

## Histórias de sucessos

Comunicar ou falar sobre sexo não é sempre fácil. Pensando sobre as mudanças e como lidar com o HIV e as exigências do sexo seguro pode parecer difícil de contemplar. Contudo, pequenas mudanças podem ser feitas de forma gradual e continuar a fazer a diferença. Mesmo que se sinta esmagada hoje, amanhã você se sentirá mais firme.

*'Podes fazer mudanças. Nunca pensei que eu poderia perguntar. Já comecei a dizer coisas como eu adoro quando tu me tocas lá'*  
Mulher HIV positiva

*'Nas minhas apresentações, as pessoas ouvem-me falar da minha carta favorita enviada depois duma apresentação na qual revelo como tornei-me seropositiva. "Cara Jane Fowler", escreveu uma menina escolar de 12 anos, "Gee, com toda certeza nunca soube que uma mulher acima dos 50 pudesse fazer sexo"'*

Jane Pecinovsky Fowler, 63 anos de idade, HIV positiva, EUA



Lynde e Prudence



*'Descobrir como maravilhoso era fazer sexo com uma mulher – foi a melhor coisa que me aconteceu há muito tempo'.*

Mulher HIV positiva, Austrália

*'Aprendi, através de muita leitura de alguns livros sobre as mulheres como sendo muito peremptórias. Acredito em mim mesma mais agora. É sou um pouco mais confiante. Estou a começar a aprender a ser enérgica e a safar-me. É muito bom'.*

Mulher HIV positiva

*'Na minha cultura, é proibido falar de sexo. E fiquei com medo de ser rejeitada se dissesse ao meu marido que era seropositiva. Levou muito tempo até que contasse. Ainda não falamos de sexo embora neste momento utilizamos preservativos'.*

Mulher HIV positiva, Tailândia

*Ser diagnosticada com o HIV, fez-me ser mais engenhosa, mais habilidosa. Prefiro os jogos de amor agora – namoriscar, beijar, roçar'.*

Ale, diagnosticada em 1998, Argentina



# Dor e perda



# 9

Perder alguém que amamos ou gostamos é muito doloroso. Ser HIV positivo significa que estamos frente a frente com a nossa própria mortalidade. Todos passamos por várias experiências emocionais, pensamentos e comportamentos quando alguém morre. Não há forma correcta de chorar – varia de pessoa para pessoa, de cultura para cultura e mesmo de uma comunidade para outra.

*'Não há um conjunto de formas de chorar. Ainda pesa-me e penso que será sempre assim. Quando alguém diz-me que passa com o tempo, mando passear. Não passa, será sempre diferente porque John nunca mais voltará'.*

Mulher HIV positiva, Austrália



Lembramos as mulheres que nós perdemos

*'Assusta-me a ideia de ficar doente neste momento. Não é o medo de morrer, é o processo de morrer. Não estou a ver bem as coisas. Estou a pensar fazer um testamento neste momento. Penso também quem será o executor. Está ficando cada vez mais difícil para mim suportar a doença. É o medo de adoecer e morrer. O peso é maior'.*

Mulher HIV positiva

## Fazer um Testamento

Testamento é um documento escrito que diz claramente o que e que uma pessoa deseja que aconteça depois da sua morte. Fazer um testamento é fácil. Mas algumas pessoas acham que é difícil fazer ou acreditam que o testamento faz com que elas morram rapidamente. Os primeiros que se seguem foram desenvolvidos na Tanzânia em resposta ao número crescente de mulheres e crianças abandonadas. As vezes não havia um testamento válido e as propriedades, a terra, e o dinheiro iam sendo apoderados por membros de outras famílias.

O testamento tem de ser feito de acordo com a lei local, embora os princípios sejam semelhantes em qualquer parte. Um testamento pode:

- Assegurar que propriedades, a terra e outros bens passem para as pessoas que o declarante gostaria que as recebessem;
- Clarifica sobre quem fica a custódia das crianças, e se não houver parceiro indica outro protector;
- Especifica quem irá assegurar que o testamento seja aceite (gestores/depositários ou executores do testamento).
- Dar instruções sobre os preparativos para o funeral.

