



As mulheres e o HIV

Perguntas e respostas

Você está procurando informações sobre o HIV?

Aprenda o quê fazer para tomar decisões inteligentes e se manter saudável.

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.
- Existem serviços especiais para mulheres e crianças portadoras do HIV.

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.
- As mulheres portadoras do HIV podem transmitir o vírus para o feto antes ou durante o parto, ou durante a amamentação.
- Compartilhando seringas e outros materiais ao se injetar drogas.
- Através do contato com o sangue de outra pessoa.

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.
- O contato com o sangue de outra pessoa também pode transmitir a hepatite B ou C.

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.

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

- Sexo sem proteção, compartilhar seringas e ter contato com o sangue de uma pessoa pode aumentar o seu risco de contrair o HIV.
- Muitas pessoas não sabem que são portadoras do HIV e outras não querem falar sobre os riscos que correram. Por isso, a melhor forma de se proteger ao ter relações sexuais é optar por práticas que diminuam o risco de contrair o HIV.
- Ter mais de um parceiro sexual aumenta o risco de transmitir ou contrair o HIV e outras doenças sexualmente transmissíveis.
- Para algumas mulheres é muito difícil pedir para o parceiro usar um preservativo ou fazer outras coisas para diminuir o risco de contágio. Outras mulheres não sabem como conversar com o seu parceiro sobre sexo, uso de drogas ou status do HIV. Se você precisar de ajuda para conversar com o seu parceiro, ligue para a linha direta da AIDS Action, no número 800-235-2331, TTY: 617-437-1672.
- Para algumas mulheres é ainda mais difícil falar sobre essas coisas se elas não se sentem seguras. Há pessoas que podem ajudar. Ligue para Jane Doe para obter mais informações ao telefone 617-248-0922, TTY: 617-263-2200.

O quê eu devo saber sobre o HIV se eu estiver grávida ou pensando em engravidar?

- As mulheres portadoras do HIV podem transmitir o vírus para o seu filho antes ou depois do parto, ou através da amamentação.
- Descubra o seu status de HIV. Se você estiver sob risco de contrair o HIV, faça o teste mais de uma vez.
- Receba assistência médica de rotina durante a gravidez e converse com o seu profissional de saúde sobre o HIV.
- Se você for portadora do HIV e estiver grávida, você pode tomar certos medicamentos que diminuem o risco de transmissão do HIV ao bebê. A maior parte dos bebês cuja mãe se trata, não contraem HIV.
- Dê fórmula em mamadeira ao invés de amamentar para não transmitir o HIV ao bebê.



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



As pílulas anticoncepcionais (comprimido) ou os espermicidas previnem a transmissão do HIV?

- Não. Se você tiver relações sexuais, apenas o preservativo pode reduzir o risco de gravidez e de transmissão do HIV.
- Alguns espermicidas podem irritar a vagina, o que facilita a transmissão do HIV durante o ato sexual.

O que é o preservativo feminino?

- O preservativo feminino (PF) é usado dentro da vagina. Tal como o preservativo masculino, o preservativo feminino previne a gravidez e a transmissão de doenças.
- Você pode comprá-los em farmácias. Alguns grupos comunitários tem distribuição gratuita.



Como posso diminuir o meu risco de contrair 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.

Algumas outras coisas que você pode fazer:

- 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.

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-as com água três vezes. Depois, encha com cloro (lixívia; pode ser água sanitária) e sacuda por dois minutos antes de jogar fora o cloro. Repita o procedimento com cloro novo duas vezes mais. A seguir, lave com água três vezes.

Por que devo fazer o teste?

- O teste é a única forma de saber com certeza se você é portadora do HIV.
- Todos os centros para fazer o teste podem direcioná-la para a assistência médica e os serviços de apoio que podem ajudá-la 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 a 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-la a fazer o teste, e você deve assinar um consentimento antes de fazer o teste.
- Existem tipos diferentes de 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 relações sexuais 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