

Este manual foi elaborado pelo Programa de Prevenção à AIDS da Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo, com o objetivo de responder as dúvidas mais frequentes sobre a infecção do HIV e a doença AIDS, apresentadas pela população em geral.

Deve ser distribuído como material de apoio junto às intervenções educativas continuadas em AIDS para grupos específicos de maior risco para a infecção do HIV/AIDS e população em geral.

Recomenda-se a reprodução desde que citada a fonte (Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo).

Ministério da Justiça



MJU00037565

**TUDO O QUE VOCÊ  
EMPRE QUISSABER SOBRE A  
AIDS  
E NÃO TINHA CORAGEM  
DE PERGUNTAR**

29  
F 616.9792  
1899t  
Dep. Legal

## O QUE É A AIDS?

É a forma mais grave de infecção pelo vírus da Imunodeficiência Humana (HIV), gerada pelo enfraquecimento do sistema de defesa do organismo.

## COMO FUNCIONA A INFECÇÃO POR HIV?

O vírus entra no corpo e ataca os glóbulos brancos (linfócitos T4), que são muito importantes na defesa imunológica do organismo. Esta situação pode se prolongar meses ou anos, sem nenhum sinal aparente da doença. Nossa organizmo já está infectado pelo HIV, mas a doença ainda não se manifestou. Pessoas neste estágio de infecção são chamadas de "soropositivos assintomáticos", e podem infectar:

- Os parceiros sexuais;
- Aqueles ou aquelas com quem compartilham o uso de seringa;
- A mulher grávida pode passar para a criança.

Às vezes o vírus - por razões ainda mal conhecidas - pode se tornar "ativo", se reproduzindo dentro do T4 e liberando uma grande quantidade de vírus, infectando assim outros linfócitos T4 (Glóbulos Brancos).

Quando um número importante de células T4 são destruídas por consequência de infecção pelo vírus, as defesas imunitárias do organismo se debilitam. É nesse momento que aparecem os sintomas da doença:

- Febre persistente, diarréia prolongada, erupções cutâneas.
- Emagrecimento sem causa aparente.
- Infecções "oportunistas" devido à multiplicação de germes com os quais normalmente convivemos sem perigo.
- Câncer de pele (Sarcoma de Kaposi)
- Gânglios.

## O QUE QUER DIZER SER "SOROPOSITIVO"?

Quer dizer que a pessoa é portadora do vírus e que o organismo fabricou um mecanismo de defesa: os anticorpos. São esses anticorpos que são detectados no teste.

A "soropositividade" apenas mostra a presença do vírus no organismo, não significando estar doente com AIDS. Na maioria das vezes, o soropositivo não apresenta nenhum sinal da doença.

## PROGRAMA DE PREVENÇÃO DA AIDS

Ministério da Justiça  
Secretaria da Administração Geral  
Coordenação Geral de Recursos Humanos  
Divisão de Assistência Médica

- Transcrição de Manual elaborado pela Secretaria de Estado da Saúde, do Estado de São Paulo.

## O QUE QUER DIZER "SOROCONVERSÃO"?

Este ponto é muito importante. Uma pessoa pode estar com vírus e apresentar um teste negativo. Por que? O teste sempre mostra os anticorpos reagindo ao vírus propriamente. Se o organismo não teve tempo de fabricar estes anticorpos, não vai aparecer nada no teste. O período de fabricação de anticorpos suficientes para serem detectados no teste é de aproximadamente 3 meses (para a maioria das pessoas). Isto é "soroconversão".

## A PARTIR DE QUE MOMENTO PASSAMOS DO ESTÁGIO DE "SOROPOSITIVOS" PARA A DOENÇA AIDS?

Após um período que dura geralmente muitos anos. Os vírus que "dormiam" nas células acordam e destróem progressivamente o sistema de defesa do organismo. O debilitamento das defesas imunológicas acarreta aparição de algum dos sintomas já mencionados.

