

## VIH no mundo, em números...



**38,000,000**

peças a viver com VIH, em 2020



**1,500,000**

novas infeções por VIH, em 2020



**680,000**

mortes por causas relacionadas com o VIH, em 2020



**68**

% dos adultos com VIH receberam tratamento antirretroviral, em 2019

**Sabia que o...**

## **Dia Mundial da Luta contra a SIDA**

**se assinala a 1 de dezembro?**

**Para 2021, a Organização Mundial de Saúde (OMS) escolheu o tema:**

***Acabar com as desigualdades.  
Acabar com a SIDA.***

Mensagens "chave" da campanha\*:

1. Comprometer-se, de novo, com o fim do VIH;
2. Combater VIH e COVID-19 em conjunto;
3. Focar-se na igualdade;
4. Concentrar-se em quem ficou para trás.

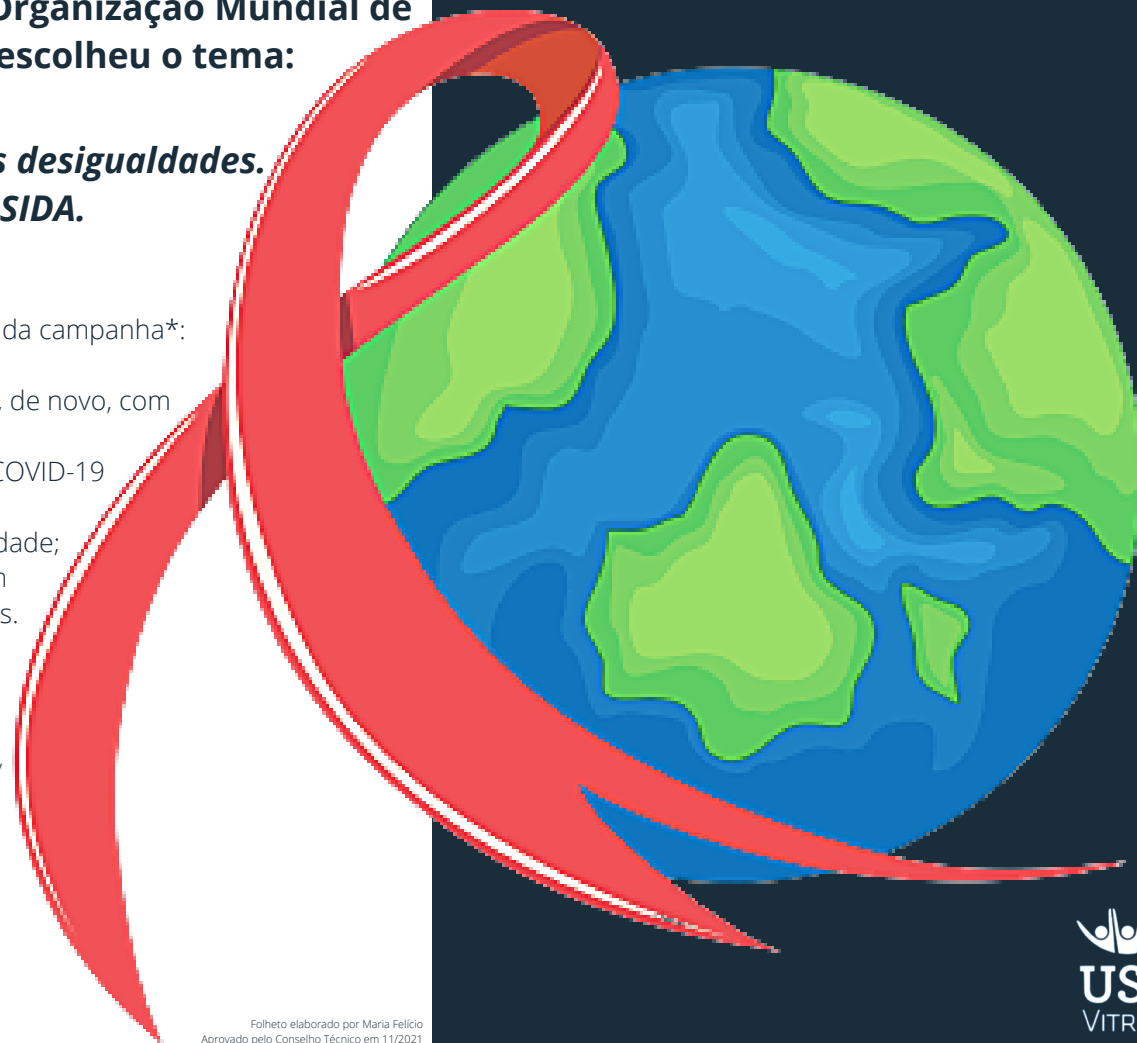
\*mensagem completa em: <https://www.who.int/>



