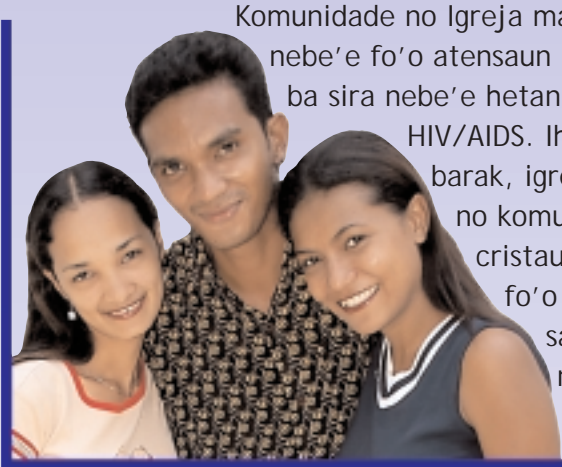


Saida maka ita no comunidade bele halo?



Komunidade no Igreja maka chave nebe'e fo'o atensaun no apoio ba sira nebe'e hetan tiha ona HIV/AIDS. Iha rai barak, igreja sira no comunidade cristaun sira fo'o atensaun saude nian, apoio spiritu-

al, no coragem atu ema bele modifika sira nia komportamento nebe'e prevene duni virus ne'e atu hada'et.

Bele apoio ema nebe'e maka hetan tiha ona infeksaun no afeta husi HIV/AIDS liu husi:

- * reza ba sira;
- * halakon estigma no diskriminasaun nebe'e akompanha HIV/AIDS, por ezemplo, kaer nafatin empregado nebe'e maka moris ho HIV atu bele kontinua sira nia servisu, no labarik nebe'e maka HIV-positivo bele kontinua ho sira nia edukasaun;
- * servisu hamutuk ho igreja atu hasa'e konsciencia no kompreensaun kona ba HIV/AIDS iha komunidade nia le'et.

Importante teb-tebes, comunidade iha konsciencia kona ba oinsa HIV/AIDS mosu no efeito nebe'e mosu husi nia. Nune'e maka sei halo ema apoio liu ho assaun atu hamate kondisaun nebe'e maka HIV haburas a'an, no dudu atu foti medidas atu hasai sira nia a'an husi risco nebe'e bele hasoru HIV.

HIV/AIDS iha Asia no Timor Leste

Estimasaun ema tokon 6.4 iha Asia hetan moras ne'e, ho tokon 3.5 iha India mesak deit. Iha Cambodia, Myanmar no Tailanda, liu 1% husi populaun hetan tiha ona HIV-positivo. China mos hasoru perigo kona ba epidemia ne'e tanba infeksaun hada'et liu husi relasaun seksual sira a'as liu no mos tanba ema barak hala'o viagem bebeik tanba desenvolvimento ekonomia nian.

HIV tama tiha ona Timor Leste. Ema balu mate tiha ona tanba AIDS. Infelizmente, pesquisa ikus liu hatudu katak moras ne'e komesa hada'et ona ba ema barak.

Preocupasaun bo'ot liu iha Timor Leste maka kontinuaun risco iha komportamento. Iha grupo mane sira nebe'e iha osan no dala barak do'ok husi sira nia familia, no visita ema nebe'e hala'o servisu seksual, akontese dala barak iha comunidade.

HIV/AIDS ho ita — ita maka escolha ka hili

Ita maka iha kbit atu hases a'an husi HIV/AIDS se ita hili moris ida seguru. Abstinensia ka lalika iha relasaun seksual maka metodo prevensaun efetivo liu. Ba ema klosan sira, ida ne'e maka dalan diak liu.

Ba ema kaben nain sira, entaun, fidelidade ka fiel ba ita nia kaben deit. Ne'e maka sei proteje ita husi HIV/AIDS.



Juventude no prevensaun HIV/AIDS



Saida maka ita bele halo atu ajuda ita nia comunidade



Saida maka HIV?

H = Human (Ema); I = Immunodeficiency (Lakon imunidade); V = Virus (Agente ida nebe'e halo moras). Virus nebe'e halakon ema nia imunidade.

Virus ida ne'e maka sei halo sai ba AIDS. Ema nebe'e maka hetan ona HIV bele continua ho aparensia no senti diak iha tinan barak nia laran molok desenvolve AIDS.

Saida maka AIDS?