## SER "SOROPOSITIVO" SIGNIFICA QUE VAMOS, OBRIGATORIAMENTE, DESENVOLVER A AIDS?

A evolução da infecção pelo HIV não é a mesma para todos. Alguns indivíduos são soropositivos há muitos anos e continuam aparentemente bem. Na maioria dos casos, a doença AIDS só aparece num período de 8 a 10 anos. Estas estimativas variam na medida em que conhecemos melhor a doença e seus tratamentos. Parece que certos elementos apressam o aparecimento da doença:

- A recontaminação do indivíduo pelo HIV.
- A infecção simultânea por outros germes, principalmente os responsáveis por outras Doenças Sexualmente Transmissíveis: herpes, sifilis, etc... Poderiam, também, existir fatores desconhecidos, como a virulência maior ou menor do HIV.

## COMO SE TRANSMITE O VÍRUS?

O vírus está presente em líquidos secretados pelo organismo de pessoas contaminadas: sangue, esperma e secreções vaginais. Só nesses três casos ocorre a transmissão.

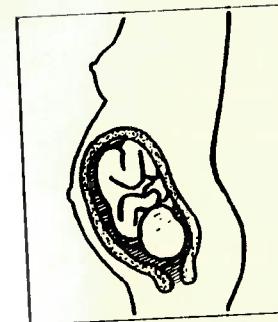
O vírus está em outros líquidos (saliva, lágrimas, urina e suor), mas a

quantidade é tão pequena que não apresenta risco de transmissão. A transmissão só é possível se existe penetração do líquido contaminado no organismo sadio. Devem se cumprir, obrigatoriamente, duas condições:

- a) O vírus tem que estar em GRANDE quantidade no líquido contaminado.
- b) O vírus tem que encontrar uma porta de entrada para penetrar no organismo. As portas de entrada podem ser lesões das mucosas (genital, anal, bucal) ou lesões na pele.

## EM QUE CASOS É POSSÍVEL A TRANSMISSÃO?

**Transmissão sanguínea:** troca de seringas em caso de toxicomania, por via intravenosa (picadas) e transfusões de sangue até junho de 1987 (até esta data não havia a obrigatoriedade dos testes anti-HIV nos bancos de sangue).



**Transmissão sexual:** esperma, mas também líquido prostático, secreções vaginais e sangue menstrual. As práticas que colocam em contato mucosas com secreções genitais contaminadas são de alto risco.

**Transmissão feto-materna:** durante a gravidez, através da placenta, ou durante o parto.

## O QUE NÃO PODE CONTAMINAR?

Como já informamos, a saliva, lágrimas, suor e urina não são contaminantes, já que têm o vírus em pouca quantidade. Nunca houve um caso de transmissão por esses líquidos, inclusive nas famílias que convivem com "soropositivos".

## O QUE É POSSÍVEL, PORÉM RARO?

- Os contatos boca-sexo podem ser contaminantes, se existir contato entre secreções sexuais e úlceras bucais.
- Aleitamento materno** de uma mãe "soropositivo" pode ser uma fonte de contaminação.

## ATRIAGEM

### **COMO SABER SE SOMOS "SOROPOSITIVOS"?**

Fazendo um teste anti-HIV a partir de uma coleta de sangue. A presença de anticorpos específicos é a prova da infecção pelo vírus.

### **POR QUE PROCURAR SABER SE SOMOS "SOROPOSITIVOS"?**

- Evitar a recontaminação, isto é, contaminações repetidas por HIV ou outras infecções que acelerem a passagem e evolução para a doença AIDS.
- Ter acompanhamento médico regular. Um tratamento precoce retarda a evolução para a doença e permite tratar as infecções para evitar complicações graves. Ter acesso à profilaxia primária das infecções mais frequentes, aumentando deste modo a sobrevida.
- Tomar as precauções necessárias para não contaminar os parceiros sexuais.
- Evitar a gravidez com conhecimento de causa, evitando ficar grávida ao saber que é "soropositiva".

**O TESTE ANTI-HIV PODE SER PEDIDO POR UM MÉDICO, MAS NÃO PODE SER FEITO, EM NENHUM CASO, SEM O CONSENTIMENTO DA PESSOA**

## O HIV E A VIDA COTIDIANA

### **EXISTEM RISCOS DE CONTAMINAÇÃO NA VIDA COTIDIANA?**

Não. O vírus não se transmite pelo ar, nem por via cutânea, nem por saliva, nem por lágrimas, nem por suor ou urina.

