



**Elizabeth Glaser
Pediatric AIDS Foundation**
Lutando por uma Geração Livre do SIDA



Desenhos CAYA:

Iniciando Conversas com e para Adolescentes e Jovens em torno da Educação para o Tratamento

Histórico:

Esses desenhos foram criados pela Comunidade de Conselheiros da Juventude Africana (CAYA), um grupo consultivo interno composto por jovens entre 15 e 29 anos que são beneficiários de serviços em 11 países da EGPAF. A EGPAF reconhece que a participação significativa dos jovens é essencial para o sucesso futuro de seus programas, especialmente aqueles que visam essa população. A CAYA é o resultado de engajamento colaborativo e iterativo entre equipes globais para criar uma parceria dinâmica com os jovens em todos os países com presença da EGPAF para alinhar melhor o investimento global com a missão da EGPAF.

Esses desenhos foram criados por equipes nacionais da CAYA, consistindo de 2 membros da CAYA, um ponto focal da CAYA, e um membro da equipe da EGPAF. Os desenhos foram desenvolvidos para e por jovens como um modo inovador de comunicar questões e desafios reais que os jovens enfrentam diariamente em diferentes contextos relacionados à educação para o tratamento.

Gostaríamos de agradecer ao Departamento de Assuntos Externos e Kelsey Brosnan pelo apoio na embalagem deste desenho. Além disso, agradecemos à plataforma AVERT por fornecer uma plataforma acessível e simples para os membros da CAYA colocarem suas idéias em produtos criativos e envolventes. Reconhecemos os direitos autorais da AVERT e atribuímos o desenvolvimento usando a plataforma integralmente à AVERT. Esses desenhos serão usados internamente para programas da EGPAF.

O programa AVERT está disponível em <https://comic.avert.org/node/add/comic>.

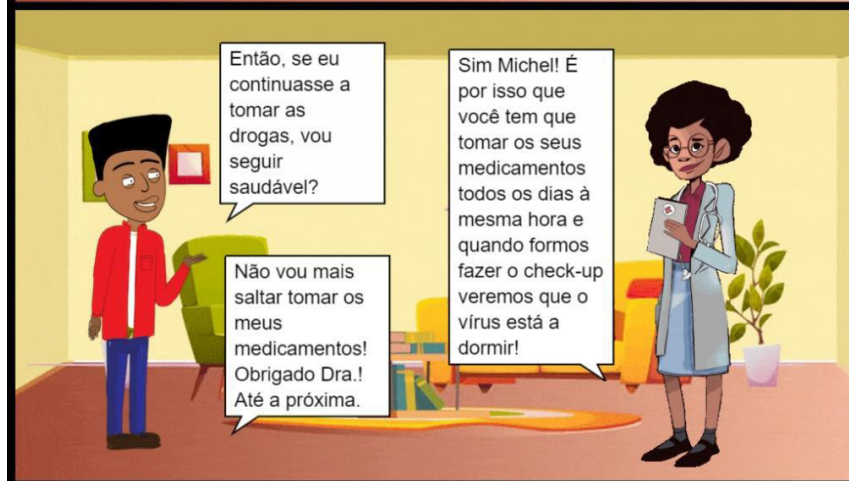
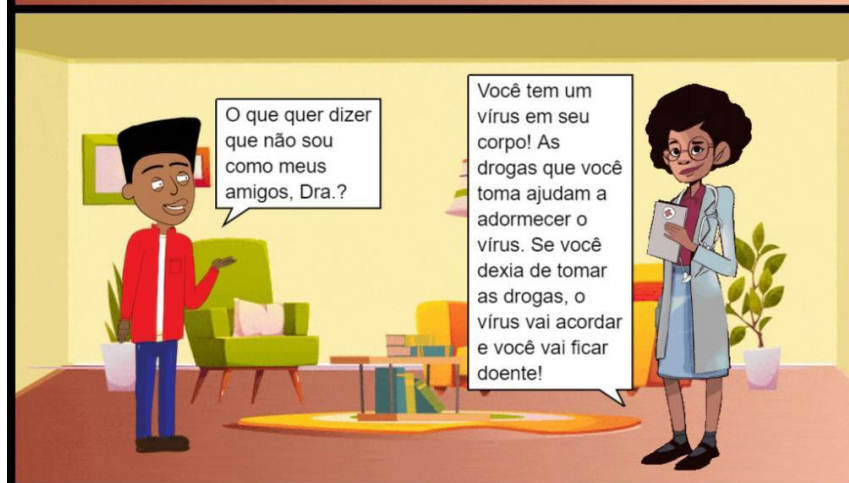
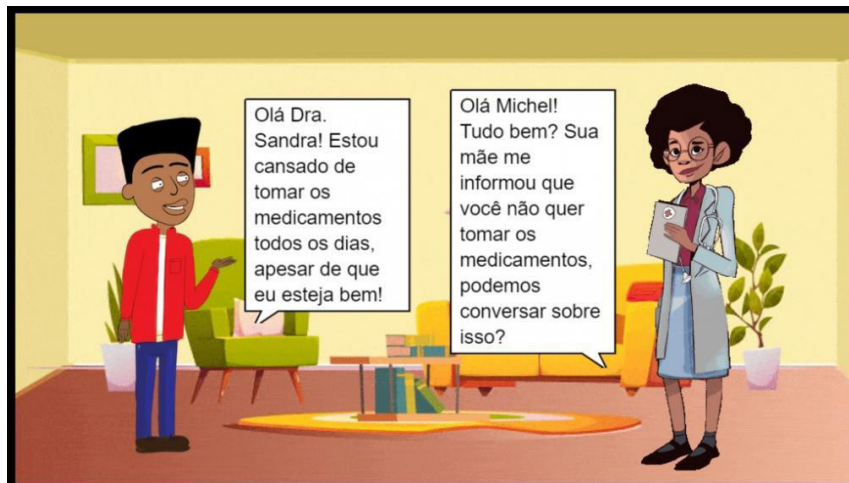
Muito obrigado a Mark Prunella-Miller pelo apoio na tradução desta ferramenta para o português.

Uso:

Os desenhos animados devem ser usados para discutir preocupações comuns, conceitos errôneos, desafios em torno da educação para o tratamento - TARV, adesão, carga viral, I = I. Eles podem ser usados em grupos de apoio, clubes de adesão, etc. Eles devem ser compartilhados - lidos (em voz alta, silenciosamente, em grupos), dramatizados - e discutidos usando os guias no verso de cada desenho facilitado pelos pares adolescentes ou facilitadores jovens para ter discussões abertas e honestas. Há também desenhos animados de desenhos selecionados para ser partilhados como um modo adicional de compartilhamento e discussão.

Gostaríamos de rastrear o uso dos desenhos e coletar feedback para poder melhorar as ferramentas - usando o formulário simples no final do pacote. Use clenz@pedaids.org para enviar comentários e usar os desenhos. Os membros nacionais da CAYA são outro grande recurso para obter informações e uma maneira de estar em contato conosco.

Isto está dedicado na memória de Leonarda Pastory, uma mulher dedicada, apaixonada, e exuberante, uma defensora, colega da EGPAF, e ponto focal da CAYA comprometida a nossos membros na Tanzânia. Ela era o epítome de uma campeã para construir, apoiar, e defender o engajamento significativo, participação, parceria, e liderança dos adolescentes e jovens infetados com e afetados pelo HIV.



A Iniciação da Divulgação

Prepare-se (para o facilitador): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitadas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para ler.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse Michel e ouvisse o que o Dr. estava a dizer?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - Existe uma solução apresentada? Caso contrário, discuta as possíveis soluções.
 - Esse cenário acontece muito? Por que sim ou por que não?
 - O que aprendemos sobre ser divulgado por um provedor? O que aprendemos sobre a aceitação do status sorológico de uma pessoa e a adesão? Isso é novo para nós?
 - Existe alguma coisa que esse cartoon ajude a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir - No futuro de Michel? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.



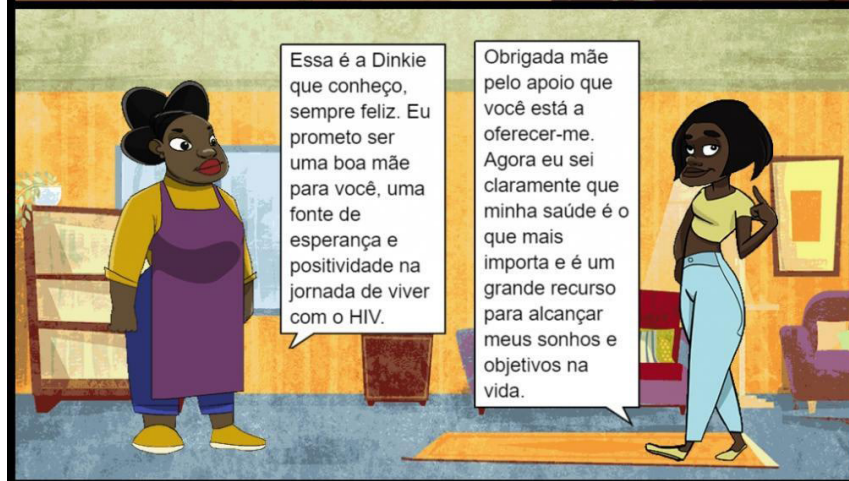
Mensagens-chaves de CAYA:

Os principais tópicos deste desenho são a revelação, a aceitação de uma seropositividade do HIV, e a compreensão do papel do tratamento em manter o Michel saudável. Pode ser difícil dizer a alguém com quem você está muito próximo e é normal sentir medo ou confusão. Existem pessoas a quem você pode recorrer se precisar de apoio, incluindo falar com um(a) conselheiro(a), profissional de saúde ou facilitador(a). É importante entender por que você está tomando remédios, o que eles fazem em seu corpo e quando / com que frequência deve tomá-los - e o que fazer se você se esquecer de tomá-los um dia.

Outro tópico importante neste desenho é que você pode viver uma vida perfeitamente normal com o HIV (casar, ter filhos, trabalhar, fazer exercícios). Milhões de pessoas estão a fazer isso agora. Viver com o HIV não deve limitar seus sonhos ou objetivos na vida. É possível fazer tudo o que você sonha fazer.

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA da RDC: Chadrack Mudikisi (Membro CAYA), Arsene Mulopo (Ponto Focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.

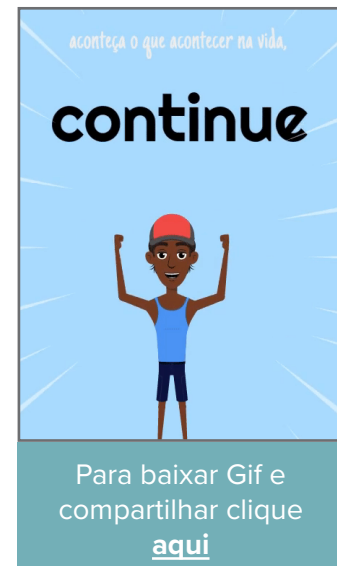


Você é um(a) vencedor(a)

Prepare-se (para o facilitador): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse Dinkie?
 - Qual/quais é(são) o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - Existe uma solução apresentada? Caso contrário, discuta as possíveis soluções.
 - Esse cenário acontece muito? Porque sim ou porque não?
 - O que aprendemos sobre a adesão e o apoio de um(a) cuidador(a) ou provedor(a) de saúde? Isso é novo para nós?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar? Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir - no futuro de Dinkie? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.



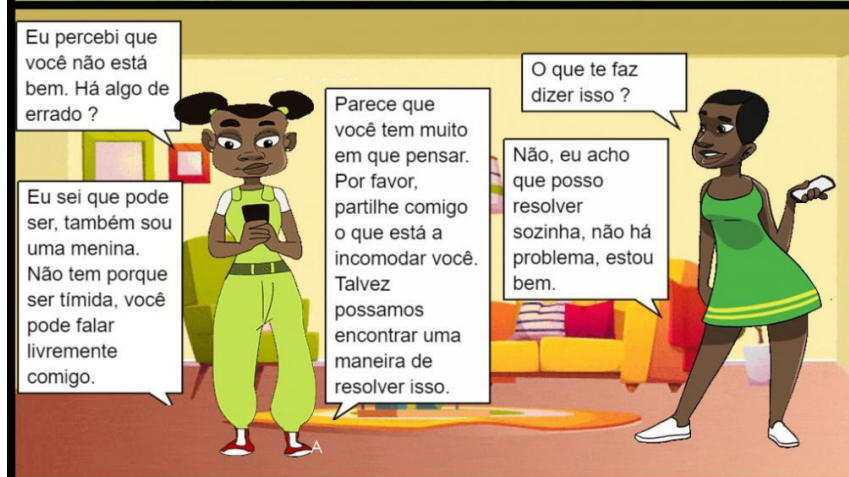
Mensagens Chaves de CAYA:

Os principais tópicos desse desenho são a fadiga do tratamento e o apoio de cuidadores e profissionais de saúde. Pode ser difícil tomar medicamentos todos os dias pelo resto da vida e é normal sentir-se cansado(a) ou frustrado(a) - mas há pessoas que podem ajudá-lo(a) a conversar sobre isso ou encontrar maneiras de facilitar, incluindo um(a) conselheiro(a) ou um(a) trabalhador(a) de assistência médica e cuidadores também. É importante perceber que tomar a medicação todos os dias permite fazer tudo o que você almeja na vida. Existem também inovações em andamento, como a TARV de longa duração, que é a TARV que as pessoas vivendo com o HIV recebem em intervalos de poucos meses, em vez de diariamente. I = I, também conhecido como Indetectável = Intransmissível, também é um movimento poderoso baseado na comunidade que incorpora o poder de alcançar a supressão viral e viver uma vida longa, saudável e sem estigma como um indivíduo HIV positivo - sem limites!

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA do Eswatini: Mthobisi Simelane (membro CAYA), Menzi Ginindza (ponto focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.

I=I [indetectável = intransmissível] significa que se alguém está a tomar os seus medicamentos diariamente e teve uma carga viral indetectável por pelo menos 6 meses (<200 cópias do vírus por ml de sangue), ele não tem risco de transmitir o HIV para seus parceiros sexuais HIV-negativos. Praticar com segurança o sexo, ainda é incentivado para a prevenção de IST e gravidez.



Amor e Relacionamentos

Prepare (para facilitadores): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse Julietie?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - Como termina o desenho? O que é que o educador de pares diz a Julietie?
 - Isso é discutido em nossa comunidade? Porque sim ou porque não?
 - O que aprendemos sobre estigma? Isso é novo para nós? Porque ou porque não?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às nossas vidas ou como podemos aplicar as lições em nossas vidas?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.

Mensagens Chaves de CAYA:

O tema principal deste desenho é o estigma. O estigma e a discriminação são práticas nocivas e prejudiciais que podem vir de desinformação ou estereótipos. Muitas vezes, quando as pessoas temem ou não percebem algo, elas têm uma atitude negativa em relação a isso. É importante lembrar que mesmo se você tiver o HIV, você pode viver uma vida plena e positiva e tem chances muito baixas de transmitir o vírus, uma vez que seja suprimido o vírus e quando se engaje em medidas preventivas - usar preservativos, permanecer aderente. Sempre há pessoas com quem você pode conversar ou grupos com os quais você pode se envolver - como este grupo de apoio -com qualquer desafio.

Autores:

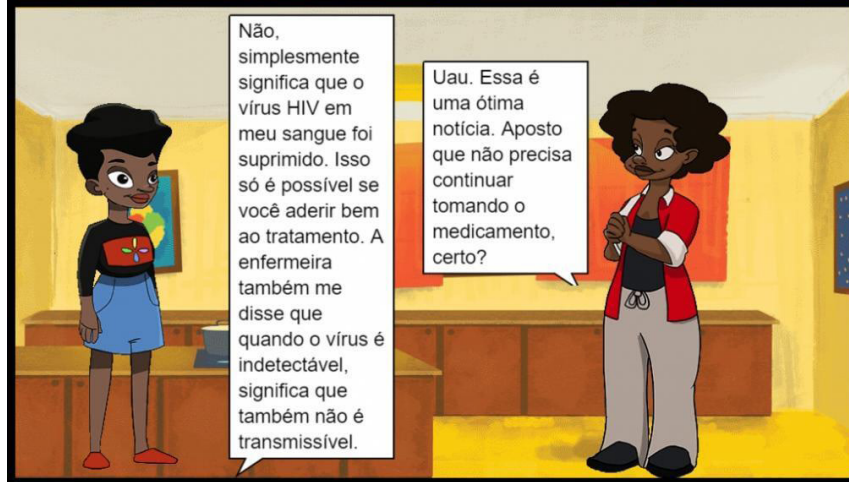
Este desenho foi criado pelos membros CAYA de Uganda: Ismail Harelimana (membro CAYA), Berna Asimwe Odetta (membro CAYA), Lawrence Mugumya (ponto focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.





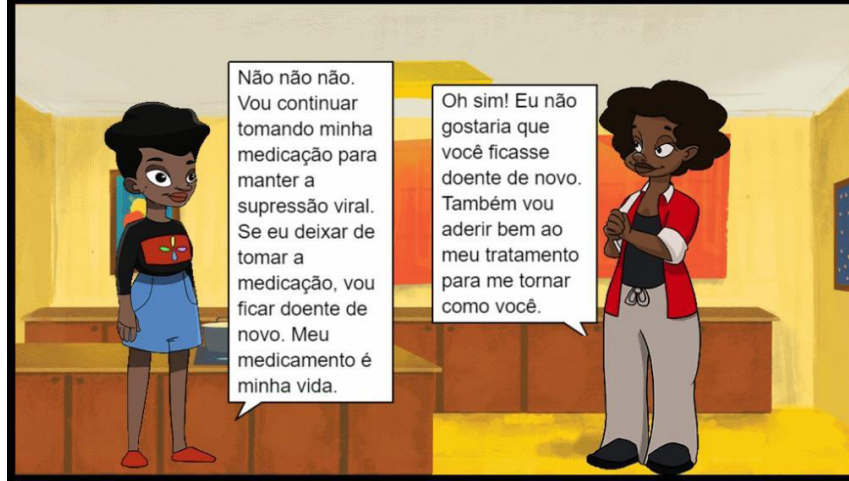
Voltei da clínica Nakani e a enfermeira me disse que minha carga viral é indetectável. Você não tem ideia de como estou exultante.

Oh meu Deus! Eu nunca ouvi falar disso. Isso significa que agora você é HIV negativa?



Não, simplesmente significa que o vírus HIV em meu sangue foi suprimido. Isso só é possível se você aderir bem ao tratamento. A enfermeira também me disse que quando o vírus é indetectável, significa que também não é transmissível.

Uau. Essa é uma ótima notícia. Aposto que não precisa continuar tomando o medicamento, certo?



Não não não. Vou continuar tomando minha medicação para manter a supressão viral. Se eu deixar de tomar a medicação, vou ficar doente de novo. Meu medicamento é minha vida.

Oh sim! Eu não gostaria que você ficasse doente de novo. Também vou aderir bem ao meu tratamento para me tornar como você.



Sim amiga, é possível. Lembre-se de que o poder de mudar está em suas mãos. Eu também irei ajudá-la se você precisar de algum suporte ou tiver dúvidas.

Ups! É hora da minha medicação, preciso correr para casa. Te vejo amanhã amiga - tchau!

Suprimir o vírus

Prepare (para facilitadores): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse a jovem? Como você se sentiria se fosse Nakini?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - O que acontece no final do desenho?
 - Esta é uma conversa comum em nossas comunidades?
 - O que aprendemos sobre a supressão da carga viral?
 - O que aprendemos sobre a adesão, mesmo após a supressão viral?
 - Isso é novo para nós? Porque sim ou porque não?
 - Como isso se aplica às nossas vidas?
 - O que você acha que acontece com Nakini e a outra jovem?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.

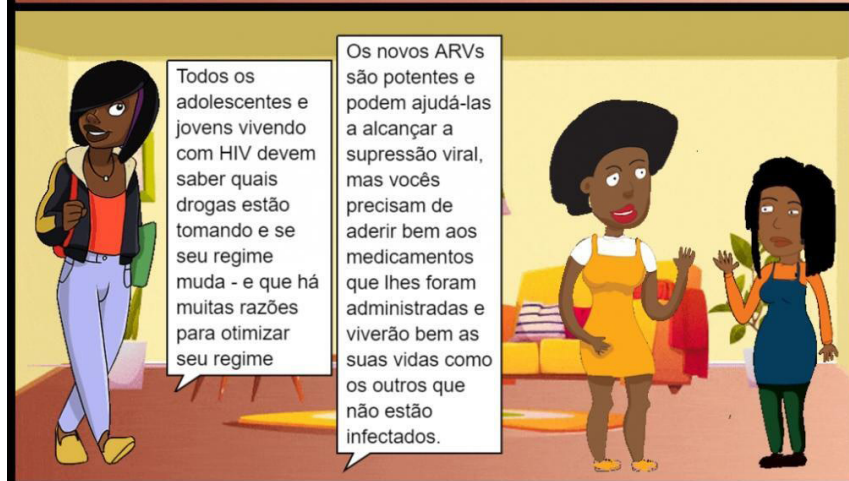
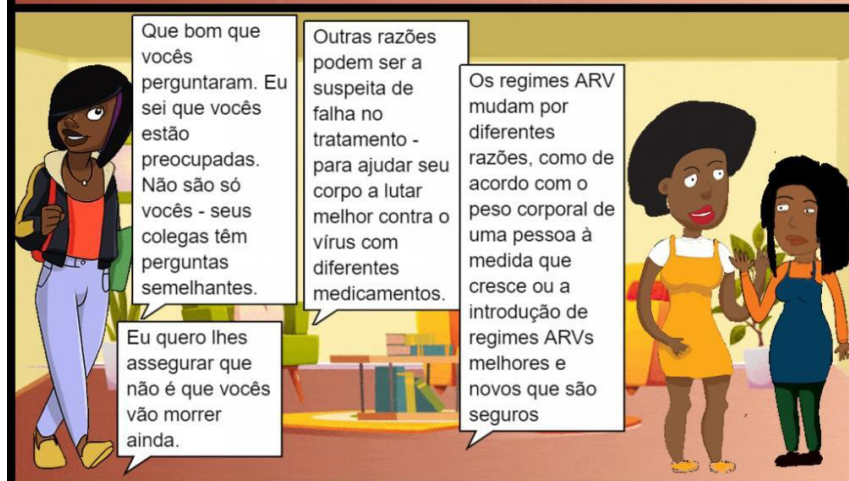
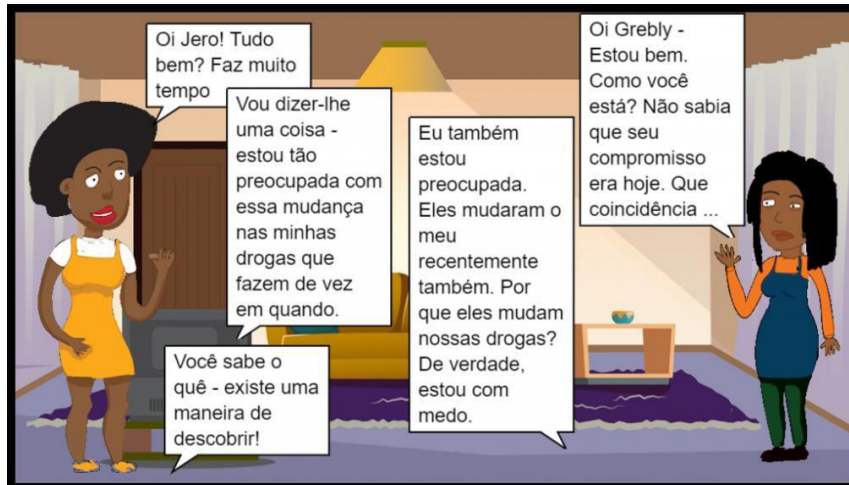


Mensagens chaves de CAYA:

Os principais tópicos deste desenho são entender a aderência e a supressão da carga viral. Tomar medicamentos todos os dias ao mesmo tempo ajuda a diminuir a contagem de vírus em nosso corpo e nos faz sentir mais fortes e saudáveis. Mas mesmo quando atingimos a supressão da carga viral - o que significa menos vírus em nosso sangue - ainda precisamos continuar a tomar nossa medicação para garantir que continue assim. Temos o poder de assumir a responsabilidade por nossa própria saúde de diferentes maneiras, e tomar nossa medicação e estender a mão quando não entendemos algo ou precisamos de ajuda são algumas dessas maneiras.

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA de Eswatini: Temahlungwane Mkhonta (membro CAYA), Menzi Ginindza (ponto focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.

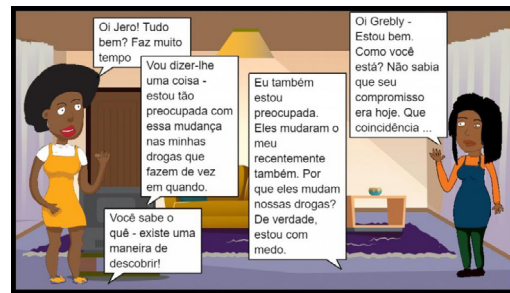


Otimização do tratamento

Preparação (para facilitadores): Leia o desenho - você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse Grebly? Como você se sentiria se fosse Jero?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - O que acontece no final da história? O que é explicado e como?
 - Você testemunhou essa preocupação em sua comunidade?
 - O que aprendemos sobre o medo de mudar de regime? Isso é novo para nós? Porque ou porque não?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - Como você acha que Grebly e Jero se sentem no final? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.



Mensagens Chaves de CAYA:

Os tópicos principais deste desenho animado são o medo e a incompreensão sobre a mudança dos regimes de tratamento. Todos os adolescentes e jovens vivendo com o HIV devem saber que medicamento tomam e se mudarem, devem ser informado(a)s do motivo. Além disso se não estão informado(a)s do motivo, devem se sentir confortáveis em perguntar porquê. Existem diferentes razões para otimizar um regime que podem ser apenas tratamentos melhores para ajudá-lo(a) a alcançar e manter a supressão viral e não têm nada a ver com uma pior perspectiva de saúde. Conhecimento é poder - então, se você não percebe ou alguém não o explicou, pergunte!

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA de Uganda: Ismail Harelimana (membro CAYA), Berna Asimwe Odetta (membro CAYA), Lawrence Mugumya (ponto focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.



Eu respeito o tempo de tratamento

Prepare (para facilitadores): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitadas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse Marco? Como você se sentiria se fosse Newton?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - O que acontece no final da história? Quais sugestões são partilhadas?
 - O que aprendemos sobre o medo e o HIV? Isso é novo para nós? Porque ou porque não?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar? Você aprendeu alguma coisa?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir - para Marco e Newton? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.

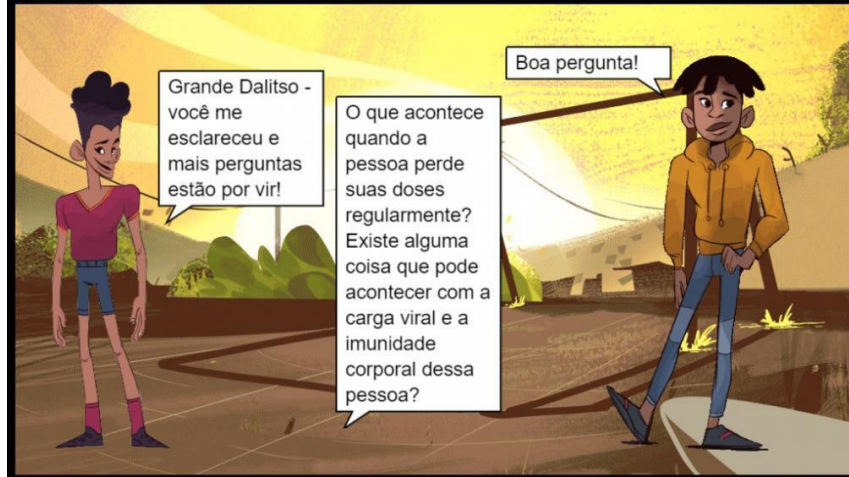
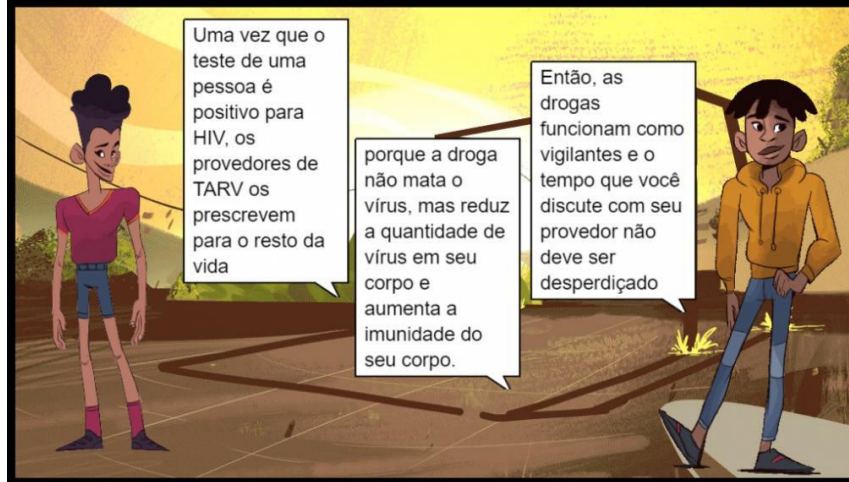
Mensagens chaves de CAYA:

Os tópicos principais deste desenho são a adesão e o estigma sobre o HIV. Você não pode saber que alguém tem o HIV só olhando para eles. As pessoas discriminam quando temem ou não entendem algo. É importante lembrar que você não precisa partilhar seu status com ninguém com quem não se sinta confortável ou não confie nessas informações. É útil falar sobre as maneiras pelas quais seus colegas descobriram que funciona, como em torno da adesão. Encontrar uma dica ou lembrete pode ser uma ótima maneira de permanecer consistente, mas seus colegas são ótimas fontes de apoio e sugestões!

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA do Costa do Marfim: Ateke Arnaud (membro CAYA), Miessan Ohoman Etiennette (ponto focal CAYA) usando a plataforma Avert.





Como o tratamento funciona no corpo

Prepare-se (para facilitadores): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

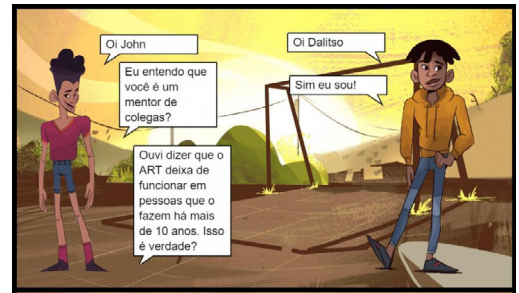
1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse John? Como você se sentiria se fosse Dalitso?
 - O que está sendo discutido?
 - Quais informações são apresentadas?
 - Você já ouviu algum equívoco como esse em sua comunidade?
 - O que aprendemos sobre o estigma em torno do mau comportamento associado ao HIV? Isso é novo para nós? Porque ou porque não?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir para Dalitso? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.

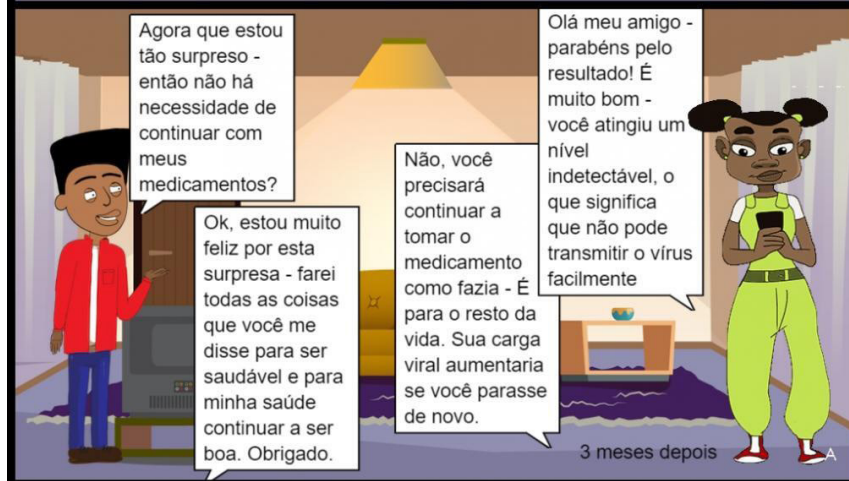
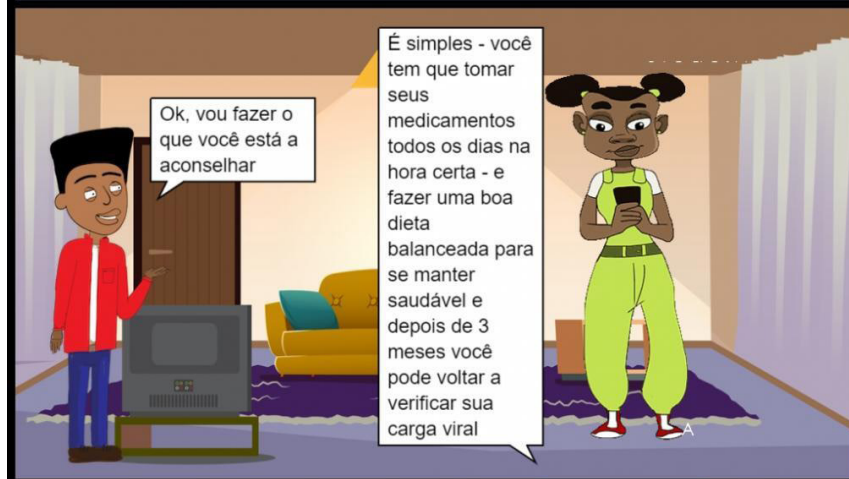
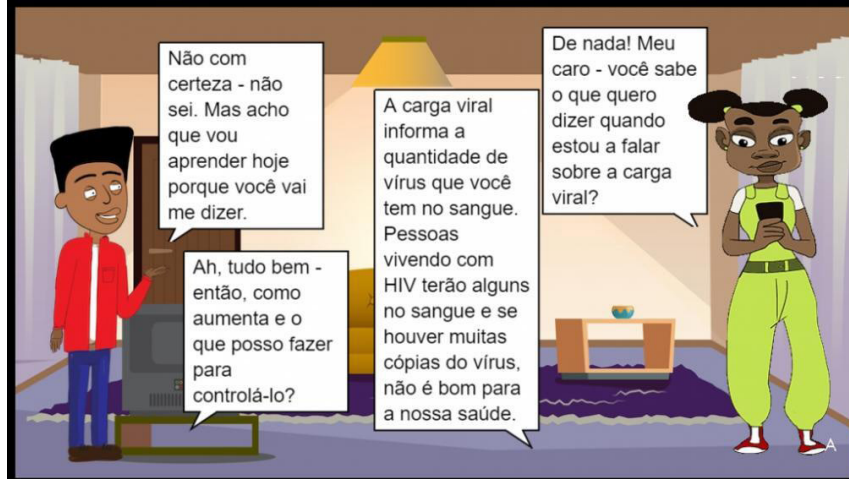
Mensagens chaves de CAYA:

Os tópicos principais deste desenho são entender os que são os TARVs e como eles atuam no corpo. É importante entender como e por que tomar TARVs e o que eles fazem em seu corpo, como lutar contra o vírus e reduzir sua carga viral. Também é importante saber o que fazer nos casos em que se esquecer, esgotar ou não puder tomar uma dose. Colegas, cuidadores e provedores podem ser ótimas fontes de informação e apoio. Eles podem ajudar a responder a perguntas e apoiá-lo(a) na tomada da medicação todos os dias para que você possa ter a boa saúde e realizar os sonhos que almeja.

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA do Malawi: Gilbert Mitti (membro CAYA), Vanessa Mpakati (membro CAYA), Vincent Nyapigoti (ponto focal CAYA) usando a plataforma Avert.





Compreender a carga viral

Prepare-se (para facilitadores): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria se fosse o Frank?
 - Qual/quais é/são o(s) desafio(s) sendo discutido(s)?
 - O que acontece no final da história?
 - O que Frank aprende no final? Porque é importante isso?
 - O que aprendemos sobre como entender a carga viral - isso é novo para nós? Porque sim ou por quão?
 - Há mais alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir - para o Frank? Porquê?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.

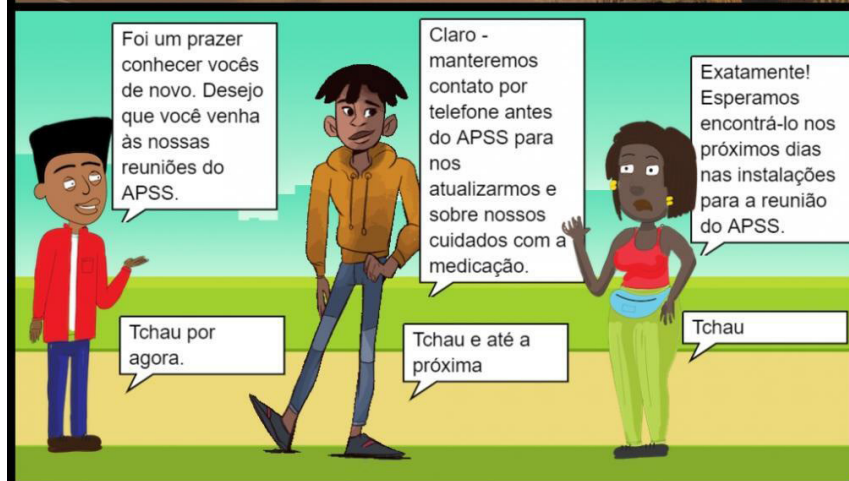
Mensagens chaves de CAYA:

Os tópicos principais deste desenho são a carga viral e a compreensão da supressão. A carga viral pode ser um tópico intimidante e complicado de entender, se discutido apenas em termos clínicos. É importante falar sobre a adesão e a carga viral em termos simples para os jovens. Não tem problema se não percebermos no início, existem muitas pessoas que podem nos ajudar a perceber! Tomar a medicação todos os dias pode ajudar a diminuir a quantidade de vírus em seu corpo, permitindo que você se sinta saudável. No entanto, para se manter saudável, você precisa de se comprometer a tomar seus medicamentos todos os dias. Compreender e promover I = I [indetectável = intransmissível] também é uma ferramenta poderosa para alcançar a supressão viral e viver uma vida longa, saudável e sem estigma com o HIV. Além disso, alcançar a supressão viral e I = I permite que você também mantenha outras pessoas saudáveis ao prevenir a transmissão sexual do HIV.

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros do CAYA da Tanzânia: Lulu Emmanuel (membro do CAYA), Leonarda Pastory (ponto focal do CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.





Autocuidado entre pares

Prepare-se (para facilitador): Leia o desenho você mesmo(a). Pense nas perguntas e respostas. Considere onde esta conversa ajudaria a aumentar a conscientização, encorajar mais pensamentos sobre atitudes, dissipar a desinformação e ajudar a apoiar adolescentes e jovens vivendo com o HIV em sua comunidade. Seja criativo(a) para ter conversas reais e abertas que também sejam respeitosas e seguras.

Orientação para a Facilitação:

1. Apresente-se e a atividade de desenho.
2. Ajude a partilhar o desenho animado. Você pode lê-lo, dramatizá-lo ou distribuí-lo para leitura.
3. Comece uma discussão. Faça perguntas abertas:
 - Quem são os personagens principais?
 - O que é que o desenho está a discutir?
 - Como você se sentiria participando dessa conversa?
 - Quais são os itens que estão sendo discutidos?
 - Quais são os objetivos que estão sendo discutidos?
 - Esse cenário acontece muito? Porque ou porque não?
 - O que aprendemos sobre como discutir seus objetivos de tratamento com os colegas? Isso é novo para nós? Porque ou porque não?
 - Existe alguma coisa que esse desenho ajuda a nos mostrar?
 - Como isso pode se aplicar às suas vidas?
 - O que você acha que vai acontecer a seguir - No futuro dos três amigos? Porque?
4. Partilhe as mensagens chaves de CAYA, concentre-se nas coisas ainda não identificadas na discussão. (abaixo)
5. Agradeça seus participantes / grupo por participar hoje. Convide-os a dar feedback sobre a nova atividade (anote no formulário ao final desta ferramenta). Pergunte se eles gostariam de discutir outro desenho ou tópico em breve.
6. Anote o número de participantes. Marque seu sexo e idade usando o formulário simples no final da ferramenta.



Mensagens-chaves de CAYA:

Os principais tópicos desse desenho são a adesão e a definição de metas de tratamento para atingir e manter a supressão viral. Pode ser útil partilhar como você se sente em relação ao seu cronograma de adesão ou quaisquer desafios que possa enfrentar com seu tratamento. Também pode ser benéfico partilhar seus objetivos com seus colegas em seus grupos de APS - para motivar uns aos outros. Frequentar o APS nas instalações ou na comunidade é uma boa maneira de ver que você não está sozinho(a) em sua jornada como jovem vivendo com o HIV. É um lugar seguro para partilhar e aprender.

Autores:

Este desenho foi criado pelos membros CAYA do Quênia: Joshua Ochieng (Membro CAYA), Saline Awuor Mboya (Membro CAYA), Job Akuno (Ponto Focal CAYA, EGPAF) usando a plataforma Avert.

Lista de verificação de autocuidado

Cuidar de si mesmo(a) e priorizar sua saúde e bem-estar - o que inclui sua saúde física, emocional, mental e espiritual - é importante para apoiar uma maneira positiva de viver. Existem algumas coisas que você pode fazer para ajudá-lo(a) a manter uma perspectiva positiva.

É normal sentir-se estressado(a), ansioso(a) e solitário(a) às vezes - a vida pode ser opressora e pode haver muito com que lidar. O autocuidado pode ajudá-lo(a) a enfrentar. Mas se precisar de ajuda, peça! - há sempre outras pessoas - colegas, cuidadores, família, professores, provedores - para ajudar se você estiver passando por um momento difícil.

Aqui tem algumas coisas que você pode fazer

Faça algo que o(a) deixe feliz ou que você goste de fazer todos os dias

Mantenha seu corpo forte

- Durma o suficiente
- Faça uma dieta bem
- Faça exercícios
- Tome seu medicamento, conforme prescrito

Mantenha sua mente forte

- Reflita sobre seus sentimentos e emoções
- Conecte-se com amigo(a)s e família
- Controle o estresse - medite, ouça música, converse com amigo(a)s / parceiro(a)s, faça arte, cozinhe
- Reconheça seu valor (você vale a pena!)

Peça ajuda quando precisar (identifique um sistema de apoio e diga a eles quando precisar do apoio deles)



O autocuidado significa investir intencionalmente em si mesmo(a) para ajudar a apoiar um crescimento, um desenvolvimento e um futuro brilhante à frente!

Formulário de feedback

Nome da pessoa que preencheu o formulário: _____

Cargo / função: _____

Nome do estabelecimento: _____ Data: _____

Em que país você está?				
Em que cenário foram usados os desenhos? (exemplo - grupo de apoio a adolescentes)				
Quantos adolescentes ou jovens discutiram o desenho?	<i>Sexo</i>	<i>10-14 anos</i>	<i>15-19 anos</i>	<i>20-24 anos</i>
	Homens			
	Mulheres			
Quais desenhos foram discutidos? (destaque / circule / marque os usados)	<input type="checkbox"/> A Iniciação da divulgação <input type="checkbox"/> Você é um(a) vencedor(a) <input type="checkbox"/> Amor e relacionamentos <input type="checkbox"/> Suprimir o vírus <input type="checkbox"/> Otimização do tratamento <input type="checkbox"/> Eu respeito o tempo de tratamento <input type="checkbox"/> Como o tratamento funciona no corpo <input type="checkbox"/> Compreendera carga viral <input type="checkbox"/> Autocuidado entre pares			
Qual foi a reação do grupo ao(s) desenho(s) e as questões para discussão?				
Eles gostaram do desenho e da discussão? Eles acharam útil isso?				
Houve alguma contribuição / ideia sobre como melhorar a ferramenta?				

*** Quando concluído - envie uma cópia ou digitalize uma cópia para clenz@pedaids.org**

Outros recursos se você quiser explorar um pouco mais!

- [Perguntas e respostas sobre SARS-CoV-2 e COVID-19 com adolescentes e jovens vivendo com HIV e o Comitê de Jovens Conselheiros Africanos](#)
- [Kit de Ferramentas para Revelação do Estado de HIV às Populações Pediátrica e Adolescente](#)
- [Lidere o Caminho para uma Geração Z Livre do SIDA](#)

Contato

Cosima Lenz clenz@pedaids.org

Brian White bwhite@pedaids.org

ELIZABETH GLASER PEDIATRIC AIDS FOUNDATION (EGPAF)

1140 Connecticut Avenue NW, Suite 200
Washington, DC 20036

P +1 202 296 9165

F +1 202 296 9185

WWW.PEDAIDS.ORG
