

Tópico: Aconselhamento pré- e pós- teste

Realizar o teste de VIH é um acontecimento bastante traumático. Para mais, este trauma alcança uma condição extrema, quando o resultado do teste (positivo ou negativo) é revelado. É, por isso, essencial que o processo de teste do VIH seja acompanhado por aconselhamento.

Para tal, é necessário organizar variadas coisas. Estas incluem as seguintes:

- Requerimentos,
- Técnicas,
- Procedimento para o aconselhamento pré- e pós-teste para as pessoas, que vêm realizar o teste do VIH.

Se estás a viver com uma pessoa que é susceptível de cometer comportamentos de risco, então deves aconselha-lo/a. Mas, para tal, necessitas de possuir certas qualidades, de modo a alcançar tal tarefa.

QUALIDADES NECESSÁRIAS NUM BOM CONSELHEIRO

1. Um bom conselheiro deve ser paciente.
2. Deve ser um bom ouvinte, compassivo e atento.
3. Deve ter como objectivo ajudar e não dar um sermão.
4. Deve ter uma atitude imparcial e não- crítica.
5. Deve ser um bom comunicador. Aqui, desempenham um papel fundamental: a linguagem corporal, as capacidades verbais, a escolha de exemplos e a expressão.
6. Deve ter a habilidade de estender a mão ao paciente e demonstrar empatia.
7. Deve ter a habilidade de empatia com o paciente e de desenvolver confiança.
8. Deve estar disposto a admitir erros.
9. Deve estar disposto a aprender e a procurar pelas respostas correctas.
10. Deve estabelecer barreiras de limites para ti e para o paciente.

11. Deve providenciar informação acertada. Se és apanhado a inventar "factos" ou a dar palpites, irás perder a sua confiança, e o teu papel de conselheiro para com aquele paciente ficará comprometido. (Neste género de situações, o paciente irá testar-te frequentemente, com a esperança de que falhes, já que tal faz com que se sintam menos inferior.)

PRÉ-REQUISITOS DE UM CONSELHEIRO BEM SUCESSIDO

1. Construir uma concordância.
2. Confidencialidade de interações e estabelecimento de confiança.
3. Privacidade durante as reuniões (unicamente um a um).
4. Sustentabilidade do esforço.

CONHECE AS PESSOAS COM QUE LIDAS

1. PESSOAS INTELIGENTES (licenciados): Eles têm um conhecimento parcial e, frequentemente, uma atitude de superioridade. Terás de preencher as falhas no seu conhecimento.
2. MULHERES: Puderam preferir trabalhar com Conselheiras femininas. A questão de condizer géneros é importante para ambos os sexos.
3. MULHERES: Se o parceiro masculino é responsável pelo comportamento de risco, é importante encoraja-la a que ele também a acompanhe. Neste tipo de situações, o preconceito ou a desigualdade de géneros é uma questão importante.
4. ESTUDANTES/ADOLESCENTES: Explorar a razão por detrás do seu trauma ou medo.
5. ANALFABETOS: Necessitam de material visual explícito, já que não são facilmente assimilados o apenas falar sobre o assunto e dar exemplos impessoais/abstractos.

ACONSELHAMENTO PARA A ALTERAÇÃO DE COMPORTAMENTO - GENERALIDADES

1. Compreender porque veio a pessoa ter contigo – o que o/a preocupa.
2. Identificar o problema.
3. Identificar o comportamento/atitude, que contribuiu para o problema.
4. Torná-los conscientes das consequências do seu comportamento/atitude.
5. Fornecer-lhes diferentes opções, assim como uma avaliação do risco para cada, uma dessas opções, das quais eles terão de seleccionar uma.
6. Ajudar na avaliação da eficácia da opção escolhida para esse indivíduo.

ACONSELHAMENTO PARA A ALTERAÇÃO DE COMPORTAMENTOS SEXUAIS DE RISCO

Os comportamentos sexuais de risco são um hábito aditivo, tal como o álcool e as drogas. É muito importante compreender que, para se alterar tal comportamento, é necessário tempo, paciência e perícia por parte do conselheiro.