- Então não precisamos temer contatos como: dar a mão, beijo, lágrimas, talheres mal lavados, comer junto com um "soropositivo", lençóis, telefones públicos, transportes comunitários, cinemas, quadras esportivas, escolas, local de trabalho, visitas a hospitais e a médicos.
- Os desinfetantes clorados utilizados nas instalações públicas são eficazes para destruir o vírus (piscinas, duchas, banheiros).

### **PODEMOS NOS CONTAMINAR POR ATOS MÉDICOS OU PARAMÉDICOS?**

As consultas médicas a acupuncturistas ou a dentistas são sem riscos, já que são aplicadas medidas de higiene. Quando são tomadas as precauções (esterilização ou utilização de material descartável), não se deve ter medo de tatuagens ou furo nas orelhas. Recomenda-se ter certeza que a desinfecção praticada é adequada. Não existem riscos com instrumento de cabeleireiro e manicure, desde que o material seja desinfetado com Cândida ou QBoa.

### **O SANGUE DE MENSTRUAÇÃO NOS WC PÚBLICOS PODE SER CONTAMINANTE?**

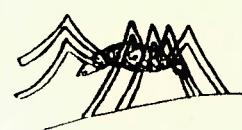
Poderia ser, mas seria necessário que o sangue entrasse diretamente em contato com mucosas ou feridas cutâneas.

Eliminamos facilmente esse risco respeitando as regras de higiene na utilização de banheiros públicos:

- Evitar sentar diretamente no assento.
  - Lavar as mãos com água e sabão na saída.
- Se a tampa do vaso sanitário estiver suja de sangue, a limpeza com detergente clorados (Cândida) é suficiente para garantir uma desinfecção satisfatória.

## OS ANIMAIS DOMÉSTICOS PODEM TRANSMITIR O VÍRUS?

Não. O vírus da AIDS não se desenvolve nesses animais.



## PODEMOS SER CONTAMINADOS POR UMA PICADA DE INSETO?

Não. Não existe nenhum caso de contaminação por essa via.

## A MORDIDA DE UMA PESSOA "SOROPOSITIVA" REPRESENTA ALGUM RISCO?

Não. Seria necessária uma circunstância excepcional: para que a mordida seja perigosa, deve ser profunda até o sangramento e a pessoa contaminada deve ter, também, sangue na boca.

**NÃO EXISTE NENHUM RISCO NA VIDA COTIDIANA. AS REGRAS DE HIGIENE HABITUAIS SÃO SUFICIENTES COMO, POR EXEMPLO, NÃO COMPARTILHAR A ESCOVA DE DENTES OU APARELHOS DE BARBEAR.**

## O HIV E A VIDA SEXUAL

### COMO PODEMOS NOS CONTAMINAR?

Todo ato sexual com um parceiro portador do vírus pode ser contaminante, desde que exista penetração vaginal ou anal.

### O HIV ESTÁ PRESENTE:

- No homem:** no esperma e também nas secreções prostáticas (líquido seminal) que existe antes da ejaculação.
- Na mulher:** nas secreções do colo uterino e na vagina, assim como no sangue menstrual. A contaminação sexual pode ocorrer nos relacionamentos entre homem e mulher (relacionamento heterossexual) e nas relações entre homens (relacionamento homossexual).

### QUAIS SÃO AS PRÁTICAS DE RISCO?

Toda prática sexual sem a proteção de uma camisinha é de risco.

A penetração anal (sodomia) é uma prática de alto risco tanto para o homem quanto para a mulher. A mucosa anal é frágil e facilmente traumatizada por uma penetração.

Na penetração vaginal o risco de contaminação é maior se ela for acompanhada por gestos suscetíveis de provocar feridas.

O risco de contaminação é maior para as mulheres do que para os homens, na medida em que a penetração fere mais facilmente a mucosa vaginal que a do pênis.

O risco aumenta se a mucosa estiver irritada pela presença de uma doença venérea, ou durante a menstruação.

Nos contatos boca-sexo masculino (fellatio), boca-sexo feminino (cunilingus) e boca-ânus (anulingus), o risco de contaminação é mal conhecido. Existe, porém, um risco porque as secreções sexuais contaminadas podem entrar em contato com uma ferida na boca.

## O QUE CHAMAMOS DE "PARCEIROS DE RISCO"?

Não existem parceiros de risco, mas pessoas com comportamentos de risco (contato sexual sem proteção, multiplicidade de parceiros, uso de droga por via intra-venosa). Como não conhecemos sempre os comportamentos de nossos parceiros, é necessário adotar, em todos os casos, medidas de prevenção (uso de camisinha e não dividir seringas, por exemplo).

## PODEMOS SER CONTAMINADOS POR UM ÚNICO CONTATO SEXUAL?

Sim. Um único contato não protegido é suficiente, na medida em que não podemos nunca afirmar que o parceiro não está contaminado. A multiplicidade de parceiros multiplica os riscos de exposição ao vírus.

## O BEIJO PROFUNDO PODE SER CONTAMINANTE?

Não. Não existe nenhum caso de contaminação conhecida por esta via. Em um beijo amoroso existe intercâmbio de saliva, mas a saliva não contém vírus suficiente para contaminar.

## PREVENINDO A CONTAMINAÇÃO POR VIA SEXUAL

### COMO AVALIAR OS "RISCOS" REPRESENTADOS POR UM PARCEIRO?

Não existe nenhum meio de quantificar os riscos com certeza. A utilização de uma camisinha é o único caminho para eliminar os riscos de uma contaminação. Quando a relação é estável, a realização do teste de triagem feito pelos dois parceiros pode permitir pensar no abandono de camisinha.

## PODE HAVER CONTAMINAÇÃO POR ESTUPRO?

Sim, se o agressor for "soropositivo" e o estupro provocar lesões das vias genitais que favoreçam a penetração do vírus. É recomendável que a vítima faça um teste o mais rápido possível (para demonstrar que não tinha nada antes do estupro) e o outro teste 3 meses mais tarde, à procura de uma possível contaminação.

## COMO A GRANDE MAIORIA DAS PESSOAS FOI CONTAMINADA ATRAVÉS DE RELACIONAMENTO SEXUAL?

- O parceiro contaminante pode ignorar que é "soropositivo";
- Todo relacionamento sexual não protegido representa riscos de contaminação.

## O QUE É "SAFE SEX"?

É o conjunto de práticas que permitem ter relações sexuais evitando os riscos da contaminação. Alguns exemplos:

- Recorrer a práticas sem riscos, tais como as carícias e masturbação mútuas, já que a relação amorosa não se resume na penetração apenas.
- Utilização sistemática de camisinha nas práticas sexuais de risco (penetração anal e vaginal).

## EXISTEM OUTROS MEIOS, ALÉM DA CAMISINHA, PARA SE PROTEGER?

Não. Atualmente, se a nossa escolha for ter relações sexuais com penetração, a camisinha é o único meio de prevenção existente.

## COMO UTILIZAR A CAMISINHA?

A eficácia da camisinha depende da sua qualidade e da maneira como a utilizamos.

**Atenção:** jamais lave ou reutilize a camisinha. Use uma nova a cada relação sexual.

## O HIV E O SANGUE

### **COMO É A CONTAMINAÇÃO ATRAVÉS DO SANGUE?**

Pode se dar de 03 (três) maneiras:

- Por injeções intravenosas com material contaminado.
- Por transfusões de produtos sanguíneos, anteriores a 1987.
- Excepcionalmente, por picadas ou feridas acidentais com objetos sujos com sangue contaminado. Não existem mais de 30 casos em todo o mundo, desde o começo da epidemia, devido a esse tipo de contaminação.

### **POR QUE OS TOXICÔMANOS POR VIA INTRAVENOSA SÃO PARTICULARMENTE EXPOSTOS À CONTAMINAÇÃO PELO VÍRUS?**

A transmissão do vírus se faz através de agulhas e seringas sujas de sangue. Ninguém se injeta drogas "pesadas" sem ter sido iniciado. E o intercâmbio de seringas é, frequentemente, parte do ritual de iniciação. Além do mais, a utilização de substâncias que modificam a vigilância pode nos deixar indiferentes às medidas de prevenção. Falando claro: quando alguém está "doidão", os cuidados ficam quase nulos.

### **EXISTEM ATUALMENTE RISCOS DE TRANSMISSÃO DO VÍRUS DEVIDO A UMA TRANSFUSÃO?**

Desde 1987, os testes de triagem para o HIV são obrigatórios em todos os doadores de sangue. Somente os negativos são utilizados para transfusão. Em razão do período de soroconversão, o risco não pode ser completamente descartado, já que um doador recentemente infectado pode ter um teste ainda negativo. O risco residual é mínimo e a eventualidade da transmissão do vírus seria excepcional. Para diminuí-la ainda mais, os médicos estão limitando a prescrição de transfusão a indicações indispensáveis.

### **PODEMOS SER CONTAMINADOS DOANDO SANGUE?**

**Não.** As seringas, agulhas e tubos utilizados nos bancos de sangue são descartáveis, ou seja, são jogados fora após um único uso.

### **PODEMOS NOS CONTAMINAR POR UM TRANSPLANTE DE ÓRGÃOS?**

Antes de efetuar um transplante se verifica a "soronegatividade" do doador. Não existem mais riscos do que em uma transfusão.

## PREVENINDO A CONTAMINAÇÃO POR VIA SANGUÍNEA

### **COMO EVITAR O RISCO MÍNIMO DA TRANSFUSÃO DE SANGUE OU SEUS DERIVADOS?**

Através de uma autotransfusão, que é uma transfusão a partir de seu próprio sangue. Podemos recorrer à autotransfusão, quando uma intervenção cirúrgica pode ser prevista com certa antecedência. A pessoa armazena seu próprio sangue nos dias precedentes à cirurgia.

Quando recorremos a um doador da nossa própria família. Necessitamos encontrar um doador compatível, o que não é sempre possível.

## SAIBA TUDO SOBRE A CAMISINHA

A camisinha é a melhor proteção contra as doenças sexualmente transmissíveis e um importante recurso na prevenção da AIDS.

No Brasil, são fabricadas cerca de 25 milhões, mensalmente. Desde que a doença passou a ser conhecida, multiplicou-se o seu uso.

### **O QUE É E POR QUE USÁ-LA?**

A camisinha é uma cobertura fina de látex que envolve o pênis durante o ato sexual. Ela é vendida nas farmácias, em caixinhas.

Deve ser usada para evitar que o sangue, esperma e outras secreções, passem de um parceiro para outro.

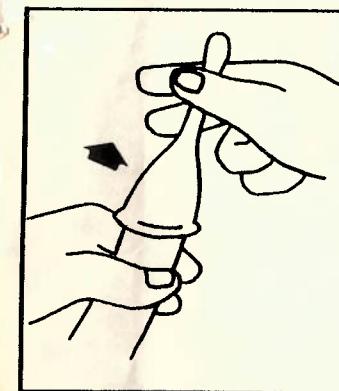
### **CUIDADO NA ESCOLHA**

Ao comprar o preservativo ou recebê-lo gratuito em casas de massagens ou motéis, verifique a sua conservação e a marca de conformidade do Instituto Nacional de Metrologia, que garante a aprovação do produto em testes laboratoriais.

Observe sempre a data de validade, se está corretamente embalado e conservado em local seco, arejado e fora do calor.

Atualmente, 5 fabricantes nacionais estão em conformidade com as normas do INMETRO: Ind. Nac. de Artefatos de Látex (Inal), Johnson & Johnson, Blowtex, Menno Ind. Químicas e Taiti Artefatos de Látex, além dos importados da Ariston.

## COMO USAR A CAMISINHA



1) Tire a camisinha da embalagem com atenção para não danificá-la. Coloque quando a ereção estiver completa, mas antes da penetração.

2) Deixe um espaço vazio (2 cm) na ponta para reservatório do esperma. Algumas camisinhas já vem com um bico próprio.

3) Pressione o bico da camisinha para retirar todo o ar.

4) Encaixe-a na ponta do pênis e desenrole até a base, pressionando delicadamente com os dedos para evitar a entrada de ar.

5) Depois da ejaculação, retire a camisinha segurando a borda e pressionando-a contra o pênis para evitar vazamento.

6) Dê um nó na ponta, embrulhe-a em papel higiênico e jogue no lixo.

7) Use camisinha nova e lave os órgãos genitais a cada relação.

É importante lubrificar a camisinha, especialmente para a penetração anal. Mas atenção: não use saliva (que não é bom lubrificante), nem lubrificantes à base de vaselina (que atacam e enfraquecem o látex da camisinha). Use lubrificantes à base de água (K-Y, GEL PRESERV), ou creme espermicida (NONOXINOL 9).