

@-saúde

Orientações Gerais de
Saúde aos Beneficiários

E-Book

Dezembro Vermelho

Mês de luta contra
o HIV /AIDS



Ed. Dez/22



Olá!

No e-saúde você encontrará dicas práticas de cuidados com a saúde para que você possa viver mais e melhor. Na edição de dezembro/2022, vamos falar sobre o tema:

Luta contra o HIV / AIDS

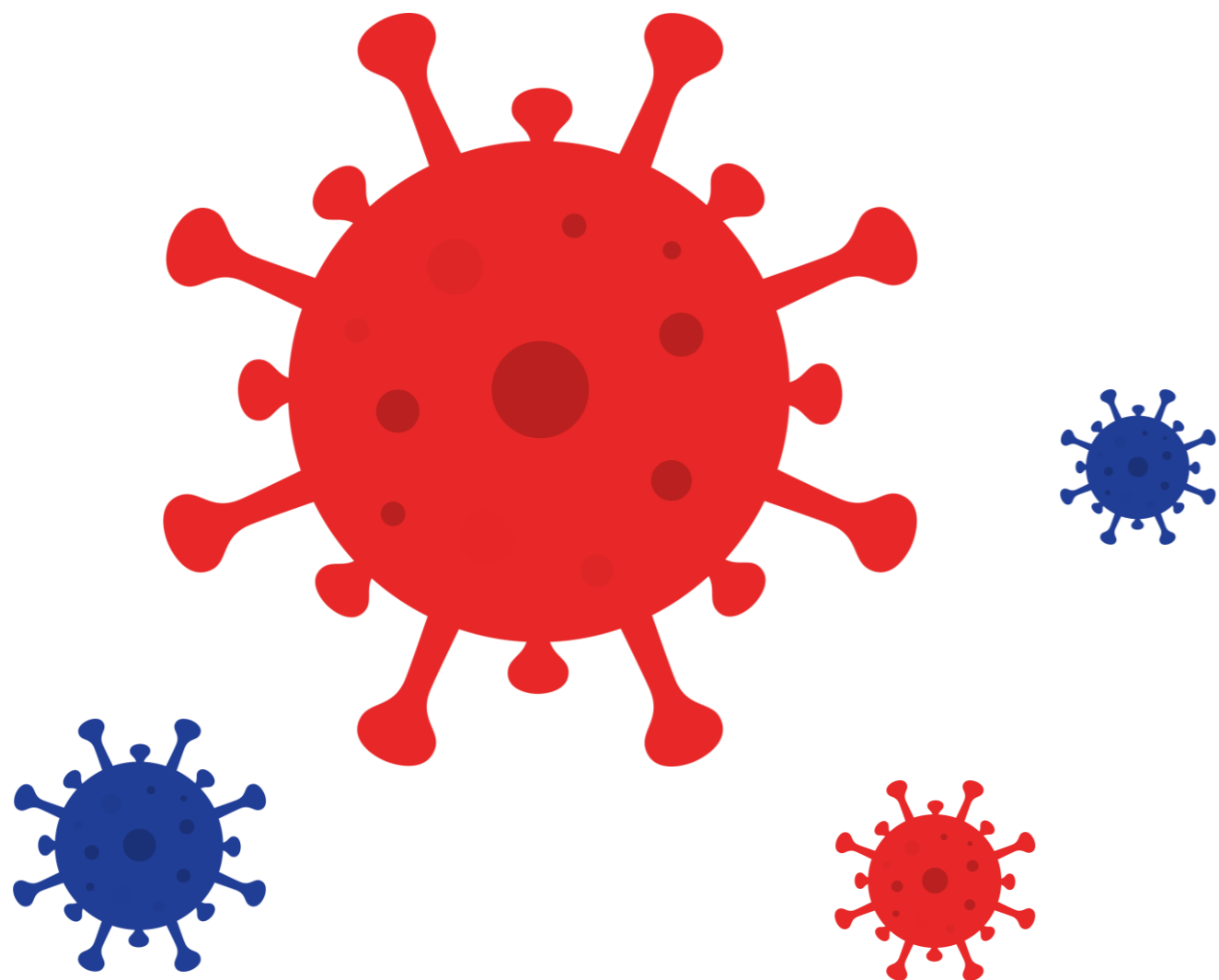
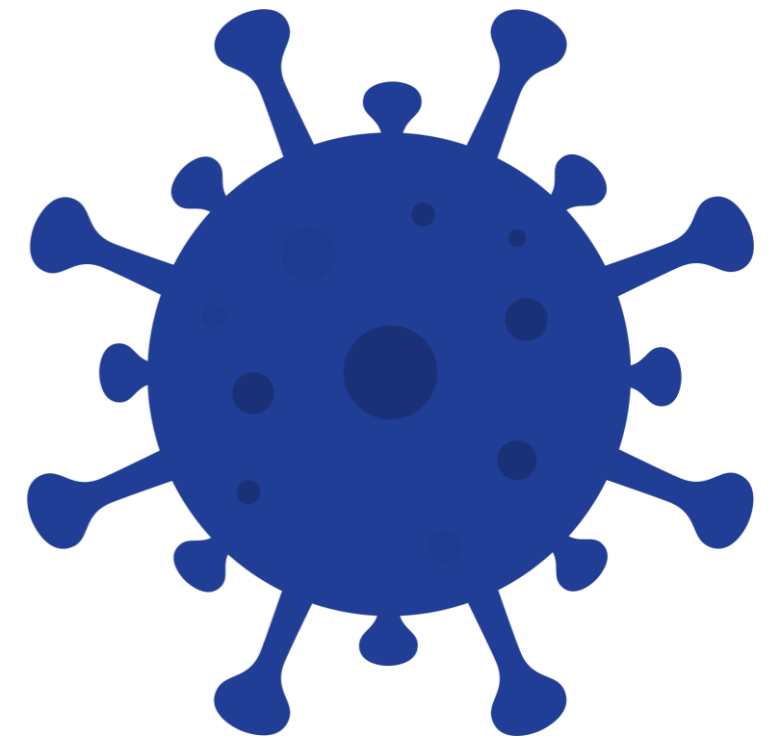
Confira!



1. HIV E AIDS: QUAL A DIFERENÇA?

HIV

HIV é a sigla em inglês do vírus da imunodeficiência humana. Causador da Aids, ataca o sistema imunológico, responsável por defender o organismo de doenças.¹



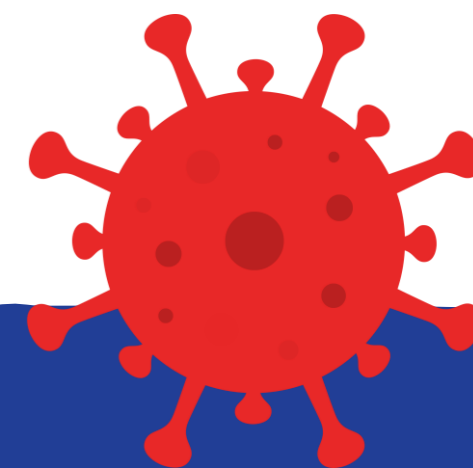
AIDS

Aids é a Síndrome da Imunodeficiência Humana, transmitida pelo vírus HIV, caracterizada pelo enfraquecimento do sistema de defesa do corpo e pelo aparecimento de doenças oportunistas.¹

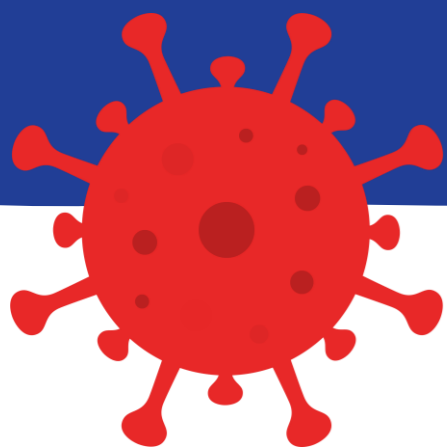


Fique ligado!

Ter o HIV não é a mesma coisa que ter AIDS!²


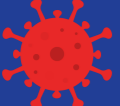
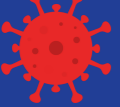
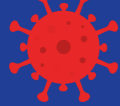
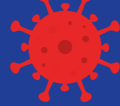


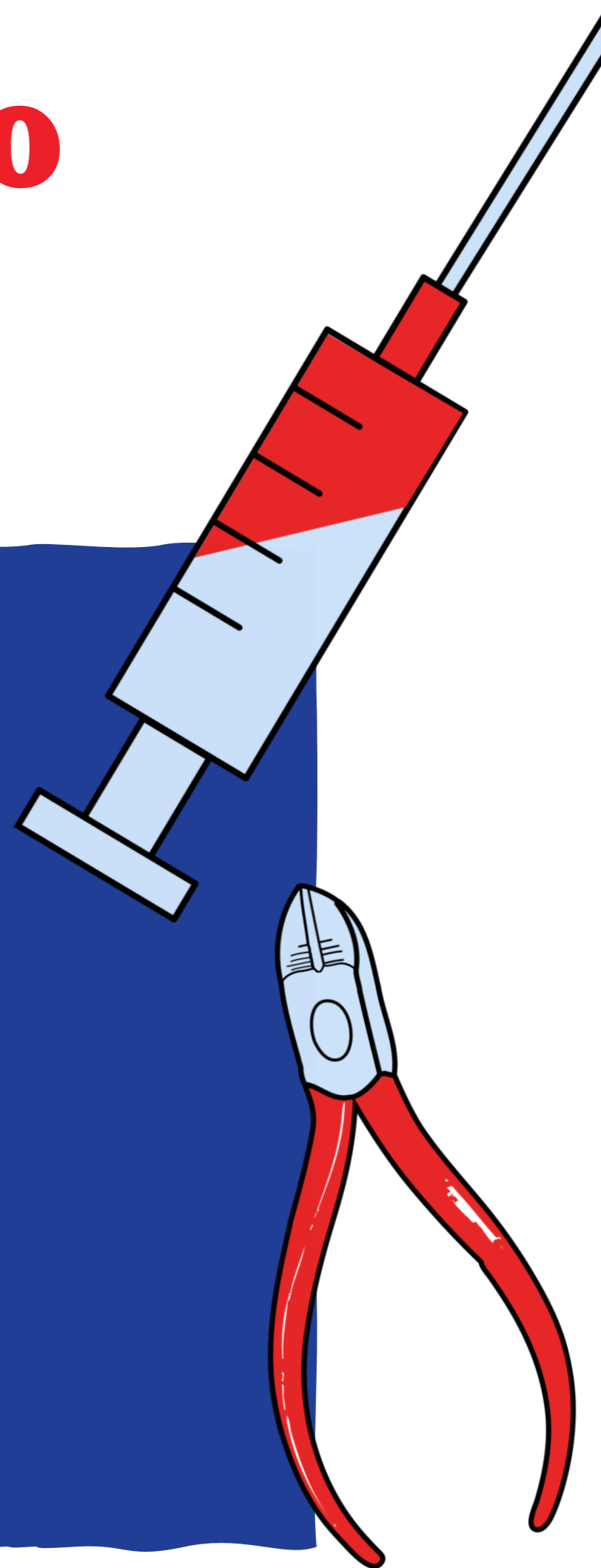
Há muitos soropositivos (portadores do vírus HIV) que vivem anos sem apresentar sintomas e sem desenvolver a doença, mas que podem transmitir o vírus a outras pessoas quando não tomam as devidas medidas de segurança e prevenção.²



2. FORMAS de TRANSMISSÃO

Assim transmite:¹

-  Relações sexuais sem preservativos;
-  Uso de seringa por mais de uma pessoa;
-  Transfusão de sangue contaminado;
-  Instrumentos que furam ou cortam não esterilizados; e
-  Da mãe infectada, se não tratada, para seu filho durante a gravidez, no parto e na amamentação.





Assim não transmite:¹

