

Teste sem medo sem tabu.

**HIV, Infecções Sexualmente
Transmissíveis e Hepatites virais.**



ABIA

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA
INTERDISCIPLINAR DE AIDS

Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS - ABIA

Av. Pres. Vargas, 446 / 13o andar – Centro
Cep 20071-907 – Rio de Janeiro - RJ
Tel.: (21) xxxxxx
abia@abiaids.org.br
www.abiaids.org.br

Conselho Diretor

Diretor-Presidente: Richard Parker
Diretor vice-presidente: Veriano Terto Jr.
Tesoureira: Simone Souza Monteiro

Conselho Fiscal

Luis Felipe Rios do Nascimento
Fátima Maria Gomes da Rocha
Fernando Seffner

Associados/as Participantes

Alexandre Domingues Granjeiro
Carlos Alberto Ebeling Duarte Claudia
Garcia Serpa Osório de Castro
Francisco Xavier Ramos Pedrosa Filho
Kenneth Rochel Camargo Júnior
Mário César Scheffer
Regina Maria Barbosa
Valdiléia Gonçalves Veloso Santos

Produção do texto

Jean Pierry
Juan Carlos Raxach

Revisão da Publicação

Juliana Roñones

Grupo Assessor

Débora Fontanelle
Gabriel Nolasco
Ivia Maksud
Lúcia Maria Xavier de Castro
Luciana Kamel
Salvador Correa
Vagner de Almeida

Ilustrações

Estela Moreira Candido; Kamily Teixeira de Souza; Letícia Rodrigues Neves; Lohann Nycollas dos Santos Duarte; Matheus da Silva Rodrigues; Miguel Magno Baptista Mesquita; Nicolas Ícaro; Victoria Sara de Souza da Conceição; Wendy Souza Silva Filho

Projeto Gráfico e Diagramação

Ybrida Comunicação

Realização



ABIA

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA
INTERDISCIPLINAR DE AIDS

OBSERVATÓRIO NACIONAL
DE POLÍTICAS DE AIDS

Agradecimentos:

Agradecimentos especiais para os participantes do Grupo Focal por suas contribuições valiosas. A troca de conhecimento e experiências foi fundamental para a construção dessa cartilha. Agradecemos também as/os jovens do projeto “Mídias Positivas: Olho Vivo na Prevenção do HIV e TB” da Associação Experimental de Mídia Comunitária – BEMTV que em parceria com nosso projeto contribuíram com imagens para esse material.

Distribuição gratuita

É permitida a reprodução total ou parcial desta publicação, desde que citados a fonte e os autores.

Este material foi realizado com recursos do Projeto BRA/15/004

Lista de Siglas

Aids: Síndrome da Imunodeficiência Adquirida.

CF: Clínica da Família

CRIE: Centros de Referências para Imunobiológicos Especiais

CTA: Centros de Testagem e Acolhimento

Enem: Exame Nacional do Ensino Médio.

HIV: Vírus da Imunodeficiência Humana.

HSH: Homens que fazem Sexo com outros Homens.

IST: Infecção Sexualmente Transmissível.

OMS: Organização Mundial da Saúde.

PVHA: Pessoa Vivendo com HIV e aids.

SUS: Sistema Único de Saúde.

UNAIDS: é um programa conjunto das Nações Unidas criado em 1996 com o objetivo de liderar e coordenar a resposta global à epidemia de HIV e aids.

UPA: Unidade de Pronto Atendimento.

USB: Unidade Básica de Saúde.

Sumário

3

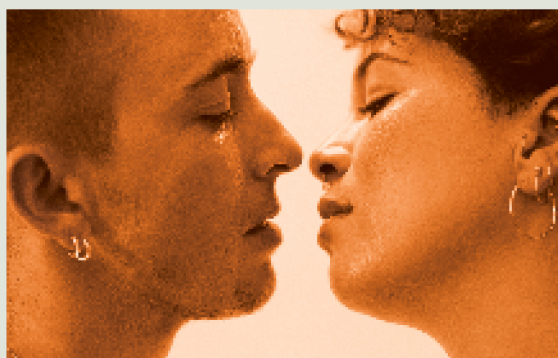
Lista de Siglas

6

Introdução

8

Panorama Geral do HIV e Aids, das ISTs, as hepatites virais e Juventudes



10

Testagens

11

Superando os medos e os preconceitos nas testagens

Diálogo aberto, Apoio e Empoderamento

Racialidade x Testagens

LGBTQIAPN+ e Testagens

Como superar esses desafios?



20

“Estou em um relacionamento sério: devo me testar?”

Confiança e Transparência

Proteção da Saúde Sexual e do Parceiro

Prevenção e Planejamentos Futuros

Quebra de Estigmas e Tabus

22

Por que devo me testar para o HIV, ISTs e as hepatites virais?



24

Testes para o HIV

Qual teste fazer?

26

“Testei e deu negativo. E agora?”

26

“Testei e deu positivo. E agora?”

27

Sífilis e Testagens

Tipos e Testagens



29

Hepatites Virais e Testagens

Por que realizar testagens para as Hepatites é importante?

Onde se vacinar para as Hepatites?

Quem deve se vacinar?

Quando se vacinar?

Como se vacinar?

33

Fique ligado!



34

Mpox

O que devemos saber sobre a vacina contra Mpox:

Olá leitor, tudo bem?

Introdução

Nossa cartilha sobre Testagem(ns) tem como objetivo contribuir para o aumento da consciência, informação e índices de testes para detecção do HIV, hepatites virais e outras ISTs entre jovens de 15 a 29 anos no Brasil.

Estamos na chamada Quarta Onda do HIV e aids no Brasil e, contextualizando, ainda enfrentamos uma série de desafios – apesar de alguns avanços – no que diz respeito ao processo de diagnóstico precoce da infecção pelo HIV. Apesar dos exitosos resultados alcançados no enfrentamento da doença, com reconhecimento internacional pelo modelo de assistência, prevenção e distribuição gratuita de antirretrovirais e importante participação da sociedade civil na luta, o Brasil ainda assiste a evolução de seus números epidemiológicos em populações como a de jovens de 15 a 29 anos, por exemplo.

Para além das próprias desigualdades sociais enfrentadas num país continental como o nosso, onde estruturas de raça, gênero e classe social podem aproximar ou afastar a população mais vulnerável da garantia e do acesso igualitário dos serviços de saúde, um dos outros pontos que fragilizam o enfrentamento da epidemia nesse público jovem é a ausência do hábito e da cultura de testagem para detecção da infecção pelo HIV.

Além disso, a falta de estrutura (de recursos humanos e insumos, por exemplo), a distância dos locais de referência, entre outras problemáticas, condicionam um diagnóstico tardio da infecção pelo HIV e para as condições de saúde do indivíduo. A demora em realizar um teste sorológico pode trazer dificuldades para a nossa qualidade de vida.

Portanto, com essa cartilha, queremos que você – sobretudo jovem – possa tirar suas dúvidas sobre o diagnóstico, com uma informação segura, rápida e objetiva e estimulá-lo(a) a procurar a testagem para o HIV e outras ISTs como um comportamento que enseje o autocuidado, a redução de danos e a luta pelo acesso à saúde de qualidade.



**Nossa cartilha sobre
testagens não é o Enem,
mas você também pode
e deve gabaritar!**

Isso porque vamos falar sobre testagens para detecção da infecção pelo HIV, da sífilis e das hepatites virais e passar informações básicas sobre cada uma dessas infecções e doenças.

Panorama Geral do HIV e Aids, das ISTs, as hepatites virais e Juventudes

No mundo contemporâneo dar um like, marcar um date, ter um crush ou garantir um P.A. (pau amigo) são termos de vivências tão comuns como ler, estudar, escovar os dentes ou dormir em nossa juventude. Na era da hiperconectividade, com cada vez mais novas gerações se formando (Millenials, Geração Z, Geração Y...) também vêm uma série de desafios a serem enfrentados.

Para além de questões triviais de formação da identidade, também percebemos o exercício da sexualidade e práticas sexuais cada vez menos tradicionais. Por tudo isso, precisamos enfatizar questões de saúde e prevenção, no que pese a despreocupação ou a ausência de conhecimento e informações precisas sobre sexo seguro, testagem/testagens e HIV e aids.

Nesse ponto, a disseminação do HIV, assim como das ISTs e hepatites virais, continuam a representar um problema significativo para todo mundo, especialmente para jovens de 15 a 29 anos. Com a

pornografia como modelo sexual, uso e abuso de álcool e outras drogas e novas formas de prevenção surgindo, é importante que conheçamos nossos corpos - mas também as melhores opções para nos prevenirmos. Antes de discutir a importância da testagem, é preciso dizer o que é o HIV e aids e como eles nos afetam.

A infecção pelo HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana) compromete o sistema imunológico (a área de defesa do nosso corpo) e torna as pessoas vivendo com o vírus mais suscetíveis a outras doenças e infecções, chamadas de oportunistas. Se não tratado, o HIV pode progredir para um estágio mais agudo da doença chamada aids (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida), onde o sistema imunológico estará severamente afetado. Segundo dados de organismos como a UNAIDS (agência da ONU para o HIV e aids) os jovens representam uma parcela significativa dos novos casos de infecções no mundo.

Dados de estatísticas mundiais mais recentes dão conta de que cerca de

1,7 milhão de jovens entre 15 e 29 anos vivem com o HIV e a maioria não sabe que está infectada!

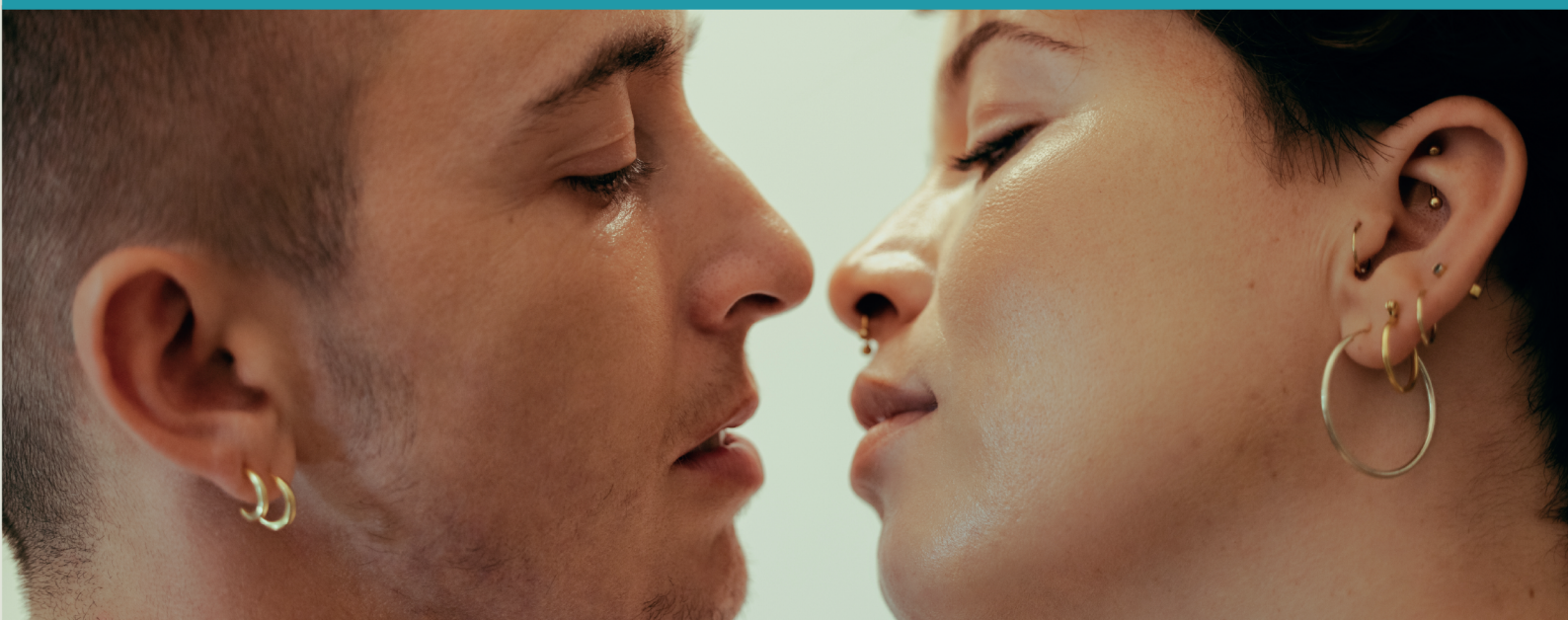
Falta de conscientização
sobre a doença



Acesso inadequado aos
serviços de saúde



Taxas preocupantes
de infecção por HIV
nesse grupo



Não é esse tipo de match que queremos, certo?



A testagem para detecção da infecção pelo HIV desempenha, portanto, um papel fundamental para a prevenção e para o diagnóstico da doença. Não só para os jovens, mas para todas as pessoas, a conscientização sobre o status sorológico ajuda a guiar a tomada de decisões informadas sobre a saúde sexual.

Aqueles que conhecem seu status sorológico têm maior probabilidade de buscar tratamento precoce, reduzindo assim o risco de desenvolvimento da doença e de transmissão da infecção a outras pessoas.

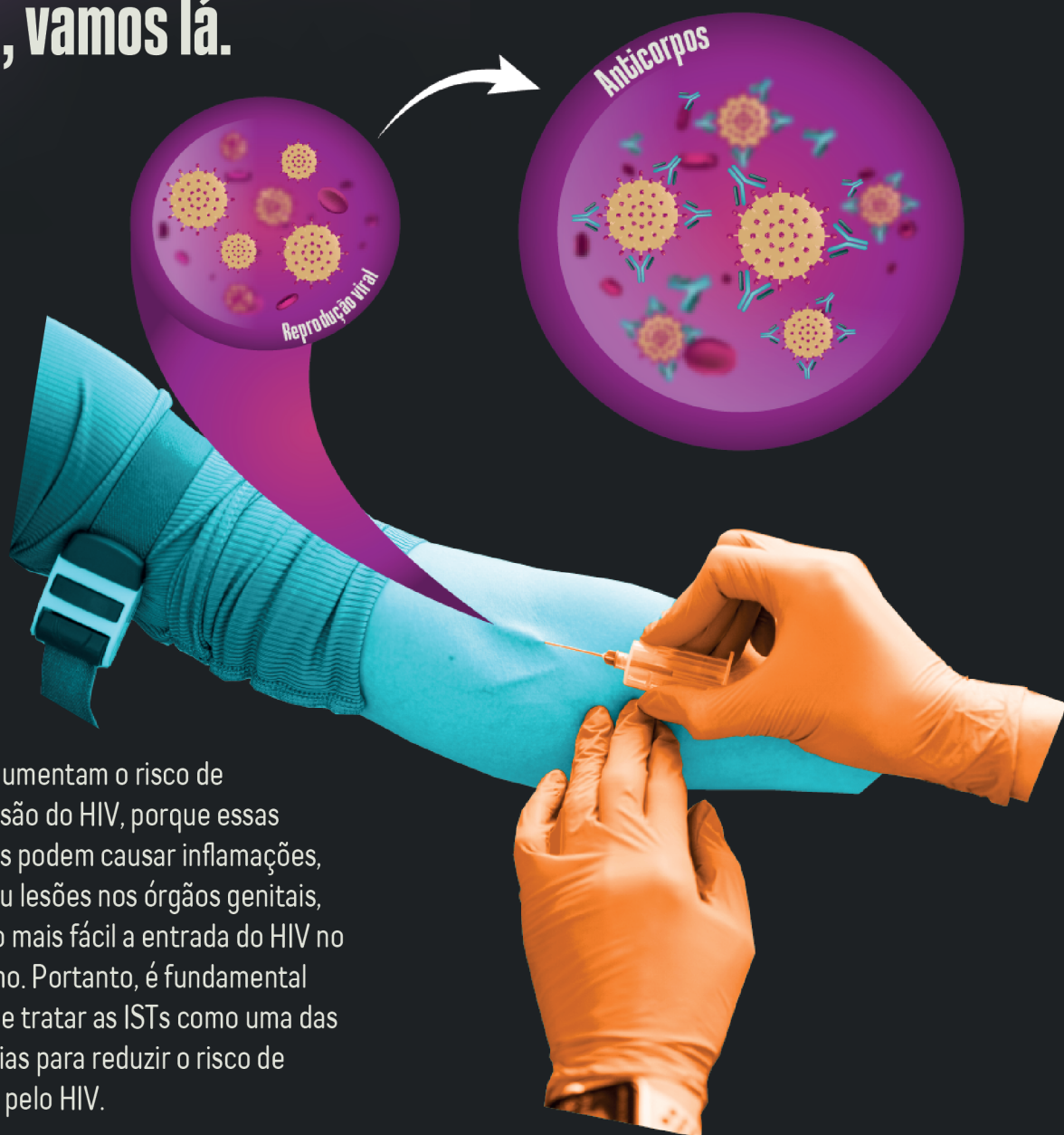
Testagens

Você deve estar se perguntando

“e como eu faço para me testar? Como as testagens descobrem minha sorologia?”. Bem, vamos lá.

Toda vez que uma pessoa se infecta por um vírus, esse vírus começa a se reproduzir em muitos outros – o que também chamamos de replicação. Depois que isso acontece, o organismo ativa um mecanismo que gera anticorpos (os agentes de defesa do nosso sistema imune) contra esse vírus. Dessa forma, quando fazemos uma ou várias testagens para detecção de infecção pelo HIV, testes imunológicos como os testes rápidos vão detectar os anticorpos produzidos pelo seu corpo e não o vírus em si.

Falamos de testagens porque a prevenção do HIV não se limita ao teste para detecção da infecção pelo HIV, mas também para hepatites virais e outras ISTs, fundamentais para acompanhamento e manutenção da saúde sexual.



As ISTs aumentam o risco de transmissão do HIV, porque essas infecções podem causar inflamações, feridas ou lesões nos órgãos genitais, tornando mais fácil a entrada do HIV no organismo. Portanto, é fundamental prevenir e tratar as ISTs como uma das estratégias para reduzir o risco de infecção pelo HIV.

Superando os medos e os preconceitos nas testagens

Medo e preocupação andam lado a lado quando o assunto é se testar para o HIV e outras ISTs - ou até para as hepatites virais. Entretanto, não podemos deixar esse medo ou o estigma nos dominar. Superar o preconceito contra esses tipos de testagens é um passo importante para o autocuidado, para a prevenção e, sobretudo, para a saúde.

Antes de mais nada, como primeira ação para esse tipo de superação, é encará-lo de frente e reconhecer o nosso preconceito. O preconceito, como a própria palavra indica, nasce de uma visão anterior que, na maioria das vezes, não tem fundamento nenhum para existir. Ou existe de maneira equivocada e descolada da realidade.

Por isso mesmo ele pode vir de diferentes lugares: sociedade, amigos, familiares, mídia e até de nós mesmos.

É importante estar ciente como esses agentes e nossos pensamentos preconceituosos agem para influenciar nosso comportamento. Uma maneira poderosa de combater esse problema é através da educação, que leva à conscientização. Juntas, essas duas ações permitem aprender mais sobre o HIV e aids, as ISTs e as hepatites virais, suas causas, tratamentos e prevenção. Como conhecimento é poder, quanto mais soubermos sobre a doença e suas infecções oportunistas, menos preconceituosos seremos.

É importante estar ciente como esses agentes e nossos pensamentos preconceituosos agem para influenciar nosso comportamento. Uma maneira poderosa de combater esse problema é através da educação, que leva à conscientização. Juntas, essas duas ações permitem aprender mais sobre o HIV e aids, as ISTs e as hepatites virais, suas causas, tratamentos e prevenção. Como conhecimento é poder, quanto mais soubermos sobre a doença e suas infecções oportunistas, menos preconceituosos seremos. Além disso, cada um de nós faz parte da mudança e podemos fazer o caminho inverso e influenciar positivamente. Dessa forma, devemos compartilhar informações precisas e confiáveis sobre HIV e aids, ISTs e hepatites virais com nossos amigos, familiares e outras pessoas para desmistificar essas doenças e infecções.

Diálogo aberto, Apoio e Empoderamento



Abrir-se sobre as preocupações, angústias, medos e dúvidas em relação às testagens para detecção da infecção pelo HIV pode ser difícil, mas deixá-las de lado não vai resolver os sentimentos. É essencial construir diálogos abertos, sinceros e honestos com as pessoas ao nosso redor. Compartilhar o que sentimos com amigos, familiares e profissionais de saúde de confiança.

Falar sobre isso também pode ajudar a diminuir nosso preconceito. Buscar apoio também é um mecanismo de ajuda importante para contribuir positivamente nessa questão. Há diversas organizações e grupos de apoio, como a ABIA, dedicados a pessoas vivendo com HIV e aids ou que estão preocupadas com sua saúde sexual. Muitos desses grupos e instituições oferecem apoio emocional, informações úteis e espaços seguros para compartilhar suas experiências, sem juízo de valor ou moralismo.



O cuidado com a própria saúde - e a dos outros - é um ato de empoderamento.

Ao realizar o teste regularmente para o HIV e outras infecções, assumimos o controle da nossa saúde e bem-estar e conseguimos tomar decisões apoiadas em bases seguras sobre a nossa vida sexual e sexualidade.

Assim, assumimos protagonismo suficiente para enfrentar de cabeça erguida o estigma, o preconceito e a discriminação relacionados com o HIV e aids as ISTs e potencializar a construção de uma sociedade mais justa, solidária e inclusiva.

Racialidade x Testagens

Ser negro num país fundado sobre o racismo, como o Brasil, que até hoje tem estruturas que distanciam pessoas negras de pessoas brancas em setores como Justiça Social, Educação, Renda e Trabalho, Cultura, Lazer e Saúde é um dos maiores desafios quando se pensa em prevenção e autocuidado. Isso porque o racismo, por si só, já é algo que adocece um indivíduo e impede que ele ou ela tenha uma vida social equilibrada, com sua cidadania respeitada e seus direitos e deveres assegurados.

A política brasileira de aids baseia-se nos princípios constitucionais do acesso universal à saúde integral, incluindo prevenção e tratamentos gratuitos, entre outros.

Na Constituição Brasileira, o artigo de número 196 diz o seguinte:

“saúde é direito de todos e dever do Estado”.
No caso do HIV e aids, esse princípio é sinônimo do direito à própria vida.

Mas como garantir que esse direito universal alcance pessoas que, por conta da cor da pele, são estigmatizadas, excluídas e não priorizadas em políticas públicas? Como garantir que a dignidade e o acesso pleno à saúde e prevenção estejam garantidos,



quando muitas vezes não se tem nem o dinheiro da passagem, um emprego ou até o que comer? Realizar um teste de HIV num país manchado pelo racismo como o Brasil, para pessoas negras – 55,5% (93 milhões de pessoas) da população brasileira segundo os dados mais recentes do Censo do IBGE – pode não ser uma prioridade: seja por questões estruturais (o racismo, a pobreza, a violência, o cárcere), seja por questões assistenciais (acesso precário de saúde, ausência de unidades de referência, clínicas e hospitais em mau funcionamento, superlotação, falta de conhecimento e acesso à informação etc.).

Abaixo, alguns dos principais desafios entre racialidade e testagens para a detecção do HIV:

1. Racismo Estrutural:

Como uma espinha dorsal, o racismo estrutura toda a sociedade e faz com que algumas barreiras encontrem-se firmes para as pessoas negras, em matéria de acesso a serviços de saúde e prevenção. Apesar de serem invisíveis à olho nu, na prática isso inclui falta de acesso a serviços de saúde de qualidade, discriminação racial por parte de profissionais da saúde, médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde despreparados para lidar e entender as especificidades de uma pessoa negra, além de barreiras financeiras como o custo dos transportes (o Rio de Janeiro, por exemplo, tem a tarifa de metrô mais cara do Brasil) e falta de seguro saúde (planos de saúde privados);

2. Estigma e Preconceito:

São duas estruturas raciais que afetam diariamente a vida de pessoas negras no Brasil. Quando levamos isso para serviços de saúde, nos deparamos com a falta de confiança nos profissionais de saúde e ao medo de serem julgadas ou discriminadas ao fazerem um teste de HIV.

Quem também se debruça sobre esse tema é o UNAIDS (agência da ONU para o HIV e aids) e o Ministério da Saúde que, em 2023, em sua segunda edição do Boletim Epidemiológico Saúde da População Negra, mostra que pessoas negras são as mais impactadas atualmente pelas novas infecções pelo HIV e para a evolução à aids.

Em 2021, quando considerados os casos de aids na faixa de menores de 14 anos, a proporção de pessoas negras foi superior a 70% (6,3% de pessoas pretas e 64,9% de pessoas pardas).



3. Barreiras Culturais e Linguísticas:

Muitas vezes os serviços e profissionais de saúde não são culturalmente sensíveis às necessidades das comunidades negras, o que pode levar à falta de compreensão sobre a importância das testagens para o HIV. Um bom exemplo que ilustra esta barreira é o caso de pessoas ribeirinhas e quilombolas.

4. Falta de Representatividade:

Se a medicina é uma área ainda extremamente elitista e excludente, em outras áreas dos serviços de saúde isso também ocorre. É essa falta de representatividade de profissionais de saúde negros/as também pode contribuir para a desconfiança e a falta de acesso à saúde e à prevenção. A presença de referências profissionais de saúde que entendam as experiências e necessidades das pessoas ou comunidades negras pode ser fundamental para promover a confiança e engajamento nos cuidados de saúde.

Teste

Para jovens de 15 a 29 anos, a proporção de casos de aids em pessoas negras é de 63,7% (13,2% de pretos e 50,5% de pardos). Na última década, houve um aumento de 7,9% das mortes em decorrência da aids. Foram de 52,6% em 2011 para 60,5% em 2021.

Quando o racismo se cruza com a questão de gênero, observa-se que mulheres negras e pardas também estão entre as mais vulneráveis. O número de casos de HIV entre pessoas gestantes pretas e pardas saiu de 62,4% (em 2011) para 67,7% (em 2021). Mulheres e jovens de 15 a 29 anos representaram 69,6% destas notificações.

LGBTQIAPN+ e Testagens

Dentro dessas quatro décadas de epidemia de HIV e aids no Brasil, muitos momentos fragilizaram as respostas à epidemia. Uma delas foi a estúpida associação entre a infecção pelo HIV, vírus causador da aids e as pessoas Gays (sobretudo em épocas anteriores à atual sigla da diversidade sexual), no que ficou conhecido como “câncer gay”.

Isso fez de toda uma imensa comunidade o alvo preferencial de conservadores, moralistas, serviços de saúde e da sociedade que não conseguia enxergar que a epidemia estava, na verdade, associada a um “comportamento de risco” e não a um “grupo de risco” (termo que atualmente deve ser evitado!). Foi necessário que muitas instituições da sociedade civil como a ABIA, pessoas como Herbert de Souza, o Betinho, e Herbert Daniel – entre tantas outras –, pudessem se levantar contra essa ideia errada e lutar por direitos humanos, solidariedade e justiça social para pessoas vivendo com HIV, de forma independente e desconectada da ideia de sexualidade e doença.

Pois bem, apesar de ainda termos alguns indivíduos que preferem crer nisso como uma verdade absoluta, na realidade temos uma maioria da sociedade que já compreendeu que gênero, raça, sexualidade, identidade de gênero ou quaisquer outras variáveis não são sinônimo de infecção pelo HIV. Mas ainda assim, é importante frisar o quanto a comunidade LGBTQIAPN+ (Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transgênero, Queer, Intersexo, Assexual, Pansexual, Não Binária) sofre com esse preconceito e discriminação, e também ressaltar o quanto é importante não deixar de engajar-se em atitudes positivas quanto à sua prevenção e outros cuidados de saúde.

Antes de tudo, como destacado acima (e pode se perceber pela variedade de letras em seu alfabeto), a população LGBTQIAPN+ é incrivelmente diversa e cada pessoa tem sua própria identidade e experiência. É um erro acreditar que são “todos uma coisa só”. Isso significa que as necessidades de saúde também

podem e devem variar amplamente dentro da comunidade e por isso é muito importante que se tenha profissionais e serviços de saúde capacitados para lidar com essas especificidades, características e comportamentos sexuais sem julgamentos.

Apesar de termos outras tecnologias de prevenção, cada vez mais modernas e de uso frequente pela juventude, sobretudo a PrEP (Profilaxia Pré-exposição, um medicamento utilizado para se tomar regularmente, combinada a outras estratégias de prevenção, como a camisinha, para evitar infecções sexualmente transmissíveis como a causada pelo HIV). É importante destacar que isso não isenta os indivíduos da necessidade regular de se testar regularmente para o HIV, hepatites e outras ISTs.

A testagem para essas infecções é fundamental para a saúde sexual e o bem-estar de todos, independentemente da orientação sexual ou identidade de gênero.

Fazer o teste regularmente ajuda a detectar e tratar precocemente infecções, prevenir a transmissão para outras pessoas e cuidar da própria saúde. Infelizmente, muitas pessoas LGBTQIAPN+ enfrentam barreiras de acesso à testagem para detecção da infecção pelo HIV e outras ISTs. Isso pode ser devido ao estigma e discriminação em serviços de saúde, falta de informação sobre onde e como fazer o teste, medo de serem julgadas ou expostas e preocupações com confidencialidade.



Como superar esses desafios?

Acima de tudo, a superação do racismo só se dará com um esforço multissetorial, étnico e social.

Várias mãos, corpos, peles, realidades e “Brasis” precisarão estar unidos e terem interesse em resolver isso. Mas algumas ações socialmente responsáveis podem ser feitas desde já. São elas:

- **Engajamento Comunitário:**

engajar-se em iniciativas de base comunitárias que promovam a saúde e o bem-estar das pessoas da comunidade negra pode ser uma maneira poderosa e eficaz de superar os desafios no acesso à saúde;

- **Advocacia:**

devemos defender, cobrar e vigiar políticas e programas que promovam a equidade étnico-racial no acesso ao serviço de saúde e trabalhar para eliminar o preconceito e a discriminação racial. **Violações nos serviços de saúde devem ser denunciados na Ouvidoria do serviço.**

- **Educação e Conscientização:**

é importante que todos(as) nós saibamos sobre os desafios enfrentados pelas pessoas negras no serviço de saúde brasileiro e que compartilhem essas informações com amigos, familiares e comunidades.



Não deixe que
o estigma seja
um obstáculo
à sua saúde!



“Estou em um relacionamento sério: devo me testar?”

Você, então, foi lá no app de pegação e conheceu um boy ou uma mina que deu match. Os encontros vão ficando cada vez mais recorrentes, o interesse de ambos aumenta e vocês decidem oficializar a relação. Na vida de todo jovem, esse enredo pode e vai acontecer com muita frequência – uns mais e outros menos. Com cada vez novos arranjos de relacionamentos, onde a monogamia não dá mais conta de todas as possibilidades de afeto (trisal, relacionamento aberto, poligamia etc.), ainda assim, é muito importante ter em mente que a prevenção deve ir pra cama junto com você(s).

“Ué, mas eu estou num relacionamento sério. Ainda assim preciso me testar para o HIV?”. Essa pergunta não é a do milhão, mas também tem muito valor: a resposta é sim! Sejam jovens (especialmente se tivermos entre 15 e 29 anos) ou adultos, o relacionamento sério exige que a nossa saúde sexual – e a de nosso parceiro(a) – também esteja em dia.



VAMOS SEM ?

Toda pessoa que faz sexo deve se vacinar e se testar com regularidade!

Quer saber mais?

Então se liga nos pontos ao lado.

Confiança e Transparência

Estar em um relacionamento sério, independente da dinâmica que faça sentido para cada um, requer dois pilares essenciais para que tudo dê certo: confiança e transparência. Fazer regularmente testes para o HIV é uma forma de mostrar ao parceiro(a) que nos preocupamos com a saúde e o bem-estar de ambos.

Além disso, testar-se juntos pode fortalecer a confiança entre os componentes dos casais e promover uma comunicação aberta, com diálogos francos sobre os combinados e sobre questões importantes de saúde e prevenção.

Proteção da Saúde Sexual e do Parceiro

Todo relacionamento sério implica em corresponsabilidade. Essa palavra significa que as consequências e responsabilidades são de duas ou mais pessoas na relação. Portanto, é importante proteger sua saúde e a de seu(sua) parceiro(a). O HIV, as hepatites virais e as ISTs podem ser transmitidas mesmo em relações duradouras e estáveis, onde muitas vezes as pessoas nem sabem que estão infectadas.

Prevenção e Planejamentos Futuros

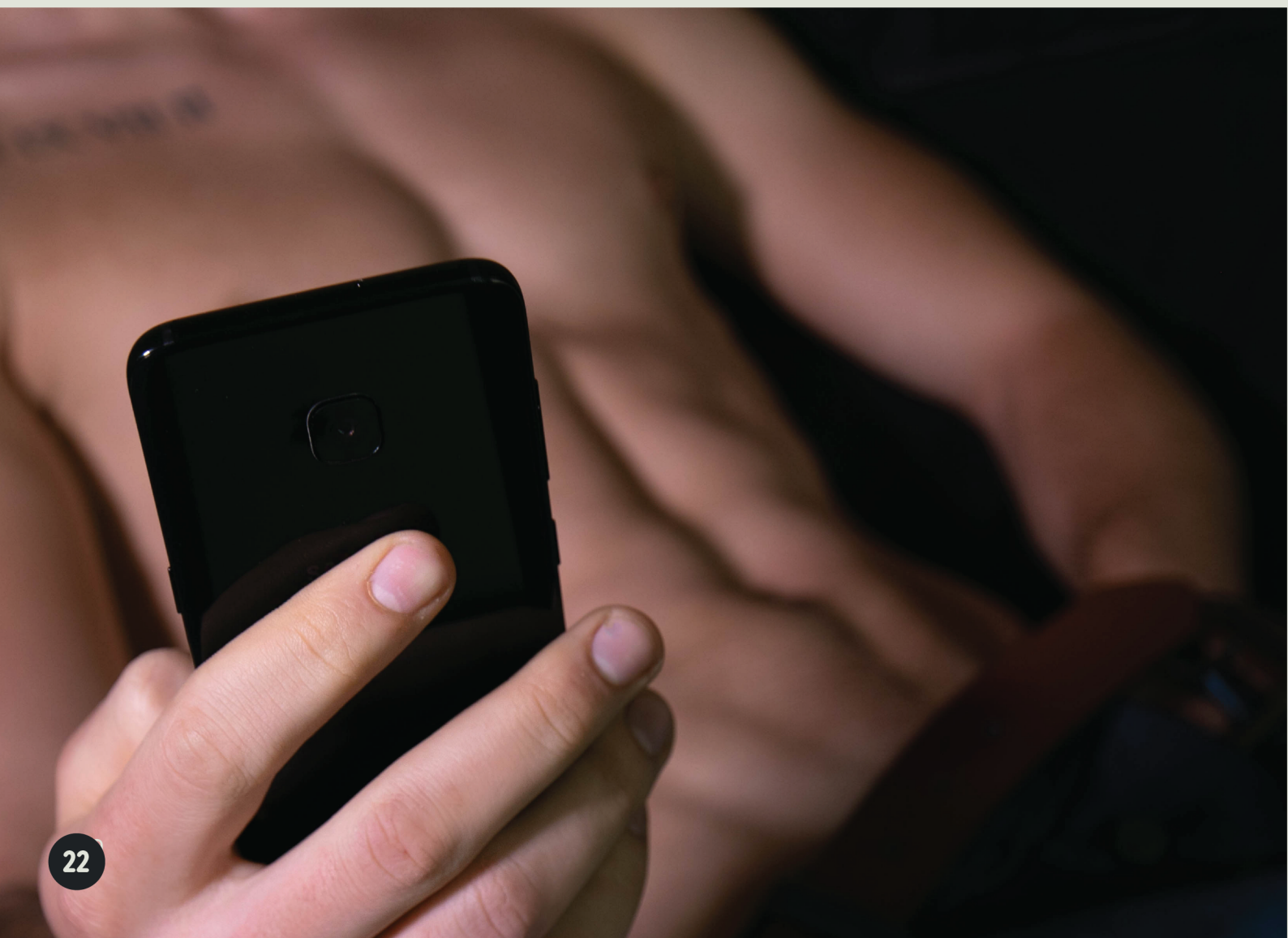
A realização de testes para o HIV também é um planejamento e uma prevenção futura. Se uma pessoa em um casal descobrir que está infectada, ambos(as) ou todos(as) podem tomar medidas para prevenir novas infecções, utilizar de outras medidas de prevenção como a camisinha, por exemplo, e buscar tratamento adequado. Além disso, para quem planeja ter um filho futuramente, fazer o teste de HIV, para as hepatites virais e outras ISTs também é importante para garantir uma gravidez saudável.

Quebra de Estigmas e Tabus

Falar sobre HIV nunca é fácil, especialmente quando estamos em um relacionamento monogâmico. Contudo, realizar os testes juntos pode ajudar a quebrar o estigma sobre a infecção e promover uma cultura de cuidados mútuos, além de servir de apoio. Lembre-se que fazer o teste de HIV não se trata de desconfiar do(a) parceiro(a), mas sim sobre cuidar um(a) do(a) outro(a) e tomar decisões informadas sobre sua saúde.

Por que devo me testar para o HIV, ISTs e as hepatites virais?

Quando você decide baixar aquele app de pegação, você certamente leva alguns pontos em consideração para decidir qual o melhor local para conhecer um contatinho, certo? Fatores como interatividade, característica do aplicativo, público-alvo, quantidade de opções e outros pesam para decidir se será Tinder, Grindr, Hornet ou Scruff, e mais recente em outras redes sociais como Facebook, Instagram e WhatsApp onde você vai “tentar a sorte” de uma “rapidinha” ou até se vai conseguir um boy ou uma mina fixa, não é verdade?



Também é essencial saber:

1. Aumento de HIV entre jovens:

Segundo os indicadores dos Dados Básicos do HIV e aids do Ministério da Saúde, de 1998 a 2020, tivemos mais de 1 milhão de casos notificados pelo Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN), especialmente em pessoas com menos de 30 anos. Portanto, nós jovens, somos um dos grupos mais vulneráveis à doença.

2. Infecção sem sintomas:

uma das principais características da infecção pelo HIV é que podemos estar infectados e não apresentarmos nenhum sintoma. Isso significa que podemos estar em perfeitas condições físicas, mentais e emocionais e ainda assim ter o vírus. É por isso que fazer o teste é tão importante – mesmo em condições saudáveis.

3. Prevenção e cuidados precoces:

quanto mais cedo for realizado da infecção pelo HIV, mais cedo se começa o tratamento. O tratamento precoce ajuda a manter-se saudável e evitar que você tenha complicações futuras – e os(as) parceiros(as) também.

4. Cuidado de si e dos outros:

testar-se para o HIV diz muito sobre a responsabilidade para com nossa saúde e prevenção, mas também o cuidado e a corresponsabilidade com nossos(as) parceiros(as) – fixos ou esporádicos. Uma maneira respeitosa e importante de cuidarmos uns dos outros.

5. Enfrentamento ao estigma e ao tabu:

não é de hoje que sabemos que existe um tabu e até mesmo um medo de se falar de HIV e aids, por conta da imagem que se criou no passado associada à doença. Entretanto, quanto mais falamos sobre isso e nos testamos regularmente, contribuimos para a superação dessa barreira. É sempre bom lembrar: não há vergonha quando se trata de cuidar da nossa saúde e nos testar, pois estamos nos empoderando e assumindo o controle de nossa prevenção, fechou?

Testes para o HIV

Do dia em que você se infecta até o dia em que nosso organismo começa a produzir anticorpos em quantidades suficientes para que possam ser detectados nas diversas testagens, há o que chamamos de “Janela Imunológica”. Nesse período, a pessoa tem mais vírus e menos anticorpo e o teste que só detecta anticorpos não vai conseguir identificar que a pessoa está com o vírus, embora ela já esteja.

Apesar disso, com a evolução das testagens para o HIV, atualmente no Brasil temos testes anti-HIV de 4ª geração que, além dos anticorpos, detectam uma proteína específica do HIV, que permitem a detecção da infecção em um tempo menor.

Sabemos o quanto esse assunto é importante e pode vir recheado de dúvidas. Entender como os testes para

diagnóstico da infecção pelo HIV funcionam é crucial para tomar decisões informadas sobre a saúde sexual, especialmente se houver exposição de risco à infecção pelo HIV.

A testagem para o HIV além de proteger nossa saúde, também contribui para a prevenção da disseminação do vírus em nossas comunidades. Se tivermos dúvidas ou preocupações sobre o teste de HIV, não podemos hesitar em procurar um profissional da saúde ou um serviço de referência especializado para obter mais informações e suporte.

Existem diferentes tipos de testes disponíveis, cada um com seus próprios métodos e prós e contras. Por isso, vamos explorar isso de uma forma acessível para que possamos nos informar corretamente.



Qual teste fazer?

- Atualmente existem várias formas de diagnóstico disponíveis no Brasil: os autotestes, os testes rápidos e os exames laboratoriais.

- **Todos os testes de HIV disponíveis ou realizados em laboratórios da rede pública são gratuitos e disponibilizados pelo SUS.**

- Além do teste para detectar a infecção pelo HIV, podemos nos realizar exames para outras ISTs e para Hepatite B e C. Esses exames são oferecidos nas UBS, UPA, CTA, CF e similares. O autoteste para HIV além de ser distribuído gratuitamente é vendido nas farmácias.
- É importante saber também que, independente da idade que você tenha –sobretudo você jovem entre 15 e 29 anos – os nossos direitos e acesso à saúde e prevenção estão e devem ser assegurados nas unidades de referência citadas acima e alguns

princípios éticos devem ser seguidos. São eles:

- **O teste deve ser realizado com consentimento informado;**
- **O teste deve ser acompanhado por um aconselhador;**
- **A realização do teste deve ser confidencial;**
- **O resultado do teste deve ser confidencial.**

Entender os diferentes tipos de testes de HIV disponíveis é fundamental para garantir uma abordagem informada à saúde sexual. Independentemente do tipo de testagem escolhida, o mais importante é testar-se regularmente, especialmente se houver atividade sexual de risco envolvido. As testagens ao HIV protegem não somente sua saúde, mas também contribui para a prevenção da disseminação do vírus em suas comunidades. Se tiver dúvidas ou preocupações sobre o teste de HIV, não hesite em procurar um profissional da saúde ou um serviço de referência especializado para obter mais informações e suporte.

Lembre-se: temos direito a confidencialidade e privacidade e só revelar sua condição e qualquer outra intimidade de sua vida, quando, como e para quem você ache necessário!

“Testei e deu negativo — E agora?”

Quando o resultado dá negativo, isso significa que não estamos infectados pelo HIV. Mas, atenção: isso não significa que não devemos nos preocupar com a saúde. Nesse caso, devemos continuar nos protegendo,

buscar novas formas de praticar sexo seguro e entender as motivações que o/a levaram a um comportamento de risco sexual, para assim, evitar situações semelhantes no futuro.

“Testei e deu positivo + E agora?”

Se o resultado da testagem for positivo, você tem direito de ser direcionado para um serviço de saúde especializado para iniciar o seu tratamento o quanto antes. Na primeira consulta, uma equipe multidisciplinar estará à disposição para oferecer o apoio necessário: médicos, nutricionistas, psicólogos, enfermeiros/as e assistentes sociais. Tudo isso porque sabemos que esse momento não é fácil, principalmente na nossa juventude: é um momento de muitos medos e mais perguntas do que respostas. Mas também é o momento de saber que nossa vida não está por acabar. Atualmente, assim que se inicia um tratamento imediato, conta-se com terapias antirretrovirais (medicamentos) cada vez mais

sofisticadas. Isso significa que, com uma boa adesão ao tratamento – oferecido gratuitamente pelo SUS – melhor será nossa qualidade de vida e menor a probabilidade de evoluir a doença para aids e suas complicações.

Apesar da terapia antirretroviral não curar o HIV, ela oferece a possibilidade de viver com qualidade de vida, de maneira equilibrada quando com o apoio de uma alimentação balanceada e exercícios físicos. Também permite viver com práticas sexuais rotineiras, pois não há condição para renunciar à sua sexualidade – desde que se respeite as boas práticas do sexo seguro, com proteção adequada contra uma eventual transmissão ou reinfecção.

Muitas pessoas deixam de se tratar por causa do preconceito. Não seja uma delas!



Indetec + Indetec.

Negativo + Negativo

Positivo + Positivo

Sífilis e Testagens

A sífilis é uma IST que tem cura, quando devidamente diagnosticada e tratada. Quando não tratada, sua evolução é lenta e alterna entre períodos sintomáticos e assintomáticos, com características clínicas e tipos diferentes, que são divididas em três fases (primária, secundária e terciária), fases assintomáticas e que, em gestantes, pode levar à sífilis congênita:

- **Sífilis Primária:** é o primeiro estágio da infecção. Geralmente, aparece uma ferida indolor (sem dor) chamada de cancro duro no local onde a bactéria entrou no corpo, como nos genitais, ânus e boca.



- **Sífilis Secundária:** se não for tratada no primeiro estágio, a infecção avança para a sua segunda fase. Nesse momento, podem surgir manchas na pele, erupções cutâneas, febre, dor de garganta e outros sintomas parecidos com o de uma gripe.
- **Sífilis Terciária:** esse é o estágio mais avançado da infecção. Pode levar 10 anos, 20 anos ou mais para se manifestar depois da infecção inicial. Pode causar graves danos a órgãos internos como coração, cérebro, ossos e pode causar a morte.
- **Sífilis latente (fase assintomática):** A pessoa não apresenta sinais mas transmite a infecção nas relações sexuais desprotegidas. A duração dessa fase é variável, podendo ser interrompida pelo surgimento de sintomas
- **Sífilis congênita:** a sífilis também pode ser transmitida da mãe para a criança durante a gestação, quando não for diagnosticada e tratada adequadamente no pré-natal, causando a sífilis congênita. A sífilis congênita pode gerar consequências graves ao bebê, podendo levar à morte. Portanto, para prevenção da transmissão vertical de sífilis, toda gestante deve ser testada na primeira consulta do pré-natal (idealmente, no 1º trimestre da gestação), no início do 3º trimestre (28ª semana), no momento do parto, ou em caso de aborto/natimorto, independentemente de exames anteriores.

Tipos e Testagens

Existem diferentes tipos de testagens disponíveis para detectar anticorpos produzidos pelo organismo em resposta à infecção pela bactéria *Treponema pallidum*, que causa a sífilis:

• Teste rápido

A execução, leitura e interpretação do resultado é feita em 30 minutos no máximo. É de fácil realização e não necessita de estrutura laboratorial.

• Teste de VDRL

(Venereal Disease Research Laboratory)

Este é um teste de sangue que procura por anticorpos produzidos pelo corpo em resposta à infecção por sífilis. É um teste inicial usado para triagem, mas pode dar resultados falsos positivos em algumas situações.

• Teste de FTA-ABS

(Fluorescent Treponemal Antibody Absorption)

Este teste também procura por anticorpos produzidos contra o *Treponema pallidum* em resposta à infecção por sífilis, assim como os testes rápidos. Porém realizado em ambiente laboratorial.

Os casos em que deve-se fazer o teste, são

- Se tiver relações sexuais desprotegidas;
- Se tiver múltiplos parceiros sexuais;
- Tem sintomas de sífilis, como feridas genitais ou manchas na pele;
- Se estiver gestante, uma vez que a sífilis pode ser congênita, ou seja, ser transmitida para o bebê durante a gravidez.



Hepatites Virais e Testagens

Tão importante como aprender a falar sobre HIV e aids, é também abordar outras doenças como as hepatites virais porque aumentam a possibilidade de transmissão e evolução da infecção pelo HIV.

Antes de mais nada, vamos entender melhor o que significa essa doença.

Hepatite é qualquer inflamação do fígado causada por diferentes fatores, como vírus, uso de remédios, uso abusivo de álcool e outras substâncias tóxicas como drogas, doenças autoimunes, metabólicas e genéticas.

Aqui vamos falar sobre as hepatites virais: a hepatite A, B e C.

A hepatite A é uma infecção viral transmitida principalmente através do consumo de água ou alimentos contaminados e também através do sexo oral e/ou anal, se uma das pessoas estiver infectadas. Normalmente não causa sintomas, mas quando estes se apresentam podem causar febre, pele e olhos amarelados, náusea e vômitos, falta de apetite etc.

A hepatite B é também uma infecção viral que pode causar danos ao fígado e é transmitida, sobretudo, por meio do sangue da pessoa infectada. Usuários de drogas injetáveis e pacientes submetidos a material cirúrgico contaminado e não descartável estão entre as maiores vítimas.

O vírus da hepatite B pode ser ainda transmitido pelo contato sexual (líquido pré-seminal, sêmen e beijo grego) reforçando a necessidade de prevenção pelo uso de preservativos e/ou outros métodos eficazes.

Nem sempre apresenta sintomas e, quando aparecem, são similares aos da hepatite A, podendo se apresentar de forma crônica e mais grave.

Se você tiver o esquema vacinal completo de hepatite B, não há necessidade de realizar o teste, pois está protegido/a da infecção.

A hepatite C, é também uma infecção viral que pode causar sérios danos ao fígado ao longo do tempo. Nem sempre tem sintomas, mas ao aparecerem, se assemelham aos das hepatites A e B, porém pode evoluir mais rapidamente para um quadro crônico e então para uma cirrose ou até câncer de fígado.

O vírus da hepatite C é transmitido principalmente por sangue contaminado, e ocorre principalmente das seguintes formas:

- Compartilhamento de seringas e agulhas contaminados para uso de drogas injetáveis.
- Através de objetos que entram em contato com sangue contaminado, como alicates de unha, instrumentos de tatuagem ou piercing, se não forem devidamente esterilizados.
- Relações sexuais desprotegidas. Embora seja menos comum, a hepatite C também pode ser transmitida durante relações sexuais sem o uso de preservativo.
- Ainda que seja uma situação rara pode ocorrer a transmissão perinatal, quer dizer, a mãe infectada pode transmitir o vírus para o bebê durante a gravidez ou no momento do parto.

Por que realizar testagens para as Hepatites é importante?

- As hepatites virais são preveníveis e têm tratamento.
- As hepatites A e B têm vacinas e estão disponíveis no SUS no calendário vacinal.
- A hepatite A, na maioria dos casos, é uma doença de caráter benigno, porém os sintomas e a letalidade aumentam com a idade.
- A Hepatite B não tem cura. Entretanto, tem tratamento disponibilizado pelo SUS que reduz o risco de progressão da doença e suas complicações, especificamente cirrose, câncer hepático e morte.
- Embora não exista uma vacina para a hepatite C, atualmente temos tratamento com antivirais disponibilizados pelo SUS que oferecem uma taxa de cura superior a 95%.
- Fazer os testes regulares para as hepatites é importante porque essas infecções podem afetar nossa saúde a longo prazo – principalmente se tivermos HIV e aids, pois elas atuam para derrubar a imunidade e podem afetar o corpo como uma doença oportunista, sobretudo se não diagnosticadas e tratadas adequadamente.



Acompanhar os calendários de vacinação e adotar esse comportamento como um hábito saudável, também são ferramentas de prevenção.

Onde se vacinar para as Hepatites?

Se cuidar contra o HIV e aids é muito importante, mas para as hepatites virais também. Como já falamos sobre os tipos existentes, as diversas testagens disponíveis e sua importância, agora é hora de entender como podemos nos vacinar e nos proteger desses tipos de infecções.

Uma das principais formas é através da vacinação: um método rápido, fácil e seguro. Bora lá!

Há diferentes lugares onde é possível se vacinar, como:

Postos de Saúde e CRIE:

Esses locais oferecem vacinas gratuitas, incluindo as vacinas contra as hepatites B e A. Você pode ligar para o posto de saúde mais próximo de sua residência ou verificar os horários de funcionamento para saber quando poderá se vacinar.

Clínicas Particulares:

Uma outra opção é se dirigir a uma clínica particular para se vacinar. Algumas clínicas podem cobrar uma taxa pelas vacinas, mas muitas vezes é possível encontrar valores acessíveis. É importante ligar com antecedência para verificar a disponibilidade da vacina, seus custos e horários.

Quem deve se vacinar?

Para hepatite B, a vacina está disponível para todas as faixas etárias, com esquema vacinal em 03 doses.

É recomendado que todas as pessoas se vacinem, especialmente pessoas com maior vulnerabilidade que inclui:

- Pessoas usuárias álcool e outras drogas;
- Travestis, transexuais e transgêneros;
- Pessoas em situação de rua;
- Pessoas que atuam como agentes de reciclagem (catadores);
- Pessoas que têm múltiplas parcerias sexuais;
- Pessoas que compartilham o uso de seringas ou agulhas;
- Pessoas que viajam para áreas onde as hepatites são comuns;
- Profissionais de saúde;
- Crianças, adolescentes e jovens, etc.

Quem deve se vacinar?

Para hepatite A a vacina faz parte do calendário infantil e está disponível em toda a rede SUS para menores de 5 anos.

Além disso, a vacina está disponível para adultos nos Centros de Referência para Imunobiológicos Especiais (CRIE), no esquema de 2 doses – com intervalo mínimo de 6 meses, para pessoas com as seguintes condições:

- Hepatopatias crônicas de qualquer etiologia, inclusive infecção crônica pelo HBV e/ou pelo HCV;
- Pessoas com coagulopatias, hemoglobinopatias, trissomias, doenças de depósito ou fibrose cística (mucoviscidose);
- Pessoas vivendo com HIV;
- Pessoas submetidas à terapia imunossupressora ou que vivem com doença imunodepressora;
- Candidatos a transplante de órgão sólido, cadastrados em programas de transplantes, ou transplantados de órgão sólido ou de células-tronco hematopoiéticas (medula óssea);
- Doadores de órgão sólido ou de células-tronco hematopoiéticas (medula óssea), cadastrados em programas de transplantes.

Quando se vacinar?

A vacinação contra a hepatite B pode ser feita em qualquer idade e, geralmente, são necessárias 03 doses para garantir a imunização/proteção completa. Para hepatite A, seguir as informações acima descritas. É importante seguir os calendários de vacinação e a recomendação de seu médico e/ou serviços de saúde locais.

Como se vacinar?

Basta ir ao posto de saúde ou unidade de referência local e informar que deseja receber a vacina contra as hepatites virais. O profissional de saúde irá passar todas as informações necessárias e administrar a vacina de acordo com o protocolo indicado.

Então, pessoal, agora que já temos toda a informação necessária sobre as hepatites, não marquemos bobeira: dê aquele “rolezinho” com os amigos e, juntos, procurem manter-se protegidos e seguros contra essas infecções, garantindo que a vacinação está em dia, que nossas práticas sexuais sejam saudáveis e que, ao menor sinal de dúvidas, não hesitemos em procurar um profissional de saúde. Vamos nos cuidar e manter a saúde em dia!



Fique ligado!

Segundo o novo Relatório Global sobre Hepatite 2024, da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgado no mês de abril, durante a Cúpula Mundial sobre Hepatite de Lisboa, em Portugal, os casos de hepatites virais foram responsáveis pela morte de aproximadamente 1,3 milhão de pessoas por ano. Isso representa a segunda principal causa infecciosa de morte no mundo. Os números foram baseados em estimativas e informações reunidas de 187 países, incluindo o Brasil.

Ainda de acordo com os novos dados, 83% das mortes são causadas pela hepatite B e 17%, pela hepatite C. As estimativas da OMS apontam ainda que 300 milhões de pessoas vivem com formas crônicas das infecções, 254 milhões com hepatite B, e 50 milhões, com a C. Homens são responsáveis por 58% desses casos, metade deles estão entre pessoas de 30 a 54 anos e 12% deles, entre crianças e adolescentes com menos de 18 anos.

MPOX

Antes de concluir, queremos falar sobre Mpox (antiga monkeypox ou varíola dos macacos) mesmo não sendo uma infecção de transmissão sexual pela importância que tem para as pessoas que vivem com HIV e aids.

Em maio de 2023, Brasil ocupou o segundo lugar no mundo em número de casos confirmados e de mortos por Mpox, grande parte desses casos concentrados em gays, bissexuais e HSH cisgênero, o que favoreceu a intenção de responsabilizar essa população e demais minorias sexuais e de gênero pela disseminação da doença, iniciando-se um movimento de estigmatização e a discriminação muito parecido ao acontecido na pandemia de HIV e aids.

Isso fez com que se iniciara um movimento internacional para desmentir e acabar o estigma entre essas minorias em relação à Mpox.

A infecção é provocada por um vírus e a transmissão ocorre principalmente por contato físico direto ou indireto com sangue, fluidos corporais, lesões na pele ou mucosas de animais infectados. A transmissão secundária ou de pessoa a pessoa pode acontecer por contato próximo com secreções infectadas das vias respiratórias ou lesões na pele de uma pessoa infectada, ou com objetos contaminados

recentemente com fluidos de pessoas infectadas ou materiais da lesão. A transmissão ocorre principalmente por gotículas respiratórias.

A infecção causa erupções que geralmente se desenvolvem pelo rosto e depois se espalham para outras partes do corpo. Os principais sintomas envolvem febre, dor de cabeça, dores musculares, dores nas costas, linfadenopatia, calafrios e fadiga.

Em pessoas vivendo com HIV e aids o Mpox pode causar uma infecção disseminada, grave, com pneumonia, infecção e inflamação intestinal (proctite), hepatite, infecção cardíaca, entre outras. De tal modo, é importante realizar o teste para detecção de infecção pelo HIV em todos os casos suspeitos de Mpox, para iniciar tratamento antirretroviral o quanto antes e assim recuperar a imunidade e combater a infecção que pode se disseminar e causar lesões graves e fatais.

Vale salientar que a Mpox pode afetar a todos, e as pessoas com imunidade comprometida são mais suscetíveis.

Por isso, é crucial que adotemos práticas seguras e realizemos teste regularmente para o HIV, adotando medidas preventivas para proteger a nossa saúde e a das comunidades contra essas infecções.

Existe uma vacina para prevenção do Mpox pré e pós-exposição ao vírus altamente eficaz, mas não está amplamente disponível no SUS.

O que devemos saber sobre a vacina contra Mpox:

- O esquema de vacinação é de 2 doses com 4 semanas (28 dias) de intervalo entre as doses;
- Não se recomenda administração simultânea com outras vacinas.
- Para a vacinação pré-exposição, é recomendado respeitar um intervalo de 30 dias entre qualquer vacina previamente administrada;
- Em situação de pós-exposição, cujo principal objetivo é o bloqueio da transmissão, recomenda-se a aplicação independentemente da administração prévia de qualquer imunobiológico;
- No caso de pós exposição, comparecer ao serviço para vacinação até 4 dias após a exposição. Obs.: a vacinação também poderá ser realizada até 14 dias da exposição, no entanto, nesta situação, espera-se que a efetividade da vacina para prevenção da infecção seja reduzida, de tal forma que o objetivo da vacinação será de reduzir o risco de progressão para formas graves.

No Brasil a estratégia de vacinação se baseia na priorização e proteção das pessoas com maior risco de evolução para as formas graves da doença.

Vacinação Pré-exposição:

- Pessoas vivendo com HIV e aids (PVHA): homens cisgêneros, travestis e mulheres transexuais; com idade igual ou superior a 18 anos; e com status imunológico identificado pela contagem de linfócitos T CD4 inferior a 200 células nos últimos seis meses.
- Profissionais de laboratório que trabalham diretamente com Orthopoxvírus em laboratórios com nível de biossegurança 2 (NB-2), de 18 a 49 anos de idade.

Tratamentos e vacinas devem estar disponíveis no SUS.

**Exija-os.
É seu direito!**



ABIA

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA
INTERDISCIPLINAR DE AIDS

OBSERVATÓRIO NACIONAL
DE POLÍTICAS DE AIDS