1. Sumário dos órgãos reprodutivos do corpo humano.
2. Facultar um sumário das Doenças Transmitidas Sexualmente (DTS) nos humanos.
3. Fazer a pessoa ciente das consequências de um comportamento de risco – Doenças Transmitidas Sexualmente (DTS) e o VIH/SIDA.
4. Enfatizar o facto de não haver segundas hipóteses com o VIH/SIDA. A devastação para si próprio e para a sua família.
5. Explicar as OPÇÕES para redução do risco: (i) Abstinência de sexo, (ii) Sexo com apenas um parceiro, (iii) Aprender a ter orgasmos sem penetração (iv) Usar SEMPRE e APROPRIADAMENTE o preservativo.
6. Avaliar a escolha dos pacientes, de modo a identificar se é uma meta atingível.
7. Um bom método para testar a habilidade de colocar o preservativo é o de coloca-lo apropriadamente de olhos vendados.
8. Garantir que preservativos estejam disponíveis gratuitamente para o paciente.
9. Reavaliar frequentemente os conhecimentos do paciente.

10. Continuar com o aconselhamento, até estares convencido que o paciente irá manter o comportamento modificado.

ACONSELHAMENTO SOBRE AS DOENÇAS TRANSMITIDAS SEUXUALMENTE (DTS)

1. Revê em conjunto com o paciente e o seu caso-história das DTSs.
2. Faculta informação sobre os diferentes tipos de Doenças Transmitidas Sexualmente – bacteriana (curável) e viral (ainda não existe cura)
3. Explica o porquê da diferença nos níveis de transmissão, sendo o de homem para mulher três vezes superior ao de mulher para homem. As mulheres estão em maior risco.
4. Explica a diferença de sintomas em ambos homens e mulheres nas DTSs, como a gonorreia e o Pappiloma Vírus Humano (HPV). A maioria das mulheres apresentam muito poucos sintomas, mas sofrem severas consequências, como a Doença Inflamatória Pélvica, cancro cervical e infertilidade, se não forem tratadas.
5. Explica porque é essencial que ambos os parceiros sejam testados.
6. Motiva a mudança de comportamento sexual, de modo a evitar futuras DTSs e o VIH/SIDA. Marca a próxima reunião após 3 meses para rever o progresso.

OBJECTIVOS DO ACONSELHAMENTO VIH/SIDA

1. É pensado como forma de ajudar o paciente a lidar com a informação relacionada com a doença e o teste.
2. Facultar compreensão sobre o que significa o resultado do teste.
3. Consenso informado antes do teste.
4. Se o resultado do teste é positivo, então o paciente é ensinado a compreender as suas responsabilidades sociais, e a desenvolver capacidades para lidar com a infecção.
5. Se o teste é negativo, trabalha no sentido de aumentar o seu nível de informação e compreensão das consequências da infecção VIH. Motiva uma mudança de comportamento, de modo a reduzir o risco de ficar infectado.

ACONSELHAMENTO PRÉ-TESTE (25-30 minutos)

1. Revê porque vieram fazer o teste de um modo casual.
2. Revê os seus conhecimentos sobre (i) o uso do preservativo, (ii) as doenças transmitidas sexualmente, (iii) o VIH/SIDA. Preenche as falhas no seu conhecimento.
3. Revê e enfatiza as consequências de comportamentos de risco.
4. Avalia o grau de risco para o cliente.
5. Revê, devagar, a natureza do teste e as consequências de ambos os resultados positivo e negativo.
6. Em caso de resultado positivo, revê a diferença entre o VIH e a SIDA. Enfatiza o facto de que o paciente pode ainda viver uma vida produtiva por dez ou mais anos, e as possibilidades para terapia e cura estão a ser improvisados diariamente. Discute o seu sistema de apoio (família e amigos).
7. Em caso de resultado negativo, discute o período janela para anti-corpos, baseados em testes, e a necessidade de se voltar realizar o teste após cerca 4 meses, dependendo da avaliação do risco. Enfatiza o facto de que um resultado negativo não implica imunidade da infecção, e a necessidade de alteração de comportamentos.
8. Obtêm consenso informado antes do teste.
9. Marca a próxima reunião para um semana após a data do teste.

