

## **HIV - pessoa com tratamento clínico estabilizado, informações para pacientes**

### **Ficha técnica de infeciologia dos médicos de doenças infecciosas**

#### **Porquê que está a receber estas informações?**

Por ser portador de HIV sob tratamento clínico que foi determinado pelo seu médico como estabilizado. Um tratamento estabilizado para o HIV significa que:

- Não deve ser possível ler o nível do vírus no sangue.
- Toma os medicamentos receitados regularmente e atentamente.
- Faz regularmente os controlos do vírus e do tratamento, normalmente 2-4 vezes por ano, ou como avaliado pelo médico responsável pelo tratamento.

#### **O que é o HIV?**

O HIV é um vírus que afeta o sistema imunitário. Atualmente, há medicamentos que se tomados corretamente, reduzem a carga viral no sangue e permitem que uma pessoa portadora de HIV possa viver uma vida longa e saudável. Não há risco de infeção no contacto sexual caso a pessoa portadora de HIV esteja a seguir um tratamento bem estabelecido. A infeção HIV não se propaga, mas mesmo com um tratamento bem estabelecido, o vírus continua no sangue.

#### **Como se espalha o HIV?**

A maior parte das pessoas portadoras foram infetadas em relações sexuais sem proteção, quer seja vaginal, anal, e por vezes até oral. O sangue portador de HIV é contagioso, podendo ser passado de pessoa para pessoa em transfusões de sangue, picadas de agulha ou com seringas reusadas. Mas, com um tratamento bem estabelecido que reduza a carga viral no sangue, é possível ter relações sexuais sem risco de contágio. No entanto, não é possível excluir totalmente o contágio no caso de incidentes de alto risco como feridas de picadas ou cortes, e partilhar seringas, por não haver ainda estudos suficientes para pessoas com tratamento HIV estabelecido. O HIV pode ser passado da mãe para o bebé durante a gravidez, parto ou amamentação. É possível eliminar quase totalmente este risco com medicação, caso a infeção da mãe esteja previamente diagnosticada e não amamentar a criança.

#### **Em que casos é que o HIV não é infeccioso?**

O HIV não é contagioso através de abraços, beijos ou carícias. O mesmo é válido para lágrimas, urina, fezes, vômito ou corrimento nasal que não tenha sangue misturado. Não há risco de infeção em sangue que tenha contacto com pele não lesionada.

**Os seus direitos**

Os testes, consultas no centro de saúde e tratamentos de HIV são gratuitos, conforme a lei de doenças infecciosas.

Tem também o direito de obter o apoio psico-social que possa necessitar para enfrentar esta doença. O seu médico aconselha como evitar contagiar outros ou expor terceiros ao contágio.

**Vida profissional**

Normalmente, ser portador de HIV não limita nem os estudos nem a vida profissional.

**Gravidez e amamentação**

Caso ficar grávida, ou a sua parceira, pode obter ajuda para minimizar os riscos de contagiar o seu bebé. Para proteger o bebé, uma mulher grávida portadora de HIV tem a obrigação de informar as autoridades de saúde sobre o diagnóstico de HIV o mais cedo possível na gravidez para serem tomadas medidas de prevenção. As mulheres com VIH devem ser aconselhadas a não amamentar.

**Crianças portadoras de HIV**

Os pais ou guardiões, e a criança recebem informações sobre doenças infecciosas do médico responsável, que é sucessivamente adaptada à idade da criança. Crianças portadoras de HIV têm os mesmos direitos a cuidados de saúde e educação das outras crianças, mas podem ter necessidades especiais. O médico responsável pelo tratamento, ou o infeciologista pode providenciar informações às autoridades pré-escolares, com o acordo prévio dos pais ou guardiões. Os serviços de saúde escolares devem ser informados quando a criança começar a frequentar a escola.

**Uso de preservativos para relações sexuais vaginais, anais ou orais**

Os preservativos oferecem uma boa proteção contra o HIV e outras doenças sexualmente transmissíveis. Não é obrigado a usar preservativo para ter relações sexuais se está a seguir um tratamento estabelecido para HIV, mas recomendamos que use na mesma como prevenção de outras doenças sexualmente transmissíveis.

**Manusear sempre o sangue como infeccioso**

- Pessoas que possam ter contacto com o seu sangue, para curativo de feridas e outros, devem usar luvas.
- É sua obrigação informar qualquer pessoa que tenha contacto com o seu sangue, como numa ferida aberta, picadas ou cortes que o seu sangue pode estar contagiado com HIV e que devem contactar imediatamente uma clínica de doenças infecciosas ou as urgências para avaliação.

**Regras da conduta a seguir para não infectar terceiros**

De acordo com a lei sobre doenças infecciosas, o HIV é considerado uma doença infecciosa para o público em geral. É sua obrigação evitar passar a doença a outras pessoas. Se enfrentar o risco de contagiar alguém, deve informar a outra pessoa sobre a sua doença. Encontra abaixo as regras de conduta para evitar contagiar terceiros, que se baseiam no âmbito da legislação. A maioria referem-se a todas as pessoas portadoras de HIV, outras referem-se apenas à sua situação e estas vão-se alterando com o tempo. Quem determina quais as regras descritas abaixo se referem à sua situação é o seu médico.

1. Não pode doar sangue, órgãos ou tecidos para transplantes.
2. Se usa seringas ou artigos semelhantes para fins medicinais, não pode partilhar estes com terceiros.
3. Se usa seringas para injetar drogas ou semelhante, não as partilhe com terceiros, nem partilhe taças de mistura com outros. Todos os artigos usados para injeções devem ser guardados e eliminados de forma a não serem um risco para a saúde de terceiros.
4. Nos seus contactos com clínicas médicas ou dentárias, é sua obrigação informar antes de uma intervenção que tem uma “doença infecciosa no sangue”, por haver o risco de picadas ou cortes como é o caso nas intervenções cirúrgicas. Não necessita de partilhar esta informação para consultas e exames de rotina nos serviços de saúde e dentistria, incluindo análises ao sangue ou injeções.
5. Não partilhe com terceiros artigos de higiene pessoal cortantes, como lâminas de barbear
6. Deve apresentar-se a todas as consultas de seguimento consideradas necessárias pelo seu médico.

Se lhe foi atribuída alguma regra de conduta que pensa ser errada para si, agradecemos que entre em contacto com o médico de doenças infecciosas da sua região.