONVERSAS #2

Deu Positivo, o que eu faço

RESPOSTAS

para algumas perguntas
que podem estar passando
pela sua cabeça.

A coleção **CONVERSAS** da Editora AfroReggae nasceu com o desejo de facilitar diálogos que muitas vezes podem parecer impossíveis. Conversar é entrar em mundos diferentes, é conhecer novas opiniões; é ceder nas suas próprias opiniões quando você percebe que o outro de fato pode ter razão. Nem sempre é fácil conversar, mas deixar de falar com o outro é congelar ideias, afetos e sentimentos. Não conversar pode até gerar medo e inseguranças. Conversar é conhecer o outro e se apresentar sem amarras.

Esta é uma Coleção que tem a perspectiva de ajudar no papo que faz tempo você quer ter e ainda não teve a coragem de puxar e a cada mês trataremos de um assunto diferente.

Se você tem algum assunto com o qual precisa de ajuda, mande um email para:

conversas@afroreggae.org

Deu Positivo, o que eu faço ?

SE VOCÊ DESCOBRIU RECENTEMENTE OU SABE QUE É HIV POSITIVO E NÃO SABE COM QUEM CONVERSAR, ESTE GUIA É PARA VOCÊ.

João tem 23 anos. Está cursando o ensino superior, é apaixonado pela namorada e é o artilheiro do time de futebol de salão da faculdade. Quando João machucou seu joelho e teve que recorrer a uma cirurgia, passou por uma bateria de exames e teve uma notícia devastadora: **seu teste de HIV deu positivo.**

Esta segunda edição da Coleção Conversas busca responder algumas das perguntas que podem estar passando na sua cabeça ao descobrir que tem AIDS. Ou mesmo na sua que pretende ajudar alguém próximo que descobriu ser HIV+. Um diagnóstico positivo não é um fim, mas muitas são as dúvidas que podem atrapalha-lo(a) a conviver com esta nova realidade. A AIDS não tem cura, mas isso não impede que você continue a viver sua vida.

Acabei de descobrir que tenho AIDS,

E AGORA?

A primeira coisa a se fazer é procurar o médico que pediu os exames. Existem muitos preconceitos e ideias erradas sobre o HIV e este profissional é a melhor pessoa para lhe orientar sobre os próximos passos.

Atualmente existem centros de referência sobre AIDS e HIV em todo o país. Não é preciso ter medo de buscar ajuda. A informação será sua maior aliada para descobrir como será seu tratamento – uma vez que ele varia de pessoa para pessoa.

Respire fundo e mantenha a calma.

A AIDS não tem cura, mas tem tratamento.

Pessoas com AIDS ainda podem sofrer discriminação, mas o mundo mudou muito desde a descoberta da doença. Agora você precisa aprender a conviver com esta realidade e continuar sua vida.

**SE VOCÊ ACHA QUE O MUNDO VAI ACABAR
POR CAUSA DISSO, NÃO VAI.**

EU NÃO QUERO QUE NINGUÉM SAIBA, e se o médico contar para alguém?

Todo e qualquer profissional de saúde que lida com casos de AIDS sabe que este é um momento muito difícil para você e nada deve ser feito contra sua vontade. O médico lhe dará orientações que caberá só a você decidir segui-las ou não.

Se você não se sente confortável falando com o médico da sua faculdade, comunidade ou vizinhança, procure um posto de saúde onde possa receber as informações necessárias e então encontre o melhor médico para seu tratamento.

A decisão de comunicar alguém sobre seu diagnóstico é completamente sua, mas lembre-se que neste momento o mais importante é procurar orientação.

Todo paciente com AIDS tem direito a atendimento humano, atencioso e respeitoso, por parte de todos os profissionais de saúde.

Mas eu vou Morrer?

Todos nós morreremos um dia (pelas mais diversas causas) e você pode até morrer de AIDS, mas hoje em dia é plenamente possível viver uma vida longa e plena sendo HIV+.

Seguindo o tratamento médico e tomando os cuidados necessários sua vida seguirá seu curso normal. Com o avanço das pesquisas médicas a AIDS deixou de ser uma sentença de morte, diferente de quando a doença ainda era pouco conhecida no início dos anos 80.

O PROGRAMA DE AIDS BRASILEIRO É REFERÊNCIA MUNDIAL. O BRASIL É UM DOS POUCOS PAÍSES NO MUNDO QUE DISTRIBUI GRATUITAMENTE O CONJUNTO DE REMÉDIOS PARA O TRATAMENTO DA AIDS.

**MAIS DO QUE NUNCA,
HOJE É POSSÍVEL VIVER COM AIDS.**

DEVO PARAR DE ESTUDAR?

De forma alguma!

Descobrir-se HIV+ não impede que realize nenhum dos seus sonhos. Estude, trabalhe, viaje. Sua vida está apenas começando.