Para ser válido o testamento deve ser:

- Escrito com tinta permanente ou dactilografado;
- Assinado pela pessoa e com data clara;
- Testemunhado por pessoas na altura da assinatura e colocação de data. O número de testemunhas varia de país para país. Os beneficiários não podem ser testemunhos;
- Escrito enquanto e no momento em que a pessoa ainda goza de sanidade mental e que não esteja sendo forçado a fazer por quem quer que seja.

Fonte: Writing a valid will, M.C. Mukoyogo, publicado por AMREF  
PO Box 2773, Dar-es-Salam, Tanzania

Embora a morte seja uma parte inevitável das nossas vidas, isso não reduz a dor, não diminui a dor quando perdemos as pessoas mais próximas de nós. Muitos de nós não conseguimos sair desse momento. Quando as pessoas próximas de nós morrem trás consigo cara a cara a possibilidade da nossa própria morte. Haverá tempo para dizermos o nosso adeus? E os nossos amados como vão se aguentar?

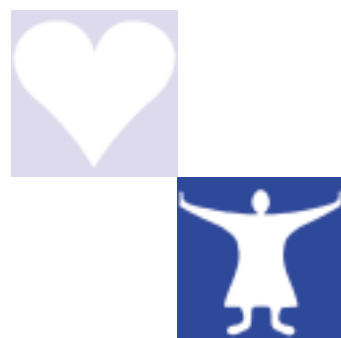
### Perda múltipla

Muitos de nós já perdemos nossos pais, filhos, parceiros e por ai fora por causa do HIV/SIDA. Carregamos um fardo pesado de angústia e pesar. A perda de mulheres positivas que já tinham-se juntado a nós no apoio e luta pelos nossos direitos, tem outro nível de dor e tristeza.

### Honrando aqueles que perdemos

*'Alguém pode imaginar que estou habituada a morte, mas não é o caso. Cada falecimento constituiu um sinal da minha própria morte eminente. Esta eminência é reforçada pelo fim mortal de muitas mulheres corajosas que se tinham juntado para formar o nosso grupo, incluindo amiga minha com quem fundamos o grupo. Comecei a ter a consciência dos rituais e cerimónias que envolvem a morte. Quão importante seria para mim como amiga da defunta dedicar todo aquele tempo e envolvimento para recordar uma amiga que morreu e celebrar a vida que elas tinham vivido. Ligar-se pelo menos mais uma vez as rédeas da vida da minha amiga e compartilhar a dor com umas e outras'.*

Bev Greet, diagnosticada em 1988, Austrália



### Auxillia Chimusuro, Zimbabwe

*'Não há palavras para exprimir a minha profunda tristeza de saber que a minha amável amiga Auxillia morreu. Fomos amigas desde 1992 e amava-a pela sua paixão, sua coragem e seu maravilhoso sentido de humor. Ensinou-me muito e com o seu alto sentido de justiça lutou contra a discriminação, a estigma, a ignorância e o medo que envolve o HIV/SIDA. Ela amava e cuidava de muitas pessoas, e em retorno ela era amada por muitas pessoas. Auxillia, amo-te e sinto falta de ti'.*

Jo Manchester, diagnosticada em 1988, Grão Bretanha



A falecida Auxillia Chimusuro e Winnie Chikafumbwa

### Winnie Chikafumwa

*A falecida Winnie Chikafumbwa foi uma blazer de ensaio que era largamente responsável pela formação da Associação nacional de Pessoas vivendo com HIV/SIDA (National Association of People Living with HIV/AIDS) do Malawi. Winnie foi uma pessoa de espírito gentil que se viu forçada a lutar e tornou-se uma guerreira e vencedora em nome de outras pessoas'.*

Lynde Francis, HIV positiva, Zimbabwe



Jeannine van Woerkum

### Jeannine van Woerkum, Países Baixos

*'Todo o seu trabalho foi conduzido com grande sentido de humor e amor por outras pessoas'.*

Tanne de Goei, Holanda

### Marife Tenate

*'A brava elegante e inteligente Marife foi uma verdadeira inspiração para mim. Vou sentir sua falta. Ensinou-me e foi modelo para mim. Lutou pela `causa até` ao fim'.*

Colleem Perez, HIV positiva, Guam



O filho amado de Petudzai morreu em 1997

*'Agosto de 1997- começam os piores dias da minha vida. Taku fez 2 anos e celebramos o seu aniversário no hospital com ele. Foi a sexta baixada. Morreu em paz em casa no dia 3 de Outubro de 1997'.*

Petudzai, HIV positiva, Zimbabwe

Mas mesmo nos momentos difíceis nós lutamos para lidarmos com a perda dos que amamos e pensamos da possibilidade da nossa própria morte. As crianças e amigos dão-nos a razão para sobrevivermos. Temos o apoio onde podemos encontrar. Nós buscamos força nos recursos que as mulheres encontram nos momentos difíceis da vida.



