VIH

Informação, direitos e regulamentos para pacientes. Ficha de doenças infeciosas dos médicos especialistas

Porque recebeu esta informação?

Está contagiado ou há uma suspeita de que possa estar contagiado com VIH (HIV, Human Immunodeficiency Virus). Esta ficha contém informações sobre o VIH, tratamentos possíveis e o que precisa de fazer.

O que é o VIH?

O VIH é um vírus que afeta o sistema imunitário. Atualmente, há fármacos que, quando tomados de forma correta, podem diminuir a presença do vírus no corpo e proporcionar uma vida longa e com qualidade. O risco de infetar outra pessoa com VIH é muito reduzido quando os medicamentos são tomados de forma correta. Uma infeção com VIH não se cura, pois, mesmo com um bom tratamento, o vírus continua sempre presente no corpo. Uma pessoa infetada que não siga um tratamento fica com o sistema imunitário enfraquecido, desenvolvendo, após algum tempo, infeções anormais ou cancro. Esta última fase tem a designação de SIDA. A maior parte das pessoas que atualmente contrai o VIH nunca irá desenvolver a SIDA.

Como se fica infetado com VIH?

A maioria das pessoas com VIH foi infetada por sexo sem proteção, independentemente de ser vaginal ou anal, e em alguns casos, por sexo oral. O sangue com VIH é muito contagioso, podendo o VIH ser transmitido de pessoa para pessoa através de transfusões de sangue, picadas de agulhas ou a partilha de seringas. Há também o risco de infeção, no caso de sangue contaminado com VIH entrar em contacto com os olhos, nariz, boca ou feridas na pele. Um bom tratamento contra VIH reduz drasticamente a contaminação, mas não remove totalmente o risco de infeção. O VIH pode ser transmitido de mãe para filho durante a gravidez, o parto ou a amamentação. Se a infeção de VIH da mãe for conhecida, o risco para o bebé pode ser praticamente eliminado com medicação, desde que a mãe não amamente.

Em que casos é que o VIH não é contagioso?

O VIH não é contagioso através de abraços, beijos ou carícias. As lágrimas, a urina, as fezes, o vómito ou os espirros também não são contagiosos, se não houver sangue misturado. O sangue na pele não lesionada também não constitui um risco de infeção.

Direitos

Em conformidade com a legislação sobre doenças infeciosas, os testes, as consultas e os tratamentos clínicos de VIH são gratuitos.

Tem também direito a apoio psicossocial, que pode ser necessário para gerir a doença. O seu médico irá aconselhá-lo sobre como evitar pôr outras pessoas em risco de contágio. Não é permitido ser tratado de forma diferente por viver com VIH. O VIH está abrangido pela lei contra a discriminação, na secção relativa ao nível de incapacidade.

Atividade profissional

Normalmente, estar infetado com VIH não impõe limites a uma vida de estudante ou profissional.

Gravidez e amamentação

Pode obter ajuda para poder ter filhos, minimizando os riscos de transmissão para o bebé e para o seu parceiro. As mulheres com VIH não devem amamentar.

Crianças com VIH

Os pais/tutores e a criança vão recebendo sucessivamente informações sobre doenças infeciosas, adaptadas à idade. As crianças portadoras de VIH têm os mesmos direitos a infantário e escola como as outras crianças, mas pode haver necessidades especiais a ter em consideração. O médico responsável ou o médico de doenças infeciosas pode providenciar informações para o infantário, com o devido consentimento dos pais/tutores. O departamento de saúde nas escolas recebe informação quando a criança começar a escola.

Usar preservativos para sexo vaginal, anal e oral

O preservativo é uma boa proteção contra o VIH e outras doenças transmissíveis sexualmente, e deve ser usado durante todo o ato sexual. É possível que os preservativos vaginais/para mulheres também funcionem, mas este método não foi ainda cientificamente avaliado. Durante o tratamento , o preservativo deve ser usado mesmo durante o sexo vaginal e anal, para reduzir o mais possível o risco de transmissão de VIH.

Tratamento de prevenção com medicamentos

No caso de haver a possibilidade de ter infetado alguém através de contacto sexual, sem que tenha havido a proteção de um preservativo, por ter havido contacto através do seu sangue ou por outro meio, é possível medicar preventivamente, com um tratamento de profilaxia pós-exposição (PPE), que deve ser iniciado o mais brevemente possível. Contacte o seu médico o mais breve possível ou um serviço de urgência de doenças infeciosas.

