

## Como posso me proteger contra o VIH?

- Sempre use preservativo de látex ou poliuretano ou barreira (barreira dental) ao ter relações sexuais (vaginal, oral ou anal).
- Os preservativos feitos de materiais “naturais” podem evitar a gravidez, mas **NÃO EVITAM O VIH** ou outras doenças sexualmente transmissíveis.
- Limite o número de parceiros sexuais.
- Converse com seu parceiro sobre a situação dele e sobre como fazer o teste.
- Converse com seu médico sobre sexo seguro e sobre como fazer o teste.
- Entenda que ter relações sexuais enquanto estiver sob a influência de drogas e/ou álcool pode aumentar a probabilidade de ter relações sexuais sem proteção.
- Não compartilhe agulhas ou “equipamentos” se usar drogas injetáveis.

## Quais são os sintomas do VIH?

Muitas pessoas que estão infectadas pelo VIH não apresentam sintomas até muitos anos após a infecção. **Podem** ser sinais de infecção avançada por VIH:

- Rápida perda de peso, tosse seca, febre recorrente ou suores noturnos intensos
- Fadiga profunda e inexplicável, inchaço dos gânglios linfáticos nas axilas, virilha ou pescoço
- Diarreia que dura mais de uma semana
- Manchas brancas ou marcas incomuns na língua, boca ou garganta
- Perda de memória, depressão e outros problemas neurológicos

## O VIH pode ser tratado ou curado?

Medicamentos estão disponíveis para tratar a infecção pelo VIH, mas ainda não há cura. Receber tratamento precoce é o melhor a fazer. Portanto, faça o teste se achar que possa estar infectado. Tomar a medicação contra o VIH pode fazer com que você se sintsa saudável e reduzir a chance de transmissão do vírus para outra pessoa. Atualmente, pesquisadores têm trabalhado em vacinas, novos medicamentos e novas formas de evitar o VIH.

## E se eu tiver sido exposto ao VIH?

Se você acredita que foi exposto ao VIH, consulte seu médico imediatamente. Medicamentos para tratamento logo após a exposição podem evitar a infecção. Isso é chamado de Profilaxia Pós-Exposição (PEP). Se você acha que poderá ficar exposto ao VIH no futuro, pergunte ao seu médico sobre a PrEP (Profilaxia Pré-Exposição). Se você não tiver um médico, entre em contato com a Linha de Saúde da Prefeitura pelo número **617-534-5050** para obter ajuda sobre como encontrar atendimento em Boston.

## Como posso saber se tenho o VIH?

A única maneira de saber se você está infectado é **por meio de exames**. Um profissional de saúde recolhe uma amostra de sangue ou faz uma coleta no interior de sua boca para fazer o teste de VIH. Dependendo do tipo de teste, você pode saber o resultado em 20 minutos (teste de VIH rápido) ou em poucos dias. Converse com seu médico para saber qual teste é mais indicado para você. Há também vários centros que oferecem testes gratuitos e confidenciais em Boston. Para encontrar um centro de testes perto de você, ligue para a Linha de Saúde da Prefeitura pelo número **617-534-5050** ou visite [https://gettested.cdc.gov/search\\_results](https://gettested.cdc.gov/search_results).

Para obter mais informações, visite:

<http://www.bphc.org/whatwedo/sexual-health>

# VIH



Boston Public Health Commission  
Infectious Disease Bureau  
1010 Massachusetts Avenue  
Boston, MA 02118  
[www.bphc.org](http://www.bphc.org)  
617-534-5611

## O que é o VIH?

VIH (Vírus da Imunodeficiência Humana) é um vírus que ataca o sistema imunológico, a parte do corpo que combate as doenças. A infecção pelo VIH pode acabar levando à SIDA (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida). Sabe-se que mais de 5.600 residentes de Boston conviviam com o VIH em 2013.

