

PORTUGUESE





**HIV**

**O  
QUE  
VOCÊ**

**PRECISA  
SABER**






**HIV**

**O  
QUE  
VOCÊ**

**PRECISA  
SABER**

**[ TESTAR FREQUENTE-  
MENTE ] + [ TRATAR  
CEDO ] + [ PROTEJA-  
SE ] =** 

# ÍNDICE

<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>1-2</b>
PARA QUEM É ESTE FOLHETO?	3
ALGUMAS PERGUNTAS QUE ESTE FOLHETO RESPONDE	4
<b>O QUE É O HIV?</b>	<b>5-6</b>
O HIV E A AIDS SÃO A MESMA COISA?	7
COMO SE CONTRAI O HIV?	8
COMO O HIV AFETA SEU CORPO?	9
QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO HIV?	10
<b>TESTE PARA O HIV</b>	<b>11-12</b>
COMO POSSO SABER SE TENHO HIV?	13
QUEM DEVE FAZER O TESTE?	14
COM QUE FREQUÊNCIA DEVO FAZER O TESTE?	15
TIPOS DE TESTES	15
<b>TRATANDO O HIV</b>	<b>17-18</b>
COMO É O TRATAMENTO PARA O HIV?	19
ONDE POSSO RECEBER TRATAMENTO PARA O HIV E QUANTO CUSTA?	20
LINGUAGEM COMUM USADA NOS TRATAMENTOS PARA O HIV	21
MONITORANDO SUA SAÚDE	22
TERAPIAS COMPLEMENTARES	22
<b>PREVENÇÃO DO HIV</b>	<b>23-24</b>
USO DE PRESERVATIVOS E LUBRIFICANTE	25
TRATAMENTO COMO PREVENÇÃO (TasP)	26
PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO (PrEP)	26
PROFILAXIA PÓS-EXPOSIÇÃO (PEP)	27
USO DE EQUIPAMENTO LIMPO PARA INJETAR DROGAS	28
<b>USANDO O SISTEMA DE SAÚDE</b>	<b>29-31</b>
PAPÉIS DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SERVIÇOS NO TRATAMENTO DO HIV	32
SERVIÇOS DE HIV	35
<b>SEUS DIREITOS E O HIV</b>	<b>37-38</b>
O HIV E A LEI	41
<b>LISTA DOS SERVIÇOS</b>	<b>43-46</b>
<b>TERMOS QUE VOCÊ PODE OUVIR EM CONVERSAS SOBRE O HIV</b>	<b>47-49</b>





# INTRODUÇÃO





# PARA QUEM É ESTE FOLHETO?

ESTE FOLHETO É DESTINADO A  
QUALQUER PESSOA INTERESSADA EM  
SABER SOBRE O HIV.

ELE EXPLICA O QUE É  
O HIV, MANEIRAS DE  
SE PROTEGER DO HIV  
E DE COMO EVITAR  
TRANSMITI-LO AOS  
OUTROS. TAMBÉM  
EXPLICA COMO  
FAZER O TESTE DO  
HIV E COMO O HIV É  
TRATADO.

# VOCÊ SABIA?

- **EXISTEM MANEIRAS DE EVITAR QUE VOCÊ E SEUS PARCEIROS SEXUAIS CONTRAIAM O HIV.**
- **EXISTEM MUITAS MANEIRAS DE FAZER UM TESTE DE HIV.**
- **COM O TRATAMENTO DO HIV, VOCÊ PODE VIVER UMA VIDA LONGA E SAUDÁVEL.**
- **SE VOCÊ TEM HIV, EXISTEM MUITOS SERVIÇOS QUE PODEM AJUDAR.**

## ESTE FOLHETO É PRA VOCÊ SE VOCÊ:

- Teve relações sexuais sem preservativo em um país onde o HIV é comum
- Já teve mais de um parceiro sexual e nem sempre usou preservativo
- Tem um parceiro portador do HIV
- Tem um parceiro que tenha o HIV e vocês querem ter um bebê
- É um homem que faz sexo com outros homens
- Já compartilhou agulhas ou outros equipamentos para injetar drogas
- Teve injeções, tatuagens, piercings ou procedimentos médicos no exterior e você não tem certeza de que foi usado um equipamento limpo.

## ALGUMAS PERGUNTAS QUE ESTE FOLHETO RESPONDE:

- O que é o HIV?
- Como posso pegar o HIV?
- O que o HIV faz ao meu corpo?
- Como posso me proteger de contrair o HIV?
- Devo fazer o teste de HIV?
- Onde posso fazer um teste de HIV?
- Que tratamentos para o HIV estão disponíveis na Austrália?
- Quais são alguns dos serviços que podem me ajudar?
- Quais são os meus direitos se sou HIV positivo?



# O QUE É O HIV?



# HIV É A SIGLA PARA VÍRUS DA IMUNODEFICIÊNCIA HUMANA

Uma pessoa é infectada pelo HIV (HIV positivo) quando o vírus entra em seu corpo.

O HIV ataca seu sistema imunológico, que protege seu corpo contra doenças.

## O HIV E A AIDS SÃO A MESMA COISA?

O HIV/AIDS frequentemente aparecem como uma só palavra,

**mas o HIV e a AIDS são diferentes.**

O HIV é o vírus que danifica seu sistema imunológico. Sem tratamento, o HIV pode causar AIDS.

AIDS é a sigla para Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (Acquired Immune Deficiency Syndrome). Acontece quando o sistema imunológico está muito danificado e seu corpo não consegue combater infecções. A AIDS faz você ficar muito doente.

**Na Austrália, quase todas as pessoas que estão em tratamento para o HIV não desenvolvem a AIDS.**

Muitos novos tratamentos estão disponíveis. Eles combatem o HIV e reduzem o dano que o HIV causa ao seu sistema imunológico.

## COMO VOCÊ CONTRAI O HIV?

O HIV é encontrado em fluidos corporais, como sangue, sêmen, fluidos vaginais e leite materno. O HIV só pode ser contraído quando fluidos corporais de uma pessoa com HIV entram no corpo de outra pessoa.

## VOCÊ PODE CONTRAIR O HIV AO:

- Fazer sexo vaginal ou anal sem preservativo
- Compartilhar agulhas e outros equipamentos para injeção de drogas
- Fazer piercing ou tatuagem com equipamento não esterilizador
- Receber transfusões de sangue e procedimentos médicos em alguns países.

Na Austrália, transfusões de sangue e procedimentos médicos são seguros.

O HIV também pode ser transmitido por uma mãe ao seu filho durante a gravidez, parto ou amamentação se a mãe for HIV soropositiva.

## VOCÊ NÃO CONTRAI O HIV AO:

- Tossir ou espirrar
- Beijar, abraçar ou chorar
- Compartilhar uma cama com alguém que tenha HIV
- Compartilhar comida com alguém que tenha HIV
- Compartilhar um banheiro ou um chuveiro com alguém que tenha HIV
- Receber uma picada de inseto ou mosquito.

## QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO HIV?

Você pode não ter nenhum sintoma quando contrair o HIV inicialmente.

Mas, em alguns casos, quando você contrai o HIV, pode se sentir doente, como se estivesse com gripe, sentir cansaço e ter:

- Febre
- Suores noturnos na cama
- Erupções cutâneas
- Dores.

**É IMPORTANTE FAZER O TESTE DE HIV REGULARMENTE.**

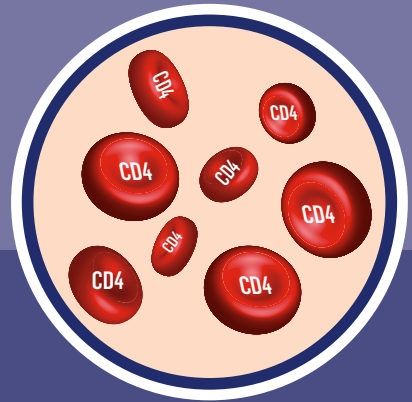


# COMO O HIV AFETA SE

## CICLO DE VIDA DO HIV



Seu sistema imunológico protege seu corpo contra infecções e doenças mantendo você saudável.

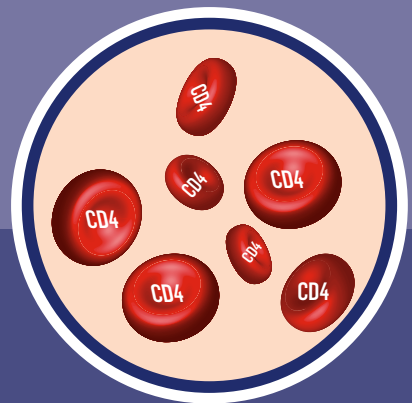


Ele é composto de muitas células diferentes que trabalham em conjunto para encontrar e destruir vírus, bactérias e outros germes que o deixam doente. Algumas dessas células são chamadas de células CD4 (ou células T4).

## CICLO DE VIDA DO HIV



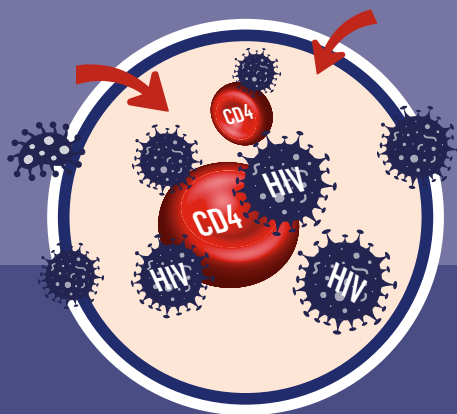
Seu sistema imunológico protege seu corpo contra infecções e doenças mantendo você saudável.



Ele é composto de muitas células diferentes que trabalham em conjunto para encontrar e destruir vírus, bactérias e outros germes que o deixam doente. Algumas dessas células são chamadas de células CD4 (ou células T4).

# EU CORPO?

## SEM TRATAMENTO



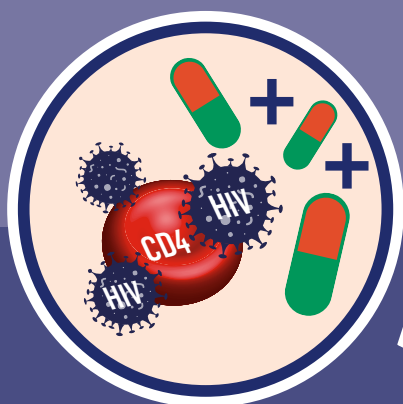
O HIV ataca e destrói as células CD4 e danifica o sistema imunológico.



À medida que o seu sistema imunológico fica fraco, você fica mais suscetível a infecções sérias que podem levar à morte.

Com o tempo, se você não estiver em tratamento para o HIV, o número de células CD4 em seu corpo ficará muito baixo. É quando você pode desenvolver AIDS.

## COM TRATAMENTO



O HIV ataca e destrói as células CD4 e danifica o sistema imunológico.

O tratamento para o HIV está disponível, é eficaz e irá reduzir a quantidade de vírus no seu corpo.



Com o tratamento, o HIV pára de danificar o seu sistema imunológico.

Quanto mais cedo você começar o tratamento, melhor para a sua saúde.



# TESTE PARA O HIV

# COMO POSSO SABER SE TENHO HIV?

**A única maneira de descobrir se você tem HIV é fazer um teste de HIV. Em NSW, o teste de HIV é gratuito, fácil e confidencial.**

Em algumas clínicas, você não precisa de um cartão do Medicare e não precisa dar seu nome verdadeiro se não quiser. A clínica precisará de pelo menos duas formas de entrar em contato para comunicar o resultado que podem ser: um número correto de celular, e-mail ou endereço postal.

Para mais informações sobre como encontrar clínicas, ligue para a Sexual Health Infolink, no número 1800 451 624 ou para o Multicultural HIV and Hepatitis Service no 02 9515 1234.

Há muitas maneiras de você fazer um teste de HIV.

Você pode:

- Ir a uma clínica de saúde sexual
- Ir a uma Clínica de Testes Rápidos chamada a[TEST] (somente se você for um homem que faz sexo com outros homens)
- Solicitar um teste ao seu médico (GP)
- Fazer um Teste de Sangue Seco para HIV (DBS) em casa.

Para mais informações sobre os diferentes tipos de testes, consulte a página 15.

**É normal se preocupar com testes e sobre quais serão os resultados, mas o teste é a única maneira de saber se você tem HIV.**

Muitas pessoas não sabem que têm HIV, portanto, não estão obtendo os benefícios que o tratamento do HIV proporciona. Não saber sobre o HIV também pode significar que você o passe para outros.

Se você está preocupado com a confidencialidade do teste, converse com seu médico, com uma Clínica de Saúde Sexual ou uma clínica a[TEST] (veja a página 15).

Qualquer informação que um profissional de saúde tenha sobre você é confidencial.

## QUEM DEVE FAZER O TESTE?

**Qualquer um que pense que pode ter HIV deve fazer o teste.**

Você deve fazer o teste de HIV se você:

- Teve relações sexuais sem preservativo em um país onde o HIV é comum
- Já teve mais de um parceiro sexual e nem sempre usou preservativo
- Tem um parceiro portador do HIV
- Tem um parceiro que tenha o HIV e vocês querem ter um bebê
- É um homem que faz sexo com outros homens
- Já compartilhou agulhas ou outros equipamentos para injetar drogas
- Teve injeções, tatuagens, piercings ou procedimentos médicos no exterior e você não tem certeza de que foi usado um equipamento limpo.



# COM QUE FREQUÊNCIA DEVO FAZER O TESTE?

Se você nunca fez o teste de HIV, existem boas razões para testar-se agora.

Precisamos nos testar com mais frequência.  
Converse com seu médico ou clínica de saúde sexual para descobrir com que frequência você deve fazer o teste.

## TIPOS DE TESTES DE HIV

### TIPOS DE TESTES DE HIV

**TESTE DE SANGUE PARA O HIV**  
(Teste de Anticorpo anti HIV)

### COMO FUNCIONA O TESTE?

Este é o tipo de teste mais comum. Seu médico colhe uma amostra de sangue e a envia para um laboratório para se detectar o HIV. Caso seu teste detecte HIV, o médico irá repetir o teste para confirmar o resultado.

### QUEM PODE FAZER O TESTE?

Qualquer um que queira fazer um teste de HIV

**TESTE RÁPIDO DE HIV**  
a[Test]

Uma pequena gota de sangue do seu dedo é usada para testar o HIV. O resultado fica pronto em 30 minutos.

Existem três resultados possíveis:

**Negativo** - não há HIV

**Reativo** - existe o HIV. Você precisará fazer um teste de HIV para confirmar o resultado.

**Inválido** - o teste não funcionou. Você tem que fazê-lo de novo

Homens que fazem sexo com homens

**TESTE DE SANGUE SECO**  
(DBS)

O teste DBS é encomendado online e realizado em casa.

Você usa a pequena agulha fornecida no kit de teste para coletar algumas gotas de sangue do seu dedo e enviá-las para um laboratório para teste. Você obtém o resultado em uma semana.

- Homens que fazem sexo com homens.
- Pessoas de países onde o HIV é comum.
- Pessoas com parceiros sexuais de países onde o HIV é comum.

Você deve ter mais de 16 anos de idade e viver em NSW.  
Você não precisa de um cartão Medicare.

Caso seu teste indique que você seja HIV positivo, comece o tratamento o quanto antes. Assim, você se manterá saudável e seu sistema imunológico continuará forte. O tratamento reduzirá a quantidade de HIV em seu corpo, o que o impedirá a passar o HIV para seus parceiros sexuais.

## ONDE IR PARA FAZER O TESTE?

Um clínico geral (GP)  
Uma clínica de saúde sexual  
Family Planning NSW

Centros de testes rápidos de HIV, chamados de a[TEST] podem ser encontrados em:  
[www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/)

Encomende online o kit de teste de HIV DBS em:  
<https://www.hivtest.health.nsw.gov.au/>  
Você receberá o kit de teste pelo correio em um envelope confidencial. Ele contém tudo o que você precisa para fazer o teste.

## QUANTO CUSTA O TESTE?

O teste é gratuito com médicos que fazem "bulk billing", clínicas de saúde sexual e Family Planning NSW.

Se o seu médico não fizer "bulk billing", você talvez tenha que pagar pelo serviço

GRATUITO

GRATUITO



# TRATANDO O HIV



# COMO É O TRATAMENTO PARA O HIV?

**Os tratamentos para o HIV disponíveis hoje são muito eficazes.**

O tratamento para o HIV é feito com medicamentos chamados anti-retrovirais (ARVs).

Os anti-retrovirais não eliminam totalmente o HIV, mas reduzem a quantidade de vírus em seu corpo e, portanto, impedem que o vírus danifique seu sistema imunológico. Uma vez que o vírus tenha sido reduzido a níveis muito baixos (geralmente dentro de algumas semanas após o início do tratamento), o HIV já não pode ser passado de uma pessoa para outra.

Se você tem HIV e está em tratamento para o HIV, pode viver uma vida plena, longa e saudável.

É melhor para a sua saúde se você começar o tratamento do HIV o mais rápido possível.

## O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE TRATAMENTOS PARA O HIV:

- Os tratamentos para o HIV são muito eficazes, mas o tratamento é para toda a vida.
- Quanto mais cedo você começar os tratamentos para o HIV, melhor será a sua saúde.
- Você precisa seguir exatamente as instruções do seu médico, e ter certeza de não se esquecer de tomar nenhum comprimido.
- Algumas pessoas apresentam efeitos colaterais. Caso tenha algum, é importante informar o seu médico para que ele possa colocá-lo em um tratamento diferente a fim de interromper os efeitos colaterais.
- Tomar anti-retrovirais é uma decisão importante que você precisa discutir com seu médico. Reserve um tempo para fazer perguntas e verifique se você tem todas as informações necessárias.

# ONDE POSSO RECEBER TRATAMENTO PARA O HIV E QUANTO CUSTA?

A melhor pessoa para se conversar sobre tratamentos é um médico especializado em HIV. Se o seu médico não tem experiência em HIV, marque uma consulta com um médico em uma Clínica de Saúde Sexual ou peça ao seu médico para encaminhá-lo para um especialista em HIV.

Seu médico lhe receitará o medicamento mais adequado contra o HIV. Você precisa levar a receita para uma:

- **Farmácia hospitalar:** para obter sua medicação em uma farmácia de hospital, é importante ligar antes para ter certeza de que ela está aberta.
- **Farmácia local:** pergunte ao seu farmacêutico local se eles vendem sua medicação para o HIV. Planeje com antecedência quando precisar de mais medicação e dê tempo para que o farmacêutico faça o pedido. Algumas farmácias podem entregar sua medicação gratuitamente. Todos os farmacêuticos devem manter a confidencialidade das suas informações pessoais.
- **Farmácia on-line:** você pode comprar seus medicamentos para o HIV na internet e enviá-los para sua casa ou para outro endereço mais adequado.

Em NSW, o tratamento do HIV é fornecido gratuitamente para qualquer pessoa com um cartão do Medicare.

Se você não tiver um cartão do Medicare, o tratamento para o HIV na Austrália pode lhe custar muito dinheiro.

Algumas maneiras de obter tratamento do HIV mais barato ou gratuito caso você não tenha um Cartão de Medicare são:

- Nas clínicas de saúde sexual
- Comprando-os do seu país de origem
- Comprando-os de uma farmácia online - você precisará de uma receita
- Fazendo parte de um teste clínico.

**PEÇA MAIS INFORMAÇÕES AO SEU MÉDICO.**



# LINGUAGEM COMUM DO HIV

Algumas das palavras que seu médico usará enquanto você estiver em tratamento são:

## CARGA VIRAL

**Carga viral é usada para descrever o quanto de HIV está no seu sangue.**

Se sua carga viral é alta, isso significa que seu sistema imunológico está sendo atacado e enfraquecido.

Se a sua carga viral é baixa ou indetectável, significa que seu sistema imunológico não está sendo atacado e é pouco provável que você adoença ou desenvolva AIDS.

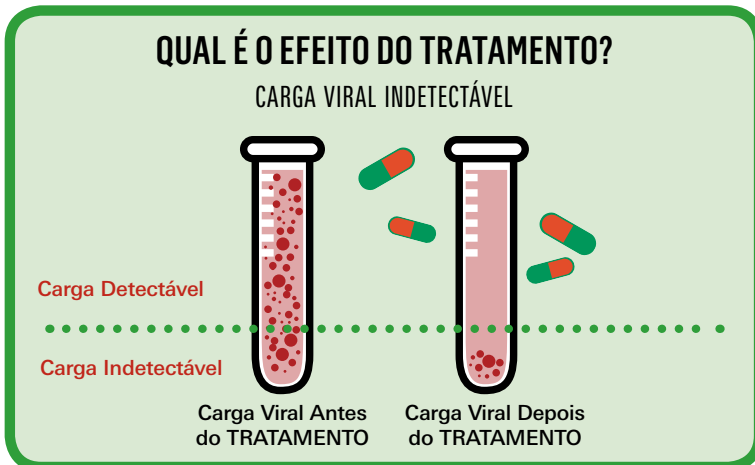
Um teste que meça sua carga viral é a maneira de verificar o sucesso do seu tratamento contra o HIV.

Com o resultado em mãos, você e seu médico podem checar se o tratamento está funcionando ou se há necessidade de mudar seu tratamento de HIV.

## CARGA VIRAL INDETECTÁVEL

**Carga viral indetectável** significa que o HIV ainda está presente em seu corpo, mas em quantidades muito pequenas. A quantidade de HIV no sangue é tão pequena que o teste não consegue detectá-lo.

**Quando sua carga viral é indetectável, o HIV não está prejudicando o seu sistema imunológico e você não pode transmitir o HIV para outras pessoas.**



Caso seu tratamento para o HIV siga as recomendações médicas, sua carga viral se tornará indetectável.

Você precisa tomar sua medicação regularmente para manter sua carga viral indetectável.

Se você estiver vivendo com o HIV e não tiver um cartão do Medicare, converse com seu médico ou entre em contato com um serviço de suporte (consulte a página 45) para obter mais informações e suporte.

## MONITORANDO SUA SAÚDE

Para se viver bem com o HIV é importante que você colabore com o seu médico a fim de manter-se saudável e proteger-se de outras infecções. Check-ups regulares são muito importantes para que o seu médico possa verificar quaisquer alterações na sua saúde e aconselhá-lo sobre como proceder.

## TERAPIAS COMPLEMENTARES

Além de tomar medicamentos para o HIV (anti-retrovirais), algumas pessoas que vivem com o HIV usam terapias complementares.

Terapias complementares incluem:

- Acupuntura
- Homeopatia
- Hipnoterapia
- Massagem
- Meditação
- Naturopatia
- Medicina tradicional
- Vitaminas.

Terapias complementares não podem tratar ou curar o HIV, mas podem ajudar com os efeitos colaterais dos tratamentos para o HIV.

Informe o seu médico se estiver utilizando qualquer terapia complementar, uma vez que estas podem afetar o seu tratamento para o HIV.



# PREVENÇÃO DO HIV



**Você pode se proteger e proteger outras pessoas do HIV:**

## **USANDO PRESERVATIVOS E LUBRIFICANTE**

Isso pode ajudar a proteger você e aos outros contra algumas infecções transmitidas pelo sexo - doenças sexualmente transmissíveis (DSTs), incluindo o HIV.

Os preservativos vêm em muitas formas, tamanhos e cores diferentes. Você pode experimentar alguns tipos diferentes para encontrar um que seja ideal para você.

Os preservativos só devem ser usados com lubrificante à base de água. Óleos e vaselina podem enfraquecer o preservativo e ele pode romper-se.

Você pode comprar preservativos e lubrificante em:

- Farmácias
- Supermercados
- Lojas de conveniência
- Máquinas de venda em banheiros masculinos e femininos.

Você pode obter preservativos e lubrificante gratuitos em:

- Clínicas de planejamento familiar
- Centros Comunitários de Saúde
- Clínicas de saúde sexual
- ACON (veja a página 45).

# ADOTANDO TRATAMENTO COMO PREVENÇÃO (TasP)

**Se você está vivendo com o HIV, tomar tratamentos para o HIV conforme determinado pelo seu médico fará com que sua carga viral seja indetectável. Ter uma carga viral indetectável significa que você não pode transmitir o HIV para outras pessoas.**

# FAZENDO PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO (PrEP)

**Se você não tem HIV, a PrEP é uma forma de se proteger contra o HIV tomando um comprimido uma vez por dia, todos os dias.**

Se você é do sexo masculino e optou pela PrEP, você precisará tomar um comprimido por sete dias seguidos antes de estar totalmente protegido do HIV. Para se manter protegido, você então precisa continuar a tomar um comprimido da PrEP diariamente.

As mulheres precisam tomar PrEP por períodos mais prolongados até ficarem totalmente protegidas do HIV. Mulheres precisam tomar o comprimido da PrEP todos os dias durante 20 dias até ficarem totalmente protegidas e depois continuar tomando um comprimido da PrEP diariamente.

Você deve tomar o comprimido no mesmo horário todos os dias.

Se você não tomar o comprimido todos os dias, talvez não esteja protegido contra o HIV.

A PrEP não impede você de contrair outras doenças sexualmente transmissíveis, por isso ainda é importante usar preservativos para ajudá-lo a evitar outras DSTs. Fale com o seu médico ou com a Clínica de Saúde Sexual para saber se a PrEP é o ideal para você.





## FAZENDO PROFILAXIA PÓS-EXPOSIÇÃO (PEP)

**A PEP é fazer, por quatro semanas, tratamento para o HIV depois que você suspeitar que tenha tido contato com o HIV, a fim de ajudá-lo a se proteger do HIV.**

A PEP é para qualquer um que suspeite de ter entrado em contato com o HIV em casos de:

- Sexo sem preservativo
- Compartilhamento de agulhas ou outro equipamento para injetar drogas

**Você deve começar a fazer a PEP o quanto antes. Só funcionará se você a fizer dentro de 72 horas após o contato com o HIV.**

Se o seu médico achar que a PEP é o ideal para você, você precisará tomar o medicamento diariamente por 28 dias.

Você pode obter a PEP de clínicas de saúde sexual, médicos especializados em HIV e hospitais.

# USANDO EQUIPAMENTO ESTERILIZADO PARA INJETAR DROGAS

Usando somente as suas agulhas ou agulhas novas, seringas e outros equipamentos é a melhor maneira de se proteger e de proteger outras pessoas do HIV.

Agulhas e equipamentos gratuitos estão disponíveis em Programas de Agulha e Seringa (NSPs) e em algumas farmácias

Você pode obter novos equipamentos de injeção aonde quer que você veja este cartaz: ➡





# USANDO O SISTEMA DE SAÚDE



# USANDO O SISTEMA DE SAÚDE

O sistema de saúde é composto por serviços, organizações e pessoas que fornecem cuidados de saúde. Estes incluem hospitais, clínicas, médicos, enfermeiros, assistentes sociais e intérpretes.

Encontrar as informações e serviços que você precisa pode ser difícil, especialmente se você não estiver se sentindo bem ou se o nível do seu inglês for limitado. Talvez você precise usar serviços de saúde que ainda não tenha usado. É importante que você saiba quais serviços de assistência médica estão disponíveis e como eles podem ajudá-lo.

**Muitos serviços de saúde são gratuitos se você tiver um cartão do Medicare.**

Isso é chamado “bulk billing”. No entanto, é possível que você ainda precise arcar com custos de medicamentos ou exames.

Se você tiver o Cartão Medicare, pergunte sempre sobre a possibilidade de “bulk billing” antes de consultar o médico ou qualquer outro profissional de saúde.

Leve sempre consigo o seu Cartão Medicare quando visitar o seu médico, clínica ou hospital.

Os detalhes do seu Medicare são confidenciais.

**Se você não tiver um Cartão Medicare, você pode usar algumas clínicas de saúde sexual sem nenhum custo.**

Para encontrar uma clínica de saúde sexual perto de você, acesse:

[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)

# PAPÉIS DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SERVIÇOS NO TRATAMENTO DO HIV

## **CLÍNICOS GERAIS (GP)**

Clínicos Gerais (GP) são médicos que trabalham na comunidade em vez de hospitais. Você pode consultar um clínico geral (GP) em um centro médico ou em um consultório particular. Alguns GPs fazem “bulk billing” se você tiver um Cartão Medicare (você não paga), mas alguns GPs cobram uma taxa extra pelo serviço. É sempre importante verificar se haverá uma taxa para consultar o GP.

Se você tem HIV, é importante encontrar um médico que entenda do HIV e tenha experiência em tratar pessoas que vivem com o HIV. Nem todos os GPs são capazes de prescrever o tratamento do HIV. Se o seu GP não puder prescrever o tratamento para o HIV, poderá encaminhá-lo para um GP que possa fazê-lo ou para um médico especialista.

Um GP é capaz de prescrever PrEP. Se você acha que a PrEP é o ideal para você, fale com o seu GP.

## **ESPECIALISTAS**

Especialistas são médicos treinados em um problema de saúde específico.

Especialistas em medicina do HIV irão supervisionar todas as fases do seu tratamento e cuidados.

Você deve ter uma carta de encaminhamento do seu médico para marcar uma consulta com um especialista em HIV.

## CLÍNICAS DE SAÚDE SEXUAL

Clínicas de saúde sexual estão localizadas em todo o estado de NSW. Essas clínicas oferecem serviços médicos, aconselhamento e apoio em saúde sexual e reprodutiva, incluindo o HIV.

Todas as clínicas de saúde sexual:

- Contam com profissionais experientes em HIV
- São gratuitas.

Algumas clínicas de saúde sexual:

- Estão abertas algumas noites
- Não requerem que você se identifique
- Atendem pessoas que não têm um Cartão Medicare.

## HOSPITALS

Os hospitais oferecem tratamento especializado para pessoas que estejam doentes, incluindo pessoas portadoras de HIV. Alguns especialistas em HIV atendem em hospitais.

## CONSELHEIROS, ASSISTENTES SOCIAIS E PSICÓLOGOS

Muitos serviços têm conselheiros, assistentes sociais e psicólogos disponíveis para conversar sobre como você está se sentindo e encontrar soluções para os desafios de se viver com o HIV.

Um conselheiro ou assistente social pode:

- Ajudar você a encontrar os serviços
- Explicar coisas sobre o tratamento do HIV que você talvez não entenda
- Fornecer apoio emocional
- Ajudá-lo a decidir a quem contar que você é portador do HIV, como contar e até mesmo estar com você quando contar.

## INTÉRPRETES

Se você não fala ou entende inglês, você pode ter um intérprete presente quando estiver conversando com profissionais de saúde ou outros serviços.

O trabalho do intérprete é traduzir tudo o que você e o profissional de saúde dizem um para o outro.

Tendo um intérprete, você pode:

- Entender tudo o que está sendo dito
- Ter certeza de que tudo que você diz é entendido.
- Fazer perguntas e obter respostas
- Entender e consentir com testes e tratamento.

Como todos os profissionais de saúde, os intérpretes devem proteger sua confidencialidade.

Intérpretes por telefone também estão disponíveis em qualquer lugar na Austrália. Este serviço é chamado Serviço de Intérprete por Telefone (TIS). O serviço é gratuito e não precisa ser reservado com antecedência.

**Para usá-lo, ligue : 131450.**



## SERVIÇOS DE HIV

### **MULTICULTURAL HIV AND HEPATITIS (MHAHS)**

O MHAHS fornece apoio a imigrantes e refugiados portadores de HIV e ajuda as pessoas a compreender o seu HIV, a usar o serviço de saúde e outros serviços e fornece apoio emocional.

O serviço tem funcionários de suporte masculinos e femininos de origem asiática, africana, europeia, do Oriente Médio e sul americana, que entendem o que é viver com o HIV / AIDS e lidar com questões culturais. Este serviço é gratuito.

Para mais informações, acesse:

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)

Telefone: 02 9515 1234

### **ACON**

O ACON é especializado em prevenção do HIV, apoio a portadores do HIV e saúde de lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros e intersexuais (LGBTI)..

O ACON ajuda as pessoas com HIV a controlar sua saúde, bem como a saúde de seus parceiros, fornecendo informações, programas e serviços, incluindo aconselhamento, apoio e grupos de apoio.

Para mais informações, acesse:

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)

Telefone: 02 9206 2000

## **POZHET**

A Pozhet promove a saúde e bem-estar dos heterossexuais com o HIV, seus parceiros e familiares em NSW. Proporciona educação e apoio a heterossexuais portadores do HIV e conecta as pessoas aos serviços sociais e de saúde. A Pozhet também fornece informações sobre a prevenção do HIV para todos os heterossexuais. Para mais informações, acesse:

[www.pozhet.org.au](http://www.pozhet.org.au)

Telefone: 1800 812 404

## **POSITIVE LIFE NSW**

A Positive Life NSW trabalha para promover uma imagem positiva de pessoas portadoras e afetadas pelo HIV com o objetivo de eliminar o preconceito, isolamento, estigma e discriminação. A Positive Life visa mudar sistemas e práticas discriminatórias contra pessoas portadoras do HIV, seus parceiros, amigos, familiares e pessoas que estejam tomando conta delas em NSW.

Para mais informações, acesse:

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)

Telefone: 02 9206 2177 or 1800 245 677



# SEUS DIREITOS E O HIV



## ALGUMAS PREOCUPAÇÕES COMUNS QUE AS PESSOAS TÊM SOBRE O HIV:

Estou vivo, mas não sinto que estou vivendo neste mundo porque me afastei da minha comunidade.


Eu tenho medo de fazer um teste. E se der positivo? Minha família me rejeitará. Eu prefiro não saber.

No meu país, há muito preconceito contra as pessoas portadoras do HIV.

Minha família estava envergonhada e não queria falar comigo.

Eu não quero que o meu visto seja cancelado e tenha que voltar para casa. Eu sou livre para ser quem eu sou na Austrália.

Na minha cultura, não falamos sobre sexo mesmo com meus amigos gays.



O estigma é quando alguém experimenta crenças, sentimentos e opiniões negativas por causa de seu sexo, sexualidade, raça, cor, problemas de saúde ou crenças religiosas.

Quando uma pessoa é vista como diferente, ela pode ser julgada, discriminada e vivenciar o estigma. Isso pode fazer com que as pessoas portadoras do HIV fiquem isoladas e se sintam impedidas de fazer o teste de HIV, iniciar o tratamento e usar os serviços de saúde e apoio.

Na Austrália, é contra a lei qualquer pessoa ou profissional de saúde discriminá-lo, julgá-lo, criticá-lo ou recusar atendimento por causa de seu gênero, sexualidade, raça, cor, problemas de saúde ou crenças religiosas.

## O HIV E A LEI

É importante saber sobre o HIV e a lei.

**Em NSW, pela lei, você não precisa dizer a alguém que você tem HIV antes de fazer sexo desde que você tome precauções razoáveis para protegê-los de contrair o HIV.**

Precauções razoáveis para evitar a transmissão do HIV podem incluir:

- Uso de um preservativo
- Ter carga viral indetectável (por estar em tratamento para o HIV)
- Seu parceiro sexual estar fazendo profilaxia pré-exposição (PrEP).

Se você é portador do HIV, deve perguntar ao seu médico quais precauções razoáveis você pode tomar para proteger seus parceiros do HIV.

Para mais informações, visite NSW Health em:  
[www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx)







# LISTA DOS SERVIÇOS



# SERVIÇOS DE SUPORTE

## **Multicultural HIV and Hepatitis Service**

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)  
Sydney: 02 9515 1234  
Chamada gratuita: 1800 108 098

2º andar, 18 Marsden Street  
Camperdown, NSW 2050  
email: [info@mhahs.org.au](mailto:info@mhahs.org.au)

## **ACON**

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)  
Telefone: 02 9206 2000  
Chamada gratuita: 1800 063 060

414 Elizabeth Street  
Surry Hills, NSW 2010  
email: [acon@acon.org.au](mailto:acon@acon.org.au)

## **Positive Life NSW**

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)  
Telefone: 02 9206 2177  
Chamada gratuita: 1800 245 677

Suite 5.2, 5º andar, 414 Elizabeth Street  
Surry Hills, NSW 2010  
email: [contact@positivelife.org.au](mailto:contact@positivelife.org.au)

## **Pozhet**

### **(Serviço de HIV para Heterossexuais NSW)**

[pozhet.org.au](http://pozhet.org.au)  
Infoline de HIV para heterossexual:  
1800 812 404

18 Marsden Street  
Camperdown, NSW 2050  
email: [pozhet@pozhet.org.au](mailto:pozhet@pozhet.org.au)

## **Bobby Goldsmith Foundation (BGF)**

A BGF é um serviço estadual de NSW que fornece apoio e informações para pessoas portadoras de HIV.

[www.bgf.org.au](http://www.bgf.org.au)  
Chamada gratuita: 1800 651 011

3º andar, 111-117 Devonshire Street  
Darlinghurst, NSW 2010  
Telefone: 02 9283 8666  
email: [bgf@bgf.org.au](mailto:bgf@bgf.org.au)

## **NUAA (NSW Users and AIDS Association)**

A NUUA é liderada por pessoas com experiência no uso de drogas. Elas fornecem informações e apoio às pessoas em NSW que usam drogas.

[nuaa.org.au](http://nuaa.org.au)  
Telefone: 02 8354 7300  
Chamada gratuita: 1800 644 413

345 Crown Street  
Surry Hills, NSW 2010

## ONDE FAZER O TESTE?

Procure um local de teste de HIV, por localização

[www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested)

### **Serviços de Saúde Sexual**

NSW Sexual Health

Infolink: 1800 451 624

[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)

## SERVIÇOS JURÍDICOS

### **HIV/AIDS Legal Centre (HALC)**

O HALC oferece assistência jurídica gratuita para pessoas portadoras de HIV ou Hepatite em NSW.

[www.halc.org.au](http://www.halc.org.au)

Telefone: 02 9206 2060

414 Elizabeth Street

Surry Hills, NSW 2010

email: [halc@halc.org.au](mailto:halc@halc.org.au)

# TERMOS USADOS AO SE FALAR DO HIV

## **Adesão**

A adesão é quando você toma o tratamento do HIV todos os dias, conforme seu médico prescreveu.

## **Anticorpo**

Anticorpos são produzidos pelo organismo para combater bactérias e vírus como o HIV.

## **ARV**

Os medicamentos anti-retrovirais são medicamentos usados para tratar o HIV.

## **Bulk billing**

Se o seu médico fizer “bulk billing”, sua visita é gratuita porque o Medicare paga diretamente ao médico. Caso seu médico não faça “bulk billing”, você paga ao médico e depois pede ressarcimento ao Medicare.

## **Células CD4**

As células CD4 são células do sistema imunológico que o vírus do HIV ataca e mata ao longo do tempo. Quanto menor o número de células CD4, mais fraco é o sistema imunológico.

## **Testes clínicos**

Os testes clínicos são estudos de pesquisa em que as pessoas são voluntárias para testar novos tratamentos, ou quando testes que são usados para prevenir, detectar, tratar ou gerenciar várias doenças ou condições médicas.

## **Preservativos**

Um invólucro fino de borracha (látex) que envolve o pênis ereto de um homem para evitar a gravidez e reduzir a chance de transmissão do HIV e outras DSTs.

## **Confidencialidade**

Toda informação que um profissional de saúde tem sobre você é confidencial. Um profissional de saúde só pode se referir ao que você diz com a sua permissão ou em circunstâncias muito especiais.

## **Diagnóstico**

É a conclusão do médico após examinar, fazer testes e conversar com seus pacientes.

## **Teste de Sangue Seco para HIV (DBS)**

Um teste de HIV através de uma leve picada no dedo. Fácil, gratuito, confidencial e que pode ser encomendado online.

## **HIV negativo**

Alguém que não tem HIV.

## **HIV positivo**

Alguém que é portador do HIV.

## **Status do HIV**

O status do HIV define se você é HIV positivo ou HIV negativo.

## **Teste de HIV**

Exame de sangue usado para encontrar anticorpos para o HIV. É também chamado de Teste de Anticorpo ao HIV.

## **Infecção**

Um germe dentro ou na superfície do corpo que faz você ficar doente. As infecções podem ser causadas por vírus, bactérias, fungos ou parasitas.

## **Lubrificante**

Lubrificante é uma substância oleosa que é usada com preservativos para reduzir o atrito durante o sexo.

## **PEP**

A profilaxia pós-exposição é o tratamento feito por uma pessoa HIV negativa dentro de 72 horas após um evento com risco de contaminação pelo HIV, a fim de prevenir a infecção pelo HIV.

## **PrEP**

Profilaxia Pré-Exposição (PrEP) é quando uma pessoa com HIV negativo tomar medicação contra HIV todos os dias para protegê-los do HIV.

## **Teste rápido de HIV**

Uma pequena gota de sangue do seu dedo é usada para testar o HIV. Um resultado fica pronto em 30 minutos.

## **Drogas recreativas**

São drogas não prescritas por um médico e usadas para dar prazer. Todas as drogas recreativas são ilegais na Austrália.

## **Seção 100 (s100) Drogas Altamente Especializadas**

Drogas Altamente Especializadas são medicamentos usados para tratar e prevenir o HIV que só podem ser prescritas por médicos especialistas.

## **Médico S100**

Um médico que tenha sido treinado para prescrever Drogas Altamente Especializadas da Seção 100 (s100), incluindo medicamentos que são usados para tratar e prevenir o HIV.

## **Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs)**

Infecções espalhadas pelo contato sexual. Elas são causadas por bactérias, vírus ou parasitas.

## **Soroconversão**

O tempo que leva para os anticorpos do HIV serem detectáveis no sangue após a infecção. Às vezes, isso é chamado de “período da janela”.

## **Efeito colateral**

Uma possível reação negativa à medicação ou tratamento.

## **Estigma**

Crenças, sentimentos e opiniões negativas que uma sociedade ou um grupo de pessoas têm em relação a alguém por causa de seu gênero, sexualidade, raça, cor, problemas de saúde ou crenças religiosas.

# TERMOS USADOS AO SE FALAR DO HIV

## **TasP**

O Tratamento como Prevenção ou TasP envolve tomar medicação para o HIV conforme determinado pelo seu médico para tornar a sua carga viral indetectável.

## **Transmissão**

A transmissão de uma doença de uma pessoa para outra.

## **Tratamento**

Algo que uma pessoa faz para que ela possa ficar saudável ou melhorar a saúde. Os tratamentos podem envolver remédios, terapias complementares e/ou mudanças no estilo de vida.

## **Carga viral indetectável (UVL)**

Uma carga viral indetectável significa que o HIV ainda está no seu corpo, mas em quantidades muito pequenas. Este é o principal objetivo do tratamento do HIV, pois significa que o sistema imunológico não está sendo atacado e que uma pessoa não pode transmitir o HIV aos parceiros sexuais.

## **Máquina de Vendas**

Uma máquina de vendas é uma máquina onde você pode comprar coisas como chocolate, café ou preservativos, colocando dinheiro e apertando um botão. Máquinas de venda de preservativos são normalmente encontradas nos banheiros de bares ou universidades.

## **Carga viral**

Um termo usado para descrever a quantidade de HIV no seu sangue. Quanto maior a carga viral, maior a chance de transmitir o HIV, e mais rapidamente o HIV pode enfraquecer seu sistema imunológico.

## **Vírus**

Um germe que nem todos os antibióticos conseguem tratar. HIV, hepatite B e hepatite C são vírus que não podem ser tratados com antibióticos. Mas todos eles podem ser tratados por medicamentos antivirais.

## **Período de janela**

Veja 'soroconversão'.

