

VIVE SAUDÁVEL E NÃO DEIXES O HIV AFECTAR O TEU FUTURO



MINISTÉRIO DA SAÚDE



EpiC
Meeting Targets and
Maintaining Epidemic Control



Linhas de apoio ao utente:



ou ligue grátis
1490 | 84146 | 82149



NÃO DEIXES O HIV CONTROLAR A TUA VIDA

Sabe mais em [f /somosiguaismz](https://www.facebook.com/somosiguaismz)

O que fazer se o resultado do teu teste do HIV for positivo?

O HIV tem tratamento e o pessoal da unidade sanitária está sempre pronto para te ajudar. Adere já ao tratamento e lidera a tua vida!



Sabias que ter o HIV não significa o fim dos teus sonhos?

Mesmo que testes positivo, podes continuar a ter uma vida normal, traçar planos para o futuro e continuar a sonhar sem limites. Mas, é importante manteres a tua saúde fazendo o tratamento anti-retroviral correctamente. Isso significa tomar a medicação de acordo com as recomendações do técnico de saúde.



Como se transmite o HIV?

O HIV pode ser transmitido através:

- Do sexo desprotegido com uma pessoa que já tem o vírus;
- Do sangue, devido à partilha de seringas, agulhas e outros objectos cortantes;
- De mãe para filho, durante a gravidez, o parto ou amamentação.

O HIV tem cura?

Não existe cura para o HIV mas existe TRATAMENTO! O tratamento do HIV reduz a quantidade de vírus no organismo e deve ser tomado todos os dias à mesma hora.

Como posso prevenir-me do HIV?

- Usar preservativo em todas as relações sexuais;
- Diminuir o número de parceiros sexuais e evitar comportamentos de risco;
- Fazer o teste do HIV com frequência.

É possível alguém ter HIV e Tuberculose ao mesmo tempo?

A pessoa pode ser portadora do HIV e da Tuberculose ao mesmo tempo. As pessoas que vivem com HIV têm as suas defesas diminuídas, o que aumenta o risco de desenvolverem outras doenças como a Tuberculose. As pessoas com HIV devem sempre fazer o teste de Tuberculose.

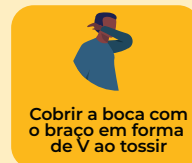
Como evitar a transmissão da Tuberculose?



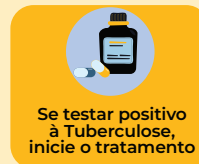
Manter as janelas abertas em locais fechados



Manter o distanciamento



Cobrir a boca com o braço em forma de V ao tossir



Se testar positivo à Tuberculose, inicie o tratamento



Não cuspir em lugares públicos (como o chão)

Não ao Estigma e à Discriminação

A Tuberculose e o HIV podem afectar qualquer pessoa independentemente do sexo, idade, raça ou condição social. As pessoas com Tuberculose e/ou HIV não devem ser excluídas ou isoladas devido às doenças.

Todos devem ser tratados de forma igual.



O que fazer se tiveres dúvidas sobre o HIV?

Procura imediatamente o Serviço Amigo do Adolescente e Jovem na unidade sanitária mais próxima da tua comunidade ou plataformas como Alô Vida, SMS BIZ ou Rapariga BIZ, que oferecem serviços de prevenção, testagem e tratamento para o HIV, bem como outros serviços de apoio.