Jennifer, Uganda

*'Em 1997 comecei a notar e sentir novas coisas a acontecer no meu corpo: cansaço, fraqueza, dores de cabeça, febres e sono. Os sintomas abatiam, mas aguentava-me. Lutei como um lutador, como sempre, vivendo positivamente e contemplando a morte com dignidade'.*

Jennifer, diagnosticada em 1988, Uganda



*'Cada ano realizamos um memorial para as mulheres que morreram de HIV/SIDA.*

*A Gloria morreu de linfoma, Ivy e Irene morreram de MAC. Christine morreu de uma droga experimental que lhe foi dada por causa dos seus rins. Nancy e Barbara morreram de cancro enquanto sofriam de HIV/SIDA. o Grupo de Irmã-para-Irmã merecia férias de HIV/SIDA. Tínhamos perdido 15 das nossas irmãs'.*

Mulher HIV positiva, EUA

## Trabalho de sexo Vender o sexo



'Sou uma mãe solteira e lésbica que trabalha num sala de massagens como prostituta. Tenho a precaução de usar aparelho cervical ou preservativos com cada cliente que se envolve comigo'.  
Trabalhadora de sexo HIV positiva

'Agora podemos exigir os nossos clientes para usa preservativos. Descobri que a ameaça do SIDA diminuiu os actos sexuais de penetração que tive que fazer'.  
Trabalhadora de sexo HIV positiva

'Geralmente os nossos clientes aparecem bêbados, fazendo com que seja difícil negociar sexo seguro. Se as mulheres insistem no uso do preservativo, eles tornam-se violentes'.  
Mary, HIV positiva, trabalhadora de sexo comercial, Índia

Algumas mulheres de HIV positivo fazem sexo por dinheiro ou por bens materiais como a comida. Algumas de nós chamamo-nos trabalhadoras de sexo e outras não. Às vezes o trabalho é a nossa única opção. Talvez é a única forma de conseguir dinheiro para sustentar as nossas famílias ou evitar viver sem casa, ao relento. Às vezes somos ameaçadas com violência se não concordamos vender os nossos corpos em troca de dinheiro.

Existe pouca ou nenhuma evidência de que as trabalhadoras de sexo sejam responsáveis por espalhar o HIV. Algumas trabalhadoras de sexo têm tomado responsabilidade da sua saúde e seu bem estar.



Trabalhadoras de sexo indianas: parte da solução

'Nós pedimos aos homens para ter precauções. A nós não só nos interessa a vida deles, mas também a das suas mulheres. Ainda somos retractadas como marginais'.

Selvi, HIV positiva e trabalhadora comercial de sexo, Índia

Onde existem preservativos, as trabalhadoras de sexo insistem que os seus clientes os utilizem. Mesmo em casos em que o cliente queira pagar mais dinheiro para ter um relação desprotegida elas insistem que eles usem preservativos. Com ausência de preservativos as trabalhadoras do sexo preferem oferecer sexo seguro aos seus clientes tais 'hand jobs' (masturbação) ou 'blow jobs' (sexo oral) de modo a evitar o sexo de penetração vaginal ou anal desprotegido.

'Quando comecei a trabalhar, podia aparecer um cliente a falar de SIDA dizendo que estava preocupado com esta epidemia. Alguns diziam que já não iriam mais às moças de rua. Muitos, ao ver preservativos, vêm com a espalhafate de dizer 'sou limpo, só vou com a minha namorada e mais ninguém, confie em mim' ou não pago dinheiro para fazer com borracha' ou 'é que gosto muito de ti, com as outras não há problema, mas contigo, quero te sentir'. Mas no todo só perdi um trabalho por ter recusado fazer sem preservativo'.

Trabalhadora de sexo HIV positiva.