## Como é transmitido o VIH?

O VIH é transmitido por meio de fluidos corporais, como fluidos vaginais, sêmen e sangue. Qualquer pessoa que seja exposta ao vírus por contato sexual ou sangue pode ficar infectada. O VIH pode ser transmitido por meio de relações sexuais (vaginal, oral ou anal), uso de drogas injetáveis e de mãe para filho durante a gravidez, parto ou amamentação. Em casos muito raros, o VIH também pode ser transmitido por transfusões de sangue (processo de obtenção de produtos derivados do sangue) ou transplante de órgãos. No entanto, todo o sangue e órgãos doados passam por testes de VIH, por isso a possibilidade de estarem infectados desta forma é muito pequena. Os indivíduos ainda podem transmitir o VIH mesmo que não apresentem sintomas. Os homens que mantêm relações sexuais com homens (HSH) apresentam uma maior taxa de infecção por VIH em comparação a outros grupos. Em 2013, 48% dos residentes da cidade de Boston que tinham o VIH eram HSH.



## Como o VIH atua?

Existem diferentes fases na infecção pelo VIH: infecção aguda, latência clínica e SIDA.

### Infecção aguda:

- Esta fase ocorre entre 2 a 4 semanas depois de ter sido infectado pelo vírus.
- A maioria das pessoas infectadas desenvolve uma doença semelhante à gripe (febre, dores musculares, erupção cutânea, dor nas articulações)
- Os sintomas podem ser leves o suficiente para passar despercebidos, mas o vírus está se multiplicando e se espalhando por todo o corpo durante esse período.
- A capacidade de transmitir o VIH é mais elevada nesta fase porque a quantidade de vírus no sangue é muito alta.

### Latência clínica (inatividade ou dormência):

- Esta fase pode durar anos
- Existem sintomas limitados associados a este estágio da infecção pelo VIH. Muitos indivíduos podem viver sem sintomas durante muitos anos.
- Durante esta fase, o vírus está presente no corpo, mas não está atacando o sistema imunológico. No entanto, o tratamento durante esta fase é importante.
- Os indivíduos ainda podem transmitir o vírus durante este estágio.

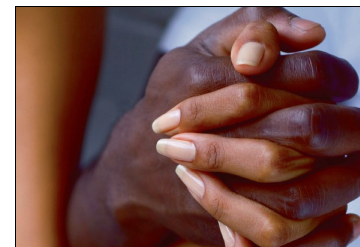
### SIDA (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida):

- Esta fase geralmente ocorre muitos anos após o indivíduo ter sido infectado pelo VIH.
- Uma pessoa tem SIDA quando sua resposta imunológica é muito fraca e ela perde a capacidade de combater as infecções.
- Os sintomas associados a essa fase variam bastante.
- Muitos medicamentos estão disponíveis para tratar a SIDA.

É importante notar que uma pessoa pode transmitir o VIH a outras em qualquer uma destas fases.

## Os fatores de risco para o VIH incluem:

- Sexo anal ou vaginal sem utilizar preservativo (de látex ou poliuretano)
- Sexo oral sem o uso de uma barreira dental (barreira oral)
- Ter vários parceiros sexuais
- Ter alguma outra Infecção Transmitidas Sexualmente (ITS) como clamídia, gonorreia ou sífilis
- Compartilhar agulhas ou outros “equipamentos” ao injetar drogas
- Ter nascido de uma mulher infectada pelo VIH



## Por quanto tempo uma pessoa infectada pode transmitir o VIH?

Uma vez que um indivíduo seja infectado pelo VIH, ele **sempre** pode transmitir o vírus para um indivíduo não infectado por meio de relações sexuais ou de compartilhamento de equipamentos de injeção de drogas, como agulhas. Quanto mais VIH eles tiverem em seus corpos, mais facilmente poderão transmitir o vírus. O tratamento contra o VIH reduz a chance de infectar outra pessoa. Portanto, é muito importante tomar todos os medicamentos prescritos. Sempre utilize preservativo durante relações sexuais (vaginal, oral ou anal) e nunca compartilhe agulhas ou “equipamentos” ao injetar drogas. O VIH também pode ser transmitido da mãe infectada para o filho durante a gravidez, parto ou amamentação se não houver um tratamento adequado.