Rastrear a infeção

É muito importante encontrar pessoas portadoras de VIH, para que possam receber o respetivo tratamento, e para prevenir que a infeção se propague a terceiros. Por esta razão, se é portador de VIH dever indicar quem o possa ter infetado, ou se há alguém que pode ter sido contaminado por si. Podem ser pessoas com quem teve relações sexuais, ou outro tipo de contacto sexual, pessoas com quem partilhou seringas e, em certos casos, familiares. Este rastreamento é feito pelo seu médico, assistente social ou enfermeiro. Toda a informação que partilhar com quem fizer o rastreamento é confidencial. A sua identidade não será revelada às pessoas que indicar. Estas são apenas informadas de que devem fazer os testes.

O sangue deve ser sempre manuseado como contagioso

- *Qualquer pessoa que entre em contacto com o seu sangue, durante o tratamento de feridas ou semelhante, deve usar luvas.*
- *O material com sangue deve ser embalado antes de ser eliminado. As roupas podem ser lavadas à máquina.*
- *Se o seu sangue entrar em contacto com os olhos, nariz ou boca, essa pessoa deve lavar imediatamente as áreas de contacto com água. Deve informar a mesma pessoa de que o seu sangue é portador de VIH e ela deve entrar imediatamente em contacto com um médico ou serviço de urgência de doenças infeciosas.*

Regras que deve seguir para não infetar outras pessoas

De acordo com a legislação de doenças infeciosas, o VIH é uma doença perigosa para a saúde pública. É sua obrigação evitar o contágio de terceiros. Caso haja risco de contágio, deve informar a outra pessoa do seu estado. Segue-se uma lista de regras para evitar o contágio, com base nas áreas referidas na legislação. A maior parte destina-se a pessoas portadoras de VIH, enquanto que outras regras dependem da sua situação e podem alterar-se com o tempo. É o seu médico quem vai determinar quais as regras abaixo válidas para si e que deve seguir.

1. *Restrições no trabalho ou na participação em atividades onde haja o risco de contágio.*
2. *Não pode doar sangue, órgãos ou tecidos para transplantes.*
3. *Se usar seringas ou outros objetos pontiagudos para uso médico, não deixe que sejam usados por terceiros.*
4. *Se usar seringas ou outros objetos pontiagudos para injetar drogas ou um produto semelhante, não deixe que sejam usados por terceiros. De igual modo, não use nenhum recipiente de mistura comum. Todo o equipamento usado para injetar deve ser guardado e eliminado de forma a não constituir um risco de contágio para terceiros.*
5. *Deve informar que o seu sangue está contaminado quando for consultado por um dentista ou se dirigir a centro de cuidados de saúde, onde o pessoal possa ter contacto com o seu sangue, por exemplo, ao realizar análises ao sangue ou cirurgias.*
6. *Antes de fazer uma tatuagem, furos nas orelhas ou submeter-se a outro tipo de intervenção em que sejam usados utensílios afiados que possam causar sangramento, por exemplo, no caso dos "piercings", deve informar, antes da intervenção, de que o seu sangue está "contaminado".*
7. *Antes de ter contacto sexual com alguém, informe o seu parceiro de que é portador de VIH e que tal que implica o risco de transmissão de VIH. Este risco existe para todos os tipos de relações sexuais, como vaginais, anais ou orais. Como os preservativos se podem rasgar, deve revelar que é portador de VIH, mesmo se planear usar um preservativo. Deve usar preservativos nas relações sexuais que impliquem a penetração do pénis na vagina, no ânus ou na boca. Para outros tipos de contactos sexuais , devem ser usados preservativos vaginais/para mulheres. Mesmo que esteja a seguir um tratamento eficaz, deve continuar a usar preservativos para o sexo vaginal ou anal.*
8. *Não partilhe artigos de higiene pessoal, como lâminas de barbear ou escovas de dentes.*
9. *É sua obrigação ir a todas as consultas médicas consideradas necessárias pelo seu médico.*

Se alguma das regras lhe parecer errada, contacte o seu médico de doenças infeciosas no seu distrito.