A = Acquired (Hetan); I = Immune (Imunidade); D = Deficiency (Menus ka lakon); S = Syndrome (Sintomas no sinal oin-oin). Sintomas no sinal oin-oin nebe'e ema hetan, tanba lakon ninia imunidade.

"Acquired"—hetan virus nebe'e maka causa AIDS. La'os hanesan inus-ben ka influenza nebe'e hada'et liu husi kontakto bainbain. Ema bele deit hetan infeksiun bainhira nia halo buat ruma ka ema seluk halo buat ruma ba nia, nebe'e maka loke nia a'an ba HIV.

"Immunodeficiency"—ita nia isin nia imunidade nia kapacidade tun tanba virus ida ne'e ataka ita nia imunidade no halo ita nia resistensia tun atu luta contra infeksiun. AIDS la'os deit moras ida, maibe nia sintomas barak nebe'e halo ita nia isin nia imunidade frako, ne'ebe considera hanesan sindroma (ka sintomas no sinal oin-oin).

Oinsa maka HIV hada'et?

Ba ema ida atu hetan infeksiun, virus ne'e tenke tama iha isin ho kuantidade naton no nia tenke liu husi uat ka dalan ran nian.

Fofoun HIV hada'et liu husi relasaun seksual. Maibe nia bele hada'et husi: inan nebe'e iha tiha ona ba nia oan (liu husi plasenta, bainhira tur-ahi, no fo susu); daun ka siringa kontaminado; no de-vez-empuando liu husi kontakto ho kanek nebe'e ran.

Bele kontrola HIV/AIDS?

HIV/AIDS moras ida nebe'e bele prevene. Tuir komportamento seguro, HIV/AIDS sei bele hetan kontrola atu labele da'et. Maibe, to'o ohin loron seidauk iha kura.

Maske seidauk iha vasina ka kura, ema husi rai industrializado sira nebe'e maka moris ho HIV-positivo, ohin loron hetan asesu ba aimoruk nebe'e bele halo sira nia moris naruk tan no hadiak sira nia kualidade moris nian. Ai-moruk hirak ne'e folin karu teb-tebes no seidauk iha barak iha rai nebe'e kiak. Liu tan, ai-moruk seluk hanesan antibioticos, importante teb-tebes atu hala'o tratamento ba infeksiun sira no hare'e hotu ba moras nebe'e maka kona ba AIDS (ho naran "infeksiun oportunistas"). Ho hahan, be mo'os, sanitasaun diak, aimoruk no ambiente nebe'e maka apoia espiritualmente, ema moris ho AIDS bele hala'o sira nia moris productivo nafatin ba tinan barak.

Mito comun sira

Maske Profesional saude sira hatudu tiha ona katak HIV labele hada'et liu husi kontakto kasual, sei iha nafatin "mitos comuns" barak kona ba oinsa HIV hada'et. Fiar falso balu reclama katak bele hetan HIV husi:



- * han hamutuk ho ema nebe'e iha infeksiun
- * troka rupa ba malu ho ema nebe'e iha infeksiun
- * hakuak no rei ka beijo ema nebe'e iha infeksiun
- * uza sintina hanesan ho ema nebe'e iha infeksiun
- * insekto tata

Hanoin hirak ne'e la los! HIV la'os hada'et liu husi kontakto kasual. Mesmo entre familia sira nebe'e hala'o sira nia moris hamutuk ho ema HIV-positivo, seidauk iha caso HIV nebe'e hada'et husi relasaun nebe'e la'os seksual.

Oinsa maka hau bele proteje hau nia a'an?

Bele hadok a'an liu husi método A,B,C hanesan tuir mai ne'e:

A "Abstain" — (ka abstinensia) la hala'o relasaun seksual. Ida ne'e maka 100% seguru liu. Importante liu ba jovem no ema nebe'e maka seidauk kaben.

B "Be faithful" — katak fiel ba malu no iha relasaun seksual ho parseiro ida deit.

C "Condom" — alternativo atu labele hetan HIV. Tenke uza nafatin kondom ka preservativo iha kualker fatin, kualker tempo, no ho kualker ema.

Bainhira ita labele hala'o tuir "A" no "B", ita tenke tuir "C" hodi ba oin. Método prevensaun nebe'e maka seguru liu maka la hala'o relasaun seksual no fiel deit ba parseiro ida.

Método prevensaun nebe'e maka efetivo liu maka abstinensia no fidelidade—fiel ba parseiro ida.