ACONSELHAMENTO PÓS-TESTE (TESTE NEGATIVO)

1. Revela imediatamente que o resultado do teste foi negativo.
2. Permite algum tempo para o alívio e a felicidade se instalarem.
3. Reavalia se a pessoa possa estar no período janela, entre os 3-6 meses de terem sido infectados, durante o qual, o resultado negativo do teste não é conclusivo, pois este é baseado na detecção de anti-corpos. Se houver razão para preocupação de que este possa ser o caso, marca uma reunião para ser novamente testado dentro de cerca de 3-4 meses, e pede ao paciente para se abster de sexo (ou pelo menos de sexo sem protecção) durante este intervalo.
4. Reavalia o conhecimento-base e consciencialização do paciente.

5. Reforça a informação sobre a redução do risco.
6. Explora mudanças sustentáveis no comportamento.

REUNIÃO PÓS-TESTE PARA DISCLOSING REVELAÇÃO DE UM RESULTADO POSITIVO

1. Revela imediatamente o resultado do teste, mas num tom delicado e mostra empatia.
2. Permite algum tempo para a ventilação dos sentimentos. Na maioria dos casos, existe um esgotamento emocional e físico. Permite a expressão da dor através do choro. Frequentemente existe uma negação – o cliente diz que tal não pode acontecer-lhe e que deve haver um engano no teste. Por vezes, existe um silêncio de aceitação, mas uma agitação interior.
3. Uma vez que o paciente esteja suficientemente mais calmo, ao ponto de que já não receias que ele possa ferir-se a si próprio, garante-lhe a existência de todas as possibilidades de ajuda em termos de cuidados médicos, apoio psicológico e referência a especialistas.
4. Marca uma reunião para uma semana depois, de modo a iniciar a terapia.

ACONSELHAMENTO PÓS-TESTE PARA UM RESULTADO VIH POSITIVO

1. Refere cuidadosamente as diferenças entre o VIH e a SIDA.
2. Enfatiza os benefícios de uma perspectiva positiva à vida, de modo a fazer o melhor uso do futuro e a manter-se produtivo.
3. Enfatiza a necessidade de uma dieta saudável, nutritiva e equilibrada. (Muitos frutos e vegetais. Evitar a comida picante e pesada. Tomar suplementos vitamínicos e minerais.)
4. Necessidade de exercício regular, que não cause a fadiga. 15-30 minutos de andar rápido.
5. Manter o sistema imunitário fortalecido. Evitar fumar, álcool, drogas e stress. Descansar frequentemente para evitar a fadiga.
6. A yoga e a meditação ajudam a manter uma perspectiva positiva e um corpo saudável.

7. Explica a necessidade para se minimizar comportamentos de risco, de modo a evitar transmitir a infecção a outra pessoa.
8. Encoraja-os a continuar a serem pais carinhosos, e a realizarem provisões para crianças em adiantamento.
9. Revê as medidas básicas de controlar a infecção na eventualidade de cortes, derramamentos de sangue, injeções hipodérmicas, etc.
10. Revê a necessidade de tratamento imediato e apropriado das infecções menores. Providencia informação em como avaliar a seriedade das infecções oportunistas.
11. Revê a necessidade de especial atenção à tuberculose. Sugere análises regulares à TB e a outras infecções oportunistas. Providencia um serviço referencial - uma lista de médicos solidários de variadas especialidades, em caso de emergência.
12. Revê os recentes desenvolvimentos na terapia e compreensão da doença. Oferece esperança para o futuro.
13. Constrói um sistema de apoio, que consista de amigos e familiares. Encoraja o paciente a trazer uma ou mais dessas pessoas às sessões de aconselhamento. Desenvolve um sistema de cuidados no próprio lar para infecções comuns, e até para algumas das doenças oportunistas menores.
14. Aconselha a confidencialidade do estatuto a colegas de trabalho e a outros conhecidos. Não há necessidade de revelar o seu estatuto de VIH, a não ser que o paciente escolha tornar-se um activista.
15. Estabelece a necessidade de aconselhamento, e continua a construir confiança e a providenciar aconselhamento regular e efectivo.

JOANES JANG

INSTRUCTOR DE DESENVOLVIMENTO
KWAZULU NATAL

ÁFRICA DO SUL

Tradução de Susana Militão