Folheto elaborado por Maria Felício  
Aprovado pelo Conselho Técnico em 11/2021

# **RASTREIO VIH**

**Rápido. Gratuito. Confidencial.**



## VIH no mundo, em números...



**38,000,000**

peessoas a viver com VIH, em 2020



**1,500,000**

novas infeções por VIH, em 2020



**680,000**

mortes por causas relacionadas com o VIH, em 2020



**68**

% dos adultos com VIH receberam tratamento antirretroviral, em 2019

**Sabia que o...**

## **Dia Mundial da Luta contra a SIDA**

**se assinala a 1 de dezembro?**

**Para 2021, a Organização Mundial de Saúde (OMS) escolheu o tema:**

***Acabar com as desigualdades.  
Acabar com a SIDA.***

Mensagens "chave" da campanha\*:

1. Comprometer-se, de novo, com o fim do VIH;
2. Combater VIH e COVID-19 em conjunto;
3. Focar-se na igualdade;
4. Concentrar-se em quem ficou para trás.

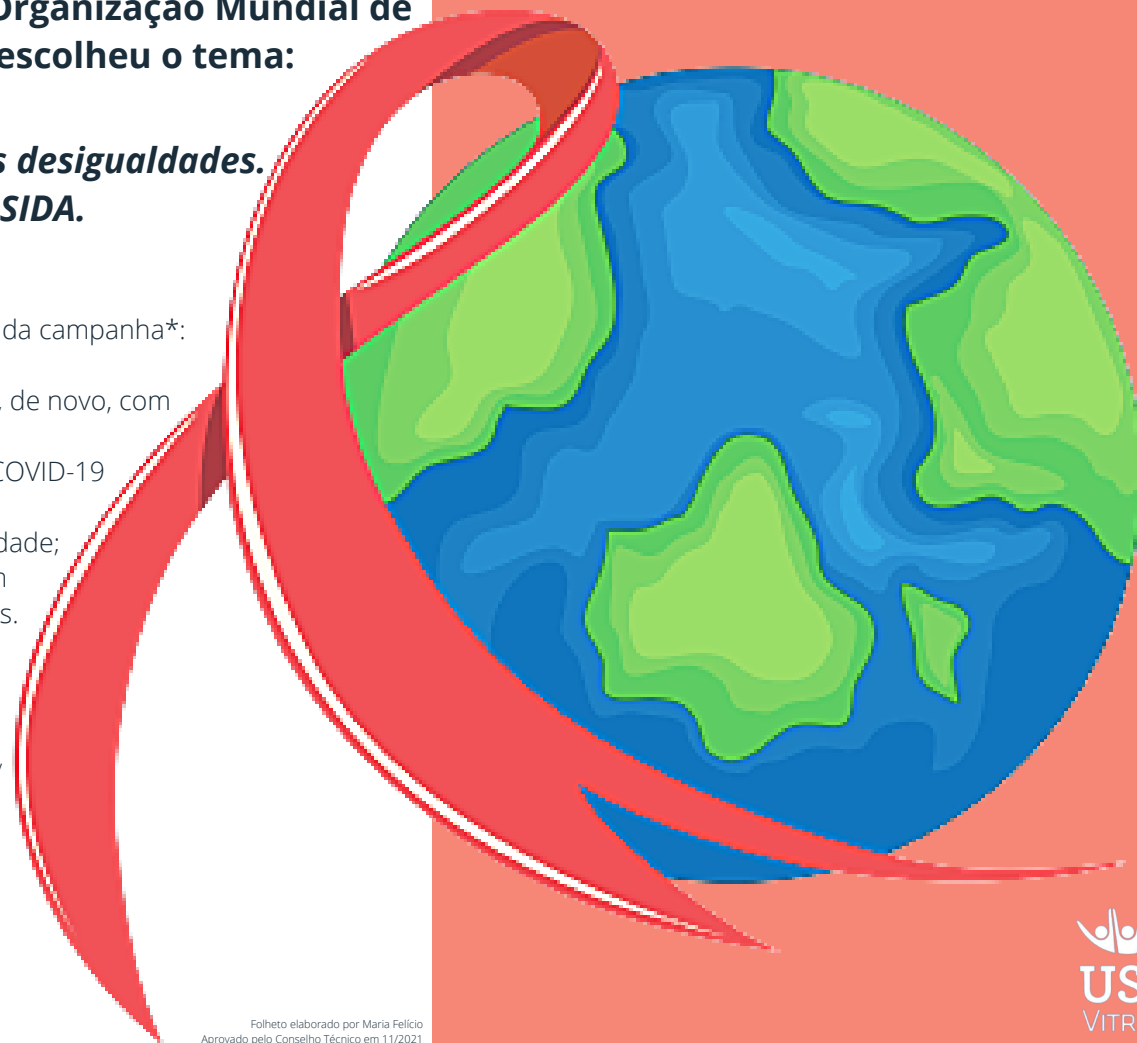
\*mensagem completa em: <https://www.who.int/>