As que entre nós são trabalhadoras de sexo ou vendem o sexo por dinheiro, sofrem discriminação, mesmo dentro das organizações de SIDA e entre outras mulheres HIV positivas. Para a ICW são bem vindas todas as mulheres HIV positivas e tenta olhar mais para as coisas que as unem.

### Discriminação social

'A trabalhadora do sexo aterra na rua onde não há comida, abrigo ou cuidado médico. Em Pune, há sempre uma mulher deitada na rua a necessitar de apoio médico ou social. A sociedade que é responsável pelo sofrimento delas, não está preparada para tomar conta delas'.

Mary, profissional de sexo HIV positiva, Índia

Infelizmente em alguns países do mundo, a posse de preservativo por uma mulher é motivo para ser detida e processada por acusações de vadiagem e aliciamento. Esta situação põe as trabalhadoras do sexo em risco, baixando as oportunidades de proteger a si e aos seus clientes da contaminação do HIV por não usar preservativos. A ICW, em conjunto com outras organizações, opõe-se a estas práticas e advoga o fim das mesmas através da alteração das disposições legais.



## Mulheres na Prisão



Para qualquer mulher estar detida na prisão é uma experiência traumática. E para as mulheres seropositivas é mais que isso. Algumas de nós fomos submetidas a testagem de HIV enquanto na prisão e descobrimos que somos positivas lá. Isoladas e com medo de reacções negativas por parte do staff da prisão e de outros prisioneiros, muitas mulheres são incapazes de falar com alguém a não ser o pessoal médico. Outras são colocadas em quarentena ou separadas de outras prisioneiras por causa de HIV.

'Recebi o meu resultado na prisão. Foi-me informado que estava HIV positiva, mas que não devia falar disso senão criaria histeria em massa. Se alguém perguntasse devia fingir que tinha hepatite B. Apartir daí fui isolada e a minha comida era me entregue através duma escotilha. Não posso imaginar um outro lugar pior para receber notícias como esta. Não sabia o que fazer. Sentia-me enjoada com abstinência da heroína. Pesava apenas uns 10 a 15 quilos'.

Leigh, diagnostica em 1987, Grã Bretanha

Algumas mulheres prisioneiras não têm sido capazes de escrever ou falar com os seus familiares sobre o HIV por falta de privacidade na prisão. As cartas eram lidas e as conversas postas à escuta. O staff da prisão conta aos outros e informações espalham-se pela prisão.



Leigh, Grã Bretanha

Em alguns países como Argentina, Brasil, Grã Bretanha, Tailândia, Austrália e os EUA, as mulheres positivas dentro como fora da prisão, têm levado a cabo campanhas exigindo o acesso a informações e apoio apropriado para as mulheres encarceradas portadoras de HIV. Estas campanhas devem ter em conta que mesmo na posse das informação é necessário segurança para não causar problemas. Por exemplo, se as outras prisioneiras descobrirem que há prisioneiras que estão preocupadas com informações sobre HIV ou pedindo apoio, como é que serão tratadas? Será ela isolada e ao mesmo tempo rejeitada?

'Tem sempre havido preconceitos e estigma aqui em Albion. As pessoas ainda sussurram a palavra SIDA. É triste, mas real. Temos um grupo de apoio maravilhoso todas as quintas feiras à noite. Não temos agenda, mas partilhamos forças e esperanças. Sentimo-nos seguras porque temos algo em comum – somos infectadas e afectadas'.

Linda Suarez, HIV positiva, Albion Correctional Facility, EUA

Está claro que o pessoal da prisão e os prisioneiros precisam de educação sobre SIDA para diminuir o isolamento e abuso que as mulheres positivas sofrem na prisão. Serviço ao domicílio para as mulheres nas prisões está a progredir em muitos países. Mas ainda temos um logo caminho para percorrer.

'Mudaram as coisas? Com certeza. Mas muitas mulheres seropositivas continuam a lidar com esta doença no segredo dos deuses porque toca assuntos considerados tabus: a morte, o sexo, a sexualidade, drogas. HIV/SIDA ainda estimula discriminação entre o staff e os presidiários'.