É importante que você se mantenha confiante e positivo. Procure conhecer histórias de outras pessoas que vivem com AIDS e veja como muitos transformaram algo inicialmente assustador em histórias de superação - inclusive ajudando outras pessoas.

Sugestão de site: blogvidas.aids.gov.br

Ézio Távora Filho contraiu o vírus da AIDS aos 19 anos. Hoje aos 49, já terminou a faculdade, o mestrado e atualmente faz seu doutorado em Saúde Pública na Nova Zelândia.

Se quiser falar com ele: ezio@eziocon.net

Conto ou não conto para meus PAIS E MINHA FAMÍLIA?

Contar para seus pais é uma decisão completamente sua.

Com certeza eles podem ajudá-lo a tomar algumas decisões sobre seu tratamento, porém só você pode saber se **deve informa-los, como fazer isso e quando.**

IMPORTANTE:

"A solidão é uma longa e profunda conversa consigo mesmo",
E SE VOCÊ ESTÁ CONFUSO OU COM MEDO, FICAR SOZINHO NESTE MOMENTO NÃO É A MELHOR OPÇÃO.

Se você acha que eles não vão reagir bem com a notícia, ou mesmo te atrapalhar de alguma forma, procure alguma outra pessoa em quem você confia para lhe oferecer um ombro amigo. Se não se sentir confiante para compartilhar suas dúvidas e preocupações com sua família procure um grupo de apoio para pessoas com HIV ou converse com a gente.

Por que eu?

A AIDS NÃO ESCOLHE IDADE, SEXO OU ORIENTAÇÃO SEXUAL. QUALQUER PESSOA QUE FAZ SEXO SEM SEGURANÇA, COMPARTILHA SERINGAS DE DROGAS INJETÁVEIS OU PASSOU POR UMA TRANSFUSÃO DE SANGUE EM UM SERVIÇO DE SAÚDE PRECÁRIO PODE CONTRAIR O HIV.

QUANDO A DOENÇA FOI DESCOBERTA NOS ANOS 80 ELA FOI CHAMADA DE FORMA ERRADA DE “CÂNCER GAY”, MAS HOJE ESTÁ MAIS DO QUE COMPROVADO QUE QUALQUER PESSOA PODE CONTRAIR O VÍRUS DA AIDS .

Quer dizer que qualquer um pode ter me passado o vírus?

PODE TER SIDO COM A MARIA, A JOANA, A CLARISSE OU O RODRIGO. QUALQUER PESSOA COM QUEM VOCÊ TENHA TRANSADO SEM PROTEÇÃO OU COMPARTILHADO SERINGAS. NESTE MOMENTO O MENOS IMPORTANTE É SABER DE QUEM VOCÊ CONTRAIU A DOENÇA. SE ISSO É REALMENTE IMPORTANTE PARA VOCÊ, PROCURE ESTA PESSOA E ABRA O JOGO. ELA TAMBÉM PODE ESTAR INFECTADA E PRECISA SABER. LEMBRE-SE QUE NINGUÉM É CULPADO POR TER TE PASSADO O VÍRUS.

Então todo mundo vai achar que eu sou gay?

O PRECONCEITO CONTRA PESSOAS HIV+ AINDA É GRANDE E, COMO JÁ FOI DITO, MUITA GENTE PODE PENSAR SIM QUE VOCÊ É GAY SÓ PORQUE CONTRAIU O VÍRUS.

NÃO SE PREOCUPE COM O QUE OS OUTROS VÃO PENSAR, VOCÊ PRECISA SE CONCENTRAR AGORA EM ENCONTRAR UM MÉDICO DE CONFIANÇA E ADERIR AO TRATAMENTO. E ALÉM DO MAIS, QUAL O PROBLEMA EM SER GAY?

Mas em um ano de namoro eu só transei com outras duas pessoas sem ser a Maria,

COMO EU CONTO PARA ELA?

Não faz diferença com quantas pessoas você transou, para contrair a doença basta um único contato com o vírus. Não usar camisinha é sempre um perigo, mas se você e a Maria não se protegeram esta decisão foi dos dois. Sempre que duas pessoas fazem sexo sem proteção elas decidem juntas correr este risco.

Acima de tudo você deve pensar na saúde dela. Depois de procurar o tratamento médico para você é claro que você deve contar para ela, afinal ela também pode ter contraído o vírus e assim também precisará de acompanhamento.

*Esta conversa pode ser muito difícil,
mas é extremamente necessária.*

**É PRECISO QUE VOCÊ ABRA O JOGO COM ELA PARA QUE,
INDEPENDENTE DE VOCÊS PERMANECEREM JUNTOS, OS DOIS POSSAM
BUSCAR O TRATAMENTO ADEQUADO E SE CONSCIENTIZAR
SOBRE A NECESSIDADE DE PRATICAR SEXO SEGURO.
MESMO ENTRE CASAIS SOROPOSITIVOS É FUNDAMENTAL O USO DA CAMISINHA.**

Por conta disso eu posso ter problemas na faculdade ou no trabalho?