Folheto elaborado por Maria Felício  
Aprovado pelo Conselho Técnico em 11/2021

# **RASTREIO VIH**

**Rápido. Gratuito. Confidencial.**



## O que É o VIH / SIDA?

**VIH** (Vírus da Imunodeficiência Humana) é um vírus que, depois de entrar no corpo humano, pode ficar "adormecido" durante muito tempo, sem dar sintomas.

Nesse período, as pessoas infetadas designam-se **seropositivas**.

Quando o vírus "desperta", desencadeia a destruição progressiva dos mecanismos de defesa, deixando a pessoa **mais suscetível** a contrair infeções e a desenvolver alguns cancros.

**SIDA** (Síndrome de Imunodeficiência Adquirida) é, então, a doença que aparece mais tarde, quando o VIH já degradou de tal modo o sistema imunitário que o corpo não consegue travar o aparecimento de doenças oportunistas, que afetam vários órgãos.

## Como SE transmite o VIH?

O VIH encontra-se principalmente no sangue, líquido pré-ejaculatório e sémen, fluidos vaginais e também no leite materno de pessoas infetadas.

Assim, a **transmissão** pode ocorrer:

- Através de **relações sexuais** (vaginais, anais, orais) sem preservativo;

- Através da **partilha de material** para injeção de drogas (seringas, agulhas, algodões, caldos), objetos cortantes (lâminas de barbear) ou instrumentos perfurantes (para "piercing", tatuagem, acupuntura);

- De **mãe infetada** para o filho, durante a gravidez, no momento do parto ou na amamentação.

## Como NÃO SE transmite o VIH?

- Pelo aperto de mão, toque, abraço, beijo, conversa;
- Pelos espirros ou pela tosse;
- Pelos alimentos ou água;
- Pelos talheres, louça, roupa;
- Pela picada de insetos;
- Nas piscinas ou casas-de-banho.

## Como se PREVINE a infeção?

- **Evitando** contactos sexuais com parceiros desconhecidos, ocasionais, múltiplos ou com quem os tenha;

- Usando sempre o **preservativo** (♂: externo; ou ♀: interno) em todas as práticas sexuais (sexo anal, oral, vaginal) com quem não tenha certeza se está ou não infetado;

- **Não partilhando** objetos como lâminas de barbear ou outros que possam contactar com sangue (escova de dentes, material de manicure);

- Se injeção de drogas, **não partilhando** material usado para esse fim (seringas, agulhas, algodões, caldos);

- **Evitando** realizar acupuntura, tatuagens, furar orelhas ou colocar "piercings" se não tiver a certeza que os materiais foram esterilizados;

- O risco de uma mãe infetada contagiar o filho pode ser reduzido significativamente através do **tratamento** durante a gravidez e no parto e, depois, da evicção do aleitamento materno.



## Como se DETETA a infeção?

Existem **análises de sangue** específicas, que podem ser feitas nos centros de saúde, num Centro de Aconselhamento e Deteção Precoce do VIH (CAD), junto de organizações não-governamentais e de base comunitária, e ainda nalgumas farmácias comunitárias e laboratórios de patologia clínica/análises clínicas.

Podem consistir em **testes de rastreio** (os primeiros a ser realizados) ou **testes de confirmação** (realizados se o teste de rastreio for reativo, "positivo").

Os **testes de rastreio** mais utilizados são os testes rápidos, que apenas requerem 1-3 gotas de sangue e dão uma resposta em ~30 minutos.

São muito **seguros e fidedignos**.

> Se for **reativo**, existe uma forte probabilidade de estar infetado por VIH. Deve ser referenciado a um serviço hospitalar e realizar um teste de confirmação.

> Se for **não reativo** e tiver existido comportamento de risco há < de 3 meses, pode ter de repetir o teste; deve procurar aconselhamento especializado.

> Se for **não reativo** e tiver existido comportamento de risco há 3 meses ou mais, considera-se que é seronegativo, isto é, não está infetado.

## Existe TRATAMENTO / CURA?

Ainda **não existe cura** para a infeção por VIH.

Contudo, **existe tratamento** com medicamentos que retardam a multiplicação do vírus e, com isso, atrasam o aparecimento das doenças oportunistas.

Hoje em dia, se detetada de forma **precoce** e tratada adequadamente, a infeção por VIH não invalida uma **esperança de vida** como a de pessoas não infetadas!

## O que é a PROFILAXIA pré / pós-exposição?

Tratamento indicado em situação de risco acrescido de infeção por VIH, para preveni-la.

> Profilaxia **pré-exposição**: disponibilizada, após avaliação médica, em consulta hospitalar específica e iniciada antes de uma exposição de risco.

> Profilaxia **pós-exposição**: disponibilizado, após avaliação médica, nos serviços de urgência e iniciada imediatamente após uma exposição de risco.

Pode causar efeitos secundários e **não evitam outras** infeções sexualmente transmissíveis!

## O que É o VIH / SIDA?

**VIH** (Vírus da Imunodeficiência Humana) é um vírus que, depois de entrar no corpo humano, pode ficar “adormecido” durante muito tempo, sem dar sintomas.

Nesse período, as pessoas infetadas designam-se **seropositivas**.

Quando o vírus “desperta”, desencadeia a destruição progressiva dos mecanismos de defesa, deixando a pessoa **mais suscetível** a contrair infeções e a desenvolver alguns cancros.

**SIDA** (Síndrome de Imunodeficiência Adquirida) é, então, a doença que aparece mais tarde, quando o VIH já degradou de tal modo o sistema imunitário que o corpo não consegue travar o aparecimento de doenças oportunistas, que afetam vários órgãos.

## Como SE transmite o VIH?

O VIH encontra-se principalmente no sangue, líquido pré-ejaculatório e sémen, fluidos vaginais e também no leite materno de pessoas infetadas.

Assim, a **transmissão** pode ocorrer:

- Através de **relações sexuais** (vaginais, anais, orais) sem preservativo;
- Através da **partilha de material** para injeção de drogas (seringas, agulhas, algodões, caldos), objetos cortantes (lâminas de barbear) ou instrumentos perfurantes (para “piercing”, tatuagem, acupuntura);
- De **mãe infetada** para o filho, durante a gravidez, no momento do parto ou na amamentação.

## Como NÃO SE transmite o VIH?

- Pelo aperto de mão, toque, abraço, beijo, conversa;
- Pelos espirros ou pela tosse;
- Pelos alimentos ou água;
- Pelos talheres, louça, roupa;
- Pela picada de insetos;
- Nas piscinas ou casas-de-banho.

## Como se PREVINE a infeção?

- **Evitando** contactos sexuais com parceiros desconhecidos, ocasionais, múltiplos ou com quem os tenha;

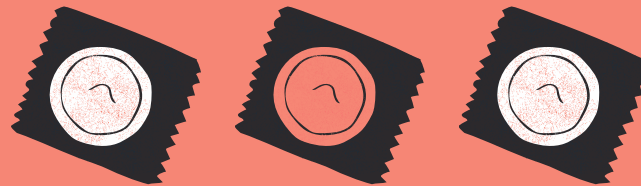
- Usando sempre o **preservativo** (♂: externo; ou ♀: interno) em todas as práticas sexuais (sexo anal, oral, vaginal) com quem não tenha certeza se está ou não infetado;

- **Não partilhando** objetos como lâminas de barbear ou outros que possam contactar com sangue (escova de dentes, material de manicure);

- Se injeção de drogas, **não partilhando** material usado para esse fim (seringas, agulhas, algodões, caldos);

- **Evitando** realizar acupuntura, tatuagens, furar orelhas ou colocar “piercings” se não tiver a certeza que os materiais foram esterilizados;

- O risco de uma mãe infetada contagiar o filho pode ser reduzido significativamente através do **tratamento** durante a gravidez e no parto e, depois, da evicção do aleitamento materno.



## Como se DETETA a infeção?

Existem **análises de sangue** específicas, que podem ser feitas nos centros de saúde, num Centro de Aconselhamento e Deteção Precoce do VIH (CAD), junto de organizações não-governamentais e de base comunitária, e ainda nalgumas farmácias comunitárias e laboratórios de patologia clínica/análises clínicas.

Podem consistir em **testes de rastreio** (os primeiros a ser realizados) ou **testes de confirmação** (realizados se o teste de rastreio for reativo, “positivo”).

Os **testes de rastreio** mais utilizados são os testes rápidos, que apenas requerem 1-3 gotas de sangue e dão uma resposta em ~30 minutos.

São muito **seguros e fidedignos**.

> Se for reativo, existe uma forte probabilidade de estar infetado por VIH. Deve ser referenciado a um serviço hospitalar e realizar um teste de confirmação.

> Se for não reativo e tiver existido comportamento de risco há < de 3 meses, pode ter de repetir o teste; deve procurar aconselhamento especializado.

> Se for não reativo e tiver existido comportamento de risco há 3 meses ou mais, considera-se que é seronegativo, isto é, não está infetado.

## Existe TRATAMENTO / CURA?

Ainda **não existe cura** para a infeção por VIH.

Contudo, **existe tratamento** com medicamentos que retardam a multiplicação do vírus e, com isso, atrasam o aparecimento das doenças oportunistas.

Hoje em dia, se detetada de forma **precoce** e tratada adequadamente, a infeção por VIH não invalida uma **esperança de vida** como a de pessoas não infetadas!

## O que é a PROFILAXIA pré / pós-exposição?

Tratamento indicado em situação de risco acrescido de infeção por VIH, para preveni-la.

> Profilaxia pré-exposição: disponibilizada, após avaliação médica, em consulta hospitalar específica e iniciada antes de uma exposição de risco.

> Profilaxia pós-exposição: disponibilizado, após avaliação médica, nos serviços de urgência e iniciada imediatamente após uma exposição de risco.

Pode causar efeitos secundários e **não evitam outras** infeções sexualmente transmissíveis!