Leigh, diagnostica em 1987, Grã Bretanha



### A Declaração da ICW sobre as Mulheres Jovens

**Dia mundial do SIDA, 1 de Dezembro de 1998**

As mulheres jovens constituem a população que mais rapidamente está ficando infectada de HIV. A ICW acredita que as pessoas no mundo – a partir de governos até as comunidades e famílias – devem reconhecer a grande vulnerabilidade que as mulheres jovens enfrentam em todas as regiões do planeta. Todos nós somos chamados a procurar e ouvir experiências e vozes de mulheres jovens que vivem com o HIV/SIDA. Todos nós somos responsáveis pela protecção das mulheres jovens da exploração económica, sexual e emocional. Recursos devem ser investidos para dar poder, educar e apoiar as mulheres jovens HIV positivas.



Marie-Joseph, Camarões

Embora haja semelhanças de situações entre adultas e jovens vivendo com HIV/SIDA, os jovens têm frequentemente menos poder pessoal. São imaturos e não merecedores de respeito que as mulheres adultas granjeiam através do casamento e filhos. Algumas jovens que já estão envolvidas em relacionamentos, ficam no isolamento quando estão assoladas pela epidemia do SIDA.

*'Para a mulher jovem vivendo com HIV/SIDA, a vida não corre às mil maravilhas. A sociedade olha para si com ar de desconfiança. Você é vista como fonte de perigo e morte para toda a sociedade.'*

Beatrice Were, HIV positiva, Uganda

*'Hoje não é de admirar encontrar viúvas com 18 anos no Uganda. Porque é que essas jovens mulheres correm o risco de viver solteiras para toda a vida enquanto os jovens conseguem angariar simpatia da sociedade quando voltam a casar? Será que os homens são considerados mais humanos que as mulheres? ou é o poder económico que lhes dá o poder social?.'*

Beatrice Were, HIV positiva, Uganda

Muitas de nós descobrimos o nosso estado de seropositivas quando ainda estávamos na escola. As nossas esperanças e sonhos de um dia termos carreiras profissionais aliciantes e, por conseguinte, vidas independentes, de amar e sermos amadas e eventualmente termos nossas próprias famílias e crianças, desmoronam ou ficam ameaçadas.

*'A minha mãe perguntou-me se era portadora de HIV. Ela verificou o inchamento das glândulas do hemisfério norte do meu corpo e ficou muito curiosa. E advertiu-me 'se você está infectada convém nos informar de modo a não gastarmos mais dinheiro para a sua educação.'*

Daisi, diagnosticada em 1992, Nigéria

Se informamos as nossas famílias ou amigos do nosso estado de HIV e obtemos apoio, significa que este apoio será acompanhado de protecção. Ficamos muito gratas pelo apoio dado, mas queremos ser adultas independentes também. Mesmo quando apoiamos grupos de mulheres positivas, é possível ter respostas protectivas de mulheres adultas nesses grupos.

*'Oíço isto de outras pessoas jovens – quão baixa é a nossa auto-estima e sentido de si mesma pode jogar um papel nos comportamentos que nos colocam em risco de HIV em primeiro lugar. Como é que não tiveram informações suficientes sobre o HIV para saber que estavam em risco de ser infectadas com o vírus. Quantas vezes mulheres jovens querem ser amadas e ditas que são dignas de amor e o que pretendem fazer para ter esse amor. Os jovens não crescem no vazio. Todos nós desenvolvemos no seio da família, amigos, mentores, professores e pessoas de prestação de serviços. O que nos espera quando não temos nenhum destes disponível?.'*

Antigone Hodgins, HIV positiva, EUA

Tal como outras jovens mulheres vivendo em partes do mundo, nós também tentamos encontrar os nossos valores pessoais e convicções. Estamos a começar a pensar nos nossos relacionamentos e temos que estar a par do impacto que o HIV tem na exploração da nossa sexualidade.

*'À altura que fui admitida à universidade em 1994, já sabia que era HIV positiva. Estava determinada a não relacionar-me intimamente com qualquer e fazer sexo. Com aquela decisão e num ambiente novo para mim, senti-me muito fraca, isolada, muito desconfortável e também ludibriada quando vi outras meninas e colegas, irem às festas, aos clubes nocturnos, concertos e coisas assim, com os seus namorados.'*

Daisi, diagnosticada em 1992, Nigéria

*'As estatísticas mostram que o grupo crescente com níveis mais altos de infecções é basicamente o grupo compreendido entre as idades 18-24. Esta é a altura em que frequentam as discotecas ou clubes nocturnos, e correm riscos, tomam álcool, tomam drogas, adquirem certas atitudes, eu sou eu, ninguém faz nada, vou viver sempre, etc.'*