A AIDS NÃO SE MANIFESTA DE FORMA APARENTE, ASSIM NÃO ESTARÁ ESCRITO NA SUA TESTA: EU TENHO AIDS. AS PESSOAS SÓ SABERÃO SE VOCÊ CONTAR.

Se seus professores vierem a saber, eles mesmos deveriam ser os primeiros a falar com você sobre o assunto e garantir que você está bem informado e se tratando com seu médico. Caso eles descubram e passem a agir de forma discriminatória ou preconceituosa fale com a universidade e exija o respeito que você merece.

Empresas te contratarão pelo seu talento e pela qualidade do seu trabalho. Ninguém pode exigir um teste de AIDS para admiti-lo ou usar seu diagnóstico como motivo para demiti-lo. Bem orientado pelo seu médico e seguindo seu tratamento nada poderá te impedir de ser bem-sucedido na sua carreira. Confie no seu potencial.

No início da epidemia houve muito medo e preconceito, mas os tempos são outros.

AS PESSOAS VÃO SE AFASTAR DE MIM?

Seja como filho, primo, neto ou irmão, você deve falar sobre isso com pessoas em quem confia. Estes serão aqueles que, independente de seus próprios preconceitos e medos, terão condições de te oferecer todo o amor, carinho e afeto que você precisa neste momento.

Caso algum deles não reaja bem, respeite. Algumas pessoas sabem muito pouco sobre a doença ou possuem informações erradas que podem fazer com que elas fiquem ainda mais assustadas do que você. Elas podem fazer perguntas que mesmo você não sabe as respostas, por isso é tão importante que você procure seu médico de confiança o quanto antes.

A AIDS NÃO É TRANSMITIDA PELO SUOR, BEIJO, APERTO DE MÃO, ABRAÇO, SABONETE, TOALHA, TALHERES, COPOS, PICADA DE INSETO, ASSENTO DE ÔNIBUS, PISCINA, BANHEIROS, OU PELO AR.

NÃO HÁ MOTIVO ALGUM PARA ALGUÉM SE AFASTAR DE VOCÊ.

Se algum amigo faltar com o respeito ao saber que você é HIV+, ele claramente não se preocupa o bastante com você. Risque essa pessoa da sua agenda e cerque-se de pessoas que te respeitam e te amam de verdade.

SE EU TIVER MAIS DÚVIDAS EU POSSO PROCURAR VOCÊS ?

Claro que pode. É só mandar um email para **conversas@afroreggae.org** e a gente continua conversando.

Se quiser falar pessoalmente é só dizer que a gente se encontra. Nossa equipe está no Rio de Janeiro e em São Paulo, mas hoje em dia com a internet e a gente pode falar independente da distância. Estamos aqui para o que der e vier.

Mas então o que eu faço?
“Viva! E use camisinha”

Para continuar esta conversa:
conversas@afroreggae.org

SÉRIE CONVERSAS #2

“DEU POSITIVO, O QUE EU FAÇO?”

A segunda edição da Coleção Conversas é dedicada ao ativista **Ézio Távora** que a mais de 30 anos luta pelo seu bem estar e das pessoas que vivem com AIDS.

O **Grupo Cultural AfroReggae** é uma organização que luta pela transformação social e, através da cultura e da arte, desperta potencialidades artísticas que elevam a autoestima de jovens das camadas populares. Tem por missão promover a inclusão e a justiça social, utilizando a arte, a cultura afro-brasileira e a educação como ferramentas para a criação de pontes que unam as diferenças e sirvam como alicerces para a sustentabilidade e o exercício da cidadania.

Sede Rio de Janeiro
Rua da Lapa, nº 180 – Centro
Rio de Janeiro (RJ)
+55 21 3095.7200

Representação São Paulo
Rua João Brícola, nº 24
18º andar – Centro
São Paulo (SP)
+55 11 3249.1168

Contatos
www.afroreggae.org
facebook.com/afroreggaeoficial
twitter.com/AfroReggae

Coordenador Executivo
José Júnior

Coordenação Editorial
Marcelo Garcia

Conselho Editorial
Danilo Costa
Felipe Petik Pasqualotto
Luiz Adrien
Marcelo Garcia
Naira Pereira
Thales Santos

É permitida a reprodução dos conteúdos desta publicação, desde que citada a fonte.
Reproduções para fins comerciais são proibidas.



COLEÇÃO CONVERSAS #2

Deu Positivo, o que eu faço?

Respostas para algumas perguntas que podem estar passando pela sua cabeça.

Apoio
Institucional:

