

HIV-

O QUE É HIV?

HIV significa Human Immunodeficiency Virus (Vírus da imunodeficiência humana). O HIV afeta o sistema imunológico do corpo, atacando suas defesas contra as doenças, tornando-o menos capaz de combater infecções e mais vulnerável às doenças.

Se não for tratado, o HIV pode causar a AIDS (Síndrome da imunodeficiência adquirida) prejudicando gravemente o sistema imunológico do corpo, resultando em enfermidades e doenças graves. A AIDS só pode se desenvolver em alguém já infectado pelo HIV, mas nem todos os que possuem o HIV desenvolvem a AIDS. Na Irlanda, devido aos bons tratamentos agora disponíveis para o HIV, a maioria não desenvolve a AIDS.

Quanto mais cedo for iniciado o tratamento do HIV, mais eficaz ele será, e é por isso que é importante que as pessoas em situação de risco façam o teste.

COMO SE CONTRAI O HIV?

O vírus do HIV é encontrado no sêmen, sangue, nos líquidos retais, fluidos vaginais e no leite materno.

As formas mais comuns de contrair o HIV são através do sexo anal desprotegido (sem preservativo), do compartilhamento de seringas ou agulhas para injetar drogas ou de brinquedos sexuais sem o uso de preservativos.

A infecção pelo HIV pode ser difícil de detectar em seus estágios iniciais. Sem tratamento, uma pessoa com HIV ficará muito adoentada com o tempo.

Você não contrai o HIV:

- compartilhando comida ou utensílios de cozinha;
- beijando;
- apertando a mão ou abraçando;
- usando o banheiro ou piscinas;
- cuspidando ou mordendo;
- espirrando.

É extremamente improvável contrair o HIV através do sexo oral, embora haja um risco teórico se você tiver feridas abertas na boca.

situação de risco façam o teste.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

O HIV precisa ser diagnosticado por um exame de sangue.

A grande maioria das pessoas com HIV não terá sintomas durante muitos anos. Algumas pessoas experimentarão a “doença de soroconversão” cerca de 4 a 6 semanas após a infecção pelo vírus HIV. Os sintomas da doença de soroconversão são semelhantes à gripe comum. Ter sintomas de gripe não quer dizer que você tenha HIV. A única maneira de saber é fazer um teste de HIV.

Se você ou seu parceiro acharem que podem ter sido infectados com o HIV, é importante que vocês dois façam o teste.

O HIV pode estar presente há anos antes dos problemas de saúde começarem a aparecer. No entanto, a pessoa com HIV ainda pode transmitir o vírus a outras pessoas durante esse período e seu sistema imunológico ficará cada vez mais debilitado.

Se detectado cedo, os medicamentos devem ajudar a pessoa com HIV a ficar bem e levar uma vida saudável e normal. É por isso que é importante para quem corre o risco de contrair o HIV fazer o teste regularmente.

A maioria das pessoas com HIV na Irlanda contrai a infecção através do sexo desprotegido ou do compartilhamento de agulhas usadas para injetar drogas.

COMO É UM TESTE DE HIV?

O teste de HIV é objetivo, altamente preciso e é a única maneira de saber se você está infectado. Se você nunca fez o teste de HIV, considere fazê-lo.

Considere fazer um teste também se você já tiver feito antes, mas se nos últimos 3 e 6 meses:

- tiver tido relações sexuais sem proteção com um novo parceiro;
- tiver compartilhado material injetável.

Como o HIV pode ser transmitido através das relações sexuais, se você estiver pensando em fazer sexo sem preservativo, deveria considerar fazer um teste juntamente com seu parceiro antes.

Você pode fazer o teste de HIV em sua unidade de saúde sexual local e com o seu médico. Muitas instituições de caridade de saúde sexual também oferecem testes gratuitos. Uma lista completa de centros de testes está disponível aqui.

Os testes em unidades públicas de saúde sexual são totalmente gratuitos e confidenciais. Um teste de HIV consiste em tirar uma pequena quantidade de sangue, geralmente do seu braço ou do seu dedo. Você pode obter o resultado imediatamente ou talvez seja necessário esperar que eles enviem a amostra para um laboratório de testes. De qualquer forma, eles deixarão que você saiba o resultado e o que isso significa. Se tiver alguma dúvida, basta perguntar à pessoa que está realizando o teste ou informando o resultado.

Se você contrair o HIV, o seu corpo reage à infecção e produz “anticorpos”. O teste procura identificar se você tem esses anticorpos do HIV em seu sangue. Se você tiver anticorpos do HIV, isso significa que você tem HIV.

E SE O RESULTADO FOR HIV POSITIVO?

Se o seu teste mostrar que você tem HIV, você será encaminhado para um especialista para receber mais orientações, ajuda e tratamento. Tudo isso é gratuito.

Ter HIV pode ser um choque, mas lembre-se de que é uma condição gerenciável e há tratamentos que podem ajudá-lo a se manter saudável, bem e a viver uma vida normal.

Saiba mais em seu status de HIV.

E SE O RESULTADO FOR HIV NEGATIVO?

Isso significa que você não tem HIV. Esta é uma ótima oportunidade para saber mais sobre como permanecer soronegativo. Reserve um tempo para aprender a prevenir o HIV e outras infecções sexualmente transmissíveis ((ISTs) através da leitura da nossa seção de prevenção.

Pode levar de 2 a 3 meses após você ter entrado em contato com o HIV para o teste detectar os anticorpos. Se a sua exposição mais recente ao HIV tiver sido nos últimos 3 meses, você pode fazer o teste imediatamente, já que os anticorpos do HIV podem aparecer antes, mas você será aconselhado a fazer outro teste 3 meses após o seu último risco para estar completamente seguro.

COMO É O TRATAMENTO?

Embora não haja cura para o HIV, existem tratamentos efetivos disponíveis que permitem às pessoas a condição de ficar bem e levar vidas saudáveis normais.

Quanto mais cedo o tratamento for iniciado, mais eficaz ele será.

O HIV é tratado com uma série de medicamentos que reduz o nível do vírus em seu sangue e, portanto, pode impedir que o primeiro cause problemas de saúde por muitos anos, mas você precisa continuar tomando esses medicamentos para que continuem funcionando.

Atualmente, muitas pessoas tomam apenas uma pílula todos os dias e se consultam com um especialista no hospital de 3 e 6 meses para um check-up.

O exame de sangue regular para examinar a quantidade de vírus no sangue é usado para verificar se o tratamento está funcionando ou se é necessária uma alteração nos medicamentos. Um dos principais objetivos no uso dessas drogas é tornar-se indetectável, isso terá um impacto positivo na sua saúde e significa que você não transmitirá o vírus para outra pessoa. Saiba mais sobre carga viral e transmissão do HIV.

COMO POSSO PREVENIR O HIV?

Há várias maneiras de prevenir o HIV:

1. Preservativos: usar preservativos e lubrificantes consistentemente toda vez que fizer sexo.
2. PEP: medicação contra o HIV, tomada dentro de 72 horas após a exposição ao HIV e administrada por 28 dias.
3. PrEP: medicação contra o HIV tomada diariamente para prevenir a infecção pelo HIV (ainda não disponível na Irlanda).
4. Considerando níveis de carga viral: uma carga viral indetectável significa que o risco de transmissão é insignificante.
5. Posicionamento estratégico: homens soropositivos na condição de “passivos” durante sexo anal desprotegido com um homem soronegativo; um risco um tanto reduzido, porém a transmissão pode ocorrer.

Saiba mais sobre prevenção aqui.

O QUE SIGNIFICA INDETECTÁVEL?

Carga viral é o termo usado para descrever a quantidade de HIV no corpo a qualquer momento. É determinada com um exame de sangue.

Uma maior carga viral está associada a um maior risco de transmissão do HIV. Com o sucesso do tratamento do HIV, a carga viral pode se tornar tão baixa que é considerada “indetectável” no sangue, e isso reduz o risco de transmissão do HIV a zero. A quantidade de vírus no sangue geralmente é a mesma que a carga viral em outros fluidos corporais como sêmen, líquido vaginal e líquido retal (os fluidos comumente associados à transmissão sexual do HIV). Isso significa que, quando a carga viral no sangue diminui, ela geralmente diminui nos outros fluidos também. No entanto, às vezes a carga viral em cada um dos fluidos corporais pode ser diferente.

Para muitas pessoas em um tratamento prolongado de HIV, com uma carga viral indetectável, sem outras ISTs simultâneas, o risco de transmissão do vírus para o(s) parceiro(s) é zero.

Muitas pessoas com HIV entendem a condição de se tornar indetectável como um benefício muito importante do tratamento

do HIV, o que diminui a ansiedade sobre a transmissão para um parceiro sexual. As pessoas agora estão levando em consideração a sua carga viral quando pensam em sexo seguro.

Se você quiser parar de usar preservativos, é importante discutir isso com cuidado com o(s) seu(s) parceiro(s) e garantir que ele(s) também esteja(m) confortável(is) com essa decisão. Essa informação pode ser nova para muitas pessoas que não têm HIV; pode levar tempo para alguém entender e confiar no que você está dizendo. Também é importante lembrar que, com essa decisão o(s) seu(s) parceiro(s) estarão protegidos apenas contra o HIV, mas isso não proporcionará a ele(s), ou a você, proteção contra outras ISTs.

Veja algumas orientações para os homens que podem estar pensando em adotar essa alternativa para reduzir o risco de transmissão do HIV:

- a carga viral pode aumentar se as doses de tratamento do HIV forem negligenciadas. Tome as pílulas exatamente como prescrito. A adesão ao tratamento é fundamental para manter a carga viral indetectável;
- verifique se a carga viral do sangue é indetectável antes de optar por essa alternativa e faça testes de carga viral regulares para garantir que ela permanecerá indetectável;
- como orientação, sugere-se que você e seus parceiros aguardem até que sua carga viral tenha permanecido indetectável por pelo menos 6 meses antes de tomar decisões sobre a interrupção do uso de preservativos;
- faça testes regulares para ISTs. Se algum parceiro tiver uma IST, comece o tratamento imediatamente e considere usar preservativos durante esse período, pois a carga viral pode aumentar;
- se você ainda não o fez, tome vacinas para as hepatites A e B;
- use todas as outras estratégias possíveis de prevenção do HIV. Isso ajudará a reduzir o risco geral de transmissão do HIV.

Se você optar por essa alternativa sem divulgar seu status de HIV, é importante lembrar que, em alguns países, fazer sexo sem preservativos e sem divulgar sua condição de soropositivo é crime, independentemente da probabilidade de transmissão do HIV.