Cathy, 21 anos, diagnosticada em 1995, Austrália



Marie-Jo, Tita e Euphrasie, Camarões

Para muitas jovens positivas todas estas coisas isoladas. Pensa que é a único acontecer no mundo. Encontrando outras mulheres jovens positivas com as quais podemos partilhar as experiências de sermos HIV positivas fez com que nós nos sentíssemos menos isoladas. Falando com mulheres adultas que haviam passado por experiências similares e que estavam disponíveis para agir como mentoras ou guias nestas situações foi sempre valioso.

Um dos grandes problemas com que as jovens se debatem é que grande parte das informações disponíveis fala apenas acerca de infecções com o HIV. Mas nós já somos seropositivas. Em muitas partes do mundo mulheres jovens constituem a maioria nos grupos com a taxa mais alta de crescimento de infecções com o HIV.

*'Se você grita 'prevenção, prevenção' a falar como se as jovens não estivessem infectadas, e não fala acerca de aconselhamento ou testagem, você não está a dizer nada sobre os riscos. As pessoas fazem isto todas as vezes, mas nunca se apercebem. E isso aconteceu comigo. Ninguém tinha dito sequer que eu deveria fazer o teste e as vezes desencorajaram-me a fazer. Diziam 'tu és nova, tu és jovem. Está tudo bem'.'*

Antigone Hodgins, HIV positiva, EUA

Escutando e dando apoio as pessoas jovens das mais honesta e criativa formas é muito importante. Não podemos ser complacentes com o trabalho que precisamos fazer com a juventude. Ouvindo-lhes constitui o primeiro passo.

Oom, Tailândia





*'É tão pouco que resta das nossas vidas, que é o mesmo que gastar a linha em coser roupa velha, quando se pode coser nova.'*  
Mercy Makhalemele, HIV positiva, África do Sul

*Descriminei-me a mim mesma por muito tempo. Agora vejo a necessidade de dar poderes à mulher.'*  
Ruth, diagnosticada em 1991, Filipinas

*'Recordem-se. Unidos ficamos de pé, divididos caímos – Irmãos Positivos Uni-vos.'*  
Linda Reed, diagnosticada em 1988, Eire



Prudence, África do Sul

HIV e SIDA mudaram completamente as nossas vidas. Continuamos a lutar numa batalha dura contra a ignorância, o medo, a indiferença e o sofrimento e o desgosto nas nossas vidas pessoais. Mas já aprendemos o suficiente. Sabemos que ligações com outras mulheres positivas no mundo pode-nos ajudar a ganhar força e confiança nas nossas vidas.

*'For a o medo criado pelos medias, pessoas vivendo com HIV estão sendo postas fora do emprego, pois são considerados inúteis, sem esperança e sem futuro mas, nós temos esperança e estamos a planificar o futuro.'*

Oom, HIV positiva, Tailândia

*'Se tudo correr de acordo com o planificado, estarei novamente casada. Estou muito entusiasmada. É uma coisa que pensei que nunca havia de acontecer outra vez já que tinha sido diagnosticada. Deus foi grande para mim e vai acontecer.'*

Sue Burton, HIV positiva desde 1993, Antilhas Holandesas

*'Nós sabemos apartir da nossa própria experiência que a mulher positiva é muito eficaz em despertar a consciência. As pessoas compreendem melhor depois de falar com elas. Mas precisamos de apoio se nós queremos dar apoio aos outros.'*

Dorothy, HIV positiva Quênia

*'As pessoas estão livres para falar sobre SIDA. Têm mais consciência e sentiram que precisam de ajudar as outras. O problema, de longe, deixou de ser o vírus em si. Agora nós queríamos definir as nossa necessidades e descobrir o que é importante para nós.'*

Agnes, diagnosticada em 1990, Uganda



Inami e Mercy

*'Agora acredito que o HIV não é o fim de tudo. Pode ser um começo no qual tem de tomar conta de si mesma.'*

Diana, HIV, Malásia

*'Eu sou de opinião que o teste de HIV positivo em todo o mundo pode evocar pensamentos profundos e mudanças fundamentais nas nossas vidas.'*

Jan, diagnosticada em 1995, Alemanha

*'Tenho 32 anos de idade, com 4 filhos e oito órfãos deixados pela minha falecida irmã mais velha que junto com o seu marido morreram de SIDA. A vergonha, o stress e a discriminação aqui na região Central de África faz com que a comunicação sobre o HIV/SIDA seja difícil. Falo com estudantes, alunos, trabalhadores do Estado, comerciantes, diferentes igrejas, prostitutas, viúvas, muçulmanos, hospitais, centros de diagnósticos de SIDA, pais de filhos positivos. Fiz muito trabalho meus amigos. Já falei com mais de 2600 mulheres positivas e há mais.'*

Collette Moussa, diagnosticada em 1991, República Centro Africana

*'A ignorância gera o medo, o medo gera a intolerância. A intolerância gera o ódio. Se a minha reclamação pode ajudar a quebrar este terrível ciclo vicioso, é a última coisa que posso fazer.'*

Doreen Millman, 63 anos, HIV positiva, Canada

## Direitos Humanos e HIV



*'Dizem que todos nós temos direito à vida, à saúde e à educação. Onde é estão todos esse direitos?'*

Givanna Torres, diagnosticada em 1995, Peru

*'Temos que fornecer informações às mulheres. Mas é difícil quando as mulheres não têm os seus direitos, e são ensinadas que são inferiores aos homens e que são menos de importância enquanto, ao mesmo tempo, meninos são ditos que têm o direito de dominar as mulheres.'*

Martine Somda, HIV positiva, Burkina Faso

Em todo o mundo, os direitos humanos da mulher são violados todos os dias. Muitas mulheres não ganham o salário para uma vida normal e não conseguem suportar as necessidades básicas da vida. Como se não bastasse, em algumas comunidades certos aspectos culturais não permitem que as mulheres sejam reconhecidas, nem tratadas em igualdade com homens. Estas circunstâncias podem fazer com que as mulheres sejam vulneráveis às infecções e doenças. Para elas o HIV passa a ser um dos muitos factores que levam à opressão. Muitas de nós, infelizmente, passamos por situações de discriminação e estigma por causa de sermos HIV positivas.

Foi há 50 anos que a Declaração Universal dos Direitos Humanos foi adoptada pelo Conselho das Nações Unidas em 1948. Nestes anos todos temos tentado batalhar pelos direitos humanos básicos. A ICW acredita que todas a mulheres com HIV/SIDA merecem respeito, direitos básicos, informações e apoio.

**Esperamos que este Kit de Sobrevivência ajude as mulheres nesta luta.**

*'Agora quando discuto o meu estado de HIV positivo em frente das pessoas, sei que devo exigir os meus direitos. Penso que devo apoiar as pessoas que têm medo de ser HIV positivas e ajudar a ir a frente na luta pelos seus direitos. Não devem se deixar ultrapassar por outras pessoas.'*

Mary, 20 ano, HIV positiva, Índia

*'Quando fui diagnosticada com HIV, os primeiros sentimentos foram de angústia e desastre. Mas logo a seguir decidi frequentar o grupo de auto-ajuda e comecei a ganhar coragem de enfrentar a nova situação da minha vida. Foi através desta única experiência que fiquei madura e aprendi muito. Encontrei-me com mulheres especiais e poderosas que pensam na vida e esperam construir uma sociedade dignificada e igual.'*

Marina, Diagnosticada em 1996, Brasil

## VIDE O FACT SHEET 9

Para mais informações sobre Direitos Humanos



Associação Kindhimuka, Moçambique

*'Juntei-me à rede de ajuda às mulheres e SIDA. Tive poderes e eduquei-me acerca dos meus direitos. Fui ao tribunal e tive a minha casa de volta das mãos do meu marido e da sua segunda mulher.'*  
Anna, HIV positiva, Zimbábue

*'Fiquei a saber que sou HIV positivo no mês de Agosto de 2001. Pensei fosse o fim do mundo, Soube da existência da Associação Kindhimuka juntei-me como membro e aqui recebi muitos conselhos, neste momento vivo com outras pessoas com mesma situação que eu, vivo positivo estou com muitos planos da vida'*

Mulher, HIV positiva, Moçambique

# Fontes, Agradecimentos e Reconhecimentos

## Fontes

A ICW deseja dar a conhecer a lista dos valiosos boletins, livros e outros recursos disponíveis para pessoas vivendo com HIV/SIDA. O *Kit de Sobrevivência de Mulheres Positivas* pegou nas mais importantes que incluem os seguintes:

- *AIDS Action*: boletim internacional sobre a prevenção e cuidados de SIDA, da Healthlink Worldwide, Grã Bretanha
- *AIDS Tratamento Atualizado*: NAM, Grã Bretanha
- *Diálogo da Saúde da Criança*: produção especial em joint venture AIDS Action, Grã Bretanha
- *Folha de Factos 1.98, Aleitamento e transmissão de HIV*, SAFAIDS, CP. A509, Avondale, Harare, Zimbabwe  
Fax: 263 4 33 61/4 Tel: 263 4 3361/4  
Email: info@safaids.org.zw
- *HIV and AIDS: Tudo que as mulheres (e seus parceiros) querem saber*, North Manchester Health Promotion, Grã Bretanha
- *ICW News*: boletim informativo da ICW, Grã Bretanha
- *Keep it Simple*: guia para o sexo seguro, centro de estudos de doenças sexualmente transmissíveis, Universidade de La Trobe, para o Centro Nacional para Controle da Doença, Austrália
- *Newsline*: People with AIDS Coalition of New York, EUA
- *Positive Development: setting up self help groups and advocating for change, um manual para as pessoas vivendo com HIV/SIDA*, GNP+ em colaboração com Healthlink Worldwide, Grã Bretanha
- *Positive Women*: um boletim para mulheres vivendo com HIV/SIDA no Uganda (NACWALA)
- *Positively Women*: Living with AIDS, editado por Kate Thomson e Sue O'Sullivan, Grã Bretanha
- *Positive Women's Newsletter*, Victoria, Austrália
- *A Positive Life: a Portraits of Women Living with HIV*, River Huston e Mary Berridge, EUA
- *Positive Women*: Reclamações de Mulheres com HIV/SIDA, Women's Health Resource Collective, Victoria, Austrália
- *SAFAIDS News*: Boletim da Southern African AIDS Information Service, Zimbabwe
- *Sexual Healing: Guia para as mulheres positivas*. Publicado pelo Terrence Higgins Trust para Positively Women, escrito por Sue O'Sullivan, Grã Bretanha
- *STOPAIDS News*: uma publicação trimestral da STOPAIDS Organization, Nigeria
- *WORLD* – newsletter: EUA

## Agradecimentos

Muitos agradecimentos para a Healthlink Worldwide, GNP+, the National AIDS Manual e a Health Education Authority pelas informações generosamente fornecidas.

Um maior agradecimento para a Hansa Patel-Kanwal que compilou o KIT e a Sue O'Sullivan que editou. Todas form além da chamada do dever.

Muitos agradecimentos a todas as mulheres que disponibilizaram o seu tempo para oferecer-nos o seu feedback construtivo durante a criação e o desenvolvimento do KIT. Em destaque para as nossas Chaves de Contacto que forneceram contribuições válidas e úteis. Estamos também agradecidos às contribuições de outros membros da ICW em todo mundo e às mulheres nos Escritórios de Londres que trabalharam muito no KIT com particular destaque para Philippa, Lawson, Jo Manchester, Kate Thomson, Araba Mercer, Maggie Matheson, Ale Trossero e Alegria

Jillian Mackin e Janet Hadly fez um trabalho apreciável no design e produção. Sue Lucas, Siân Long, Susan Perl e Nel Druce deram um conselho muito útil. Nicky Davies e Ben plmley da Positive Action deram necessário encorajamento. Dra. Sara Madge da Royal Free Hospital deu um conselho valioso nas secções sobre a gravidez, nascimento e amamentação assim como sobre as DTS's.

Finalmente, a ICW gostaria de agradecer a todas as mulheres Positivas citadas nominalmente ou de forma anónima.

## Reconhecimento

A ICW gostaria de amavelmente reconhecer o apoio da GlaxoWellcome's Positive Action Programme. É através da generosidade dos financiadores que recursos vitais como este são possíveis.



Design e impressão por DS Print & Redesign

© Copyright Comunidade Internacional de Mulheres Vivendo com HIV/SIDA, Março de 1999

## Seus Apontamentos

# Seus Apontamentos