



Os homens e o HIV

Perguntas e respostas sobre o HIV

Você quer se manter saudável, e manter saudáveis as pessoas que você ama?

Descubra quais são os seus comportamentos de risco, seja honesto com você mesmo e com o seu parceiro, seja ele homem ou mulher, e saiba o seu status de HIV.

O que é o HIV e a AIDS?

- O HIV é o vírus que causa a AIDS.
- A AIDS é o estágio final de uma doença que envolve um dano severo ao sistema imunológico.

Existe cura?

- Não existe cura para o HIV nem para a AIDS, mas existem vários tratamentos eficazes para o HIV.
- As pessoas com HIV podem receber assistência médica gratuita ou de baixo-custo para ajudá-las a ter uma vida longa e saudável.

Como se transmite o HIV?

- Através do sangue, do sêmen, das secreções vaginais e do leite materno.
- Através do ato sexual, vaginal ou anal, sem usar preservativos.
- Compartilhando seringas e outros materiais ao se injetar drogas.
- Através do contato com o sangue de outra pessoa.
- As mulheres portadoras do HIV podem transmitir o vírus para o feto antes ou durante o parto, ou durante a amamentação.

O HIV é transmitido de alguma outra forma?

- Você não pode contrair o HIV através do contato casual com uma pessoa portadora do vírus, tal como abraçar, apertar a mão ou compartilhar uma bebida.
- Você não pode contrair o HIV através da tosse ou do espirro de outra pessoa.
- Por vezes, o HIV pode ser transmitido através do sexo oral, mas o risco é baixo.

Existe alguma relação entre o HIV e outras doenças?

- Existe. O sexo sem proteção pode ser um risco de transmissão de outras doenças sexualmente transmissíveis, tais como a gonorréia, a sífilis, a clamídia, o herpes e as verrugas genitais.
- As pessoas que têm alguma doença sexualmente transmissível podem se infectar e transmitir o HIV com mais facilidade do que as pessoas que não têm.
- Muitos homens que se infectaram recentemente com sífilis também são portadores do HIV.
- O contato com o sangue de outra pessoa também pode transmitir a hepatite B ou C.

Como homem, o que eu devo saber sobre o HIV?

- Cada vez que você tem relações sexuais com um homem ou com uma mulher, você corre o risco de se infectar ou de transmitir o HIV e outras doenças sexualmente transmissíveis.
- Se você tiver vários parceiros sexuais, sejam eles homens ou mulheres, você corre um risco maior.
- O sexo oral é mais seguro do que o sexo vaginal. O sexo vaginal é mais seguro do que o sexo anal.
- Para alguns homens é muito difícil falar com o/a parceiro/a sobre o uso de preservativos ou de outras práticas para diminuir o risco de contágio com o HIV. Outros homens não sabem como falar com o/a parceiro/a sobre sexo, uso de drogas ou status do HIV. Se você precisar de ajuda para conversar com seu/sua parceiro/a, ligue para a linha direta da AIDS Action, no número 800-235-2331, TTY: 617-437-1672.

Como posso diminuir o meu risco de contrair o HIV?

Três formas de diminuir o seu risco:

- Use preservativos todas as vezes que tiver relações sexuais.
- Pratique o sexo oral ao invés do sexo anal ou vaginal.
- Diminua o número de parceiros sexuais, sejam eles homens ou mulheres.

Algumas outras coisas que você pode fazer:

- Se você tiver relações sexuais com homens, mulheres ou ambos, converse com o seu/sua parceiro/a sobre os riscos de contrair o HIV.
- Descubra o status de HIV e de doenças sexualmente transmissíveis (DST) e o nível de risco, tanto seu quanto do parceiro, seja ele homem ou mulher. Isto pode ajudá-lo a tomar decisões inteligentes sobre a sua prática sexual com o seu parceiro.
- Se o seu parceiro for portador do HIV, faça o que puder para ajudá-lo a se tratar e a se manter saudável.



**Massachusetts Department
of Public Health
HIV/AIDS Bureau**
www.mass.gov/dph/aids



Se você usa drogas injetáveis estas dicas podem ajudar a diminuir o seu risco:

- Use agulhas e seringas novas todas as vezes que você se injetar drogas. Você pode conseguir agulhas limpas em várias farmácias em Massachusetts ou em postos de troca de seringas.
- Não compartilhe seringas, algodão, copinhos para dissolver a droga ou outro tipo de material.
- Se você tiver que compartilhar, compartilhe com o menor número de pessoas possível. Limpe as agulhas e o resto do material entre um uso e outro.
- Se você usar agulhas ou seringas novamente, limpe-as antes de cada uso. Primeiro, lave com água três vezes. Depois, encha com cloro (lixívia) e sacuda por dois minutos antes de jogar fora o cloro. Repita o procedimento com cloro novo duas vezes mais. A seguir, enxágüe com água três vezes.



Por que devo fazer o teste?

- O teste é a única forma de saber com certeza se você é portador do HIV.
- Todos os centros para fazer o teste podem direcioná-lo para a assistência médica e os serviços de apoio que podem ajudá-lo a se manter saudável.
- Como as pessoas podem transmitir o HIV mesmo quando elas não têm sintomas, ao descobrir o seu status de HIV, você pode evitar a transmissão ao seu parceiro.

Aonde posso fazer um teste de HIV?

- Você pode fazer o teste no consultório do seu médico.
- Existem centros de teste em todo o estado de Massachusetts.
- Alguns centros oferecem a possibilidade de fazer o teste usando um número, ao invés do seu nome.
- Para descobrir um centro que faça o teste próximo de você, pergunte ao seu profissional de saúde, ligue para 800-235-2331, ou consulte a página web www.mass.gov/dph/aids.

O quê mais devo saber sobre o teste de HIV?

- Ninguém pode obrigá-lo a fazer o teste, e você deve assinar um consentimento antes de fazer o teste.
- Existem diferentes testes. Alguns testam o sangue, outros usam uma espécie de cotonete para coletar secreções da boca. Também existe um teste rápido com resultado no mesmo dia.

- Geralmente, os centros de teste também fazem testes de triagem para outras doenças sexualmente transmissíveis e para a hepatite.

O quê eu devo fazer se tive relações sexuais sem proteção ou compartilhei uma seringa com um portador ou um provável portador do HIV?

- Você pode reduzir o seu risco tomando certos medicamentos durante um mês depois de ter tido sexo sem proteção ou compartilhado uma seringa.
- Deve-se começar a tomar estes medicamentos nas primeiras 72 horas após a exposição. É melhor começar a tomar os medicamentos o quanto antes.
- A Emergência do hospital mais próximo ou o seu profissional de saúde podem ajudá-lo a decidir se estes medicamentos são adequados para você. Se for o caso, o médico pode lhe dar os medicamentos ou lhe dizer onde conseguí-los.
- Se estes medicamentos não forem adequados para você, faça o teste 6 semanas após ter tido sexo sem proteção ou compartilhado uma seringa.
- Para maiores informações ligue para a Linha Direta da AIDS Action no número 800-235-2331 ou consulte a página web www.mass.gov/dph/aids.



Onde posso conseguir mais informações?

**AIDS Action Hotline
(Linha direta da AIDS Action)**
Inglês e espanhol: 800-235-2331
TTY: 617-437-1672
www.aac.org

**Massachusetts Substance Abuse
Information Help Line
(Centro de apoio de informações sobre
abuso de substâncias em Massachusetts)**
Inglês e espanhol: 800-327-5050
TTY: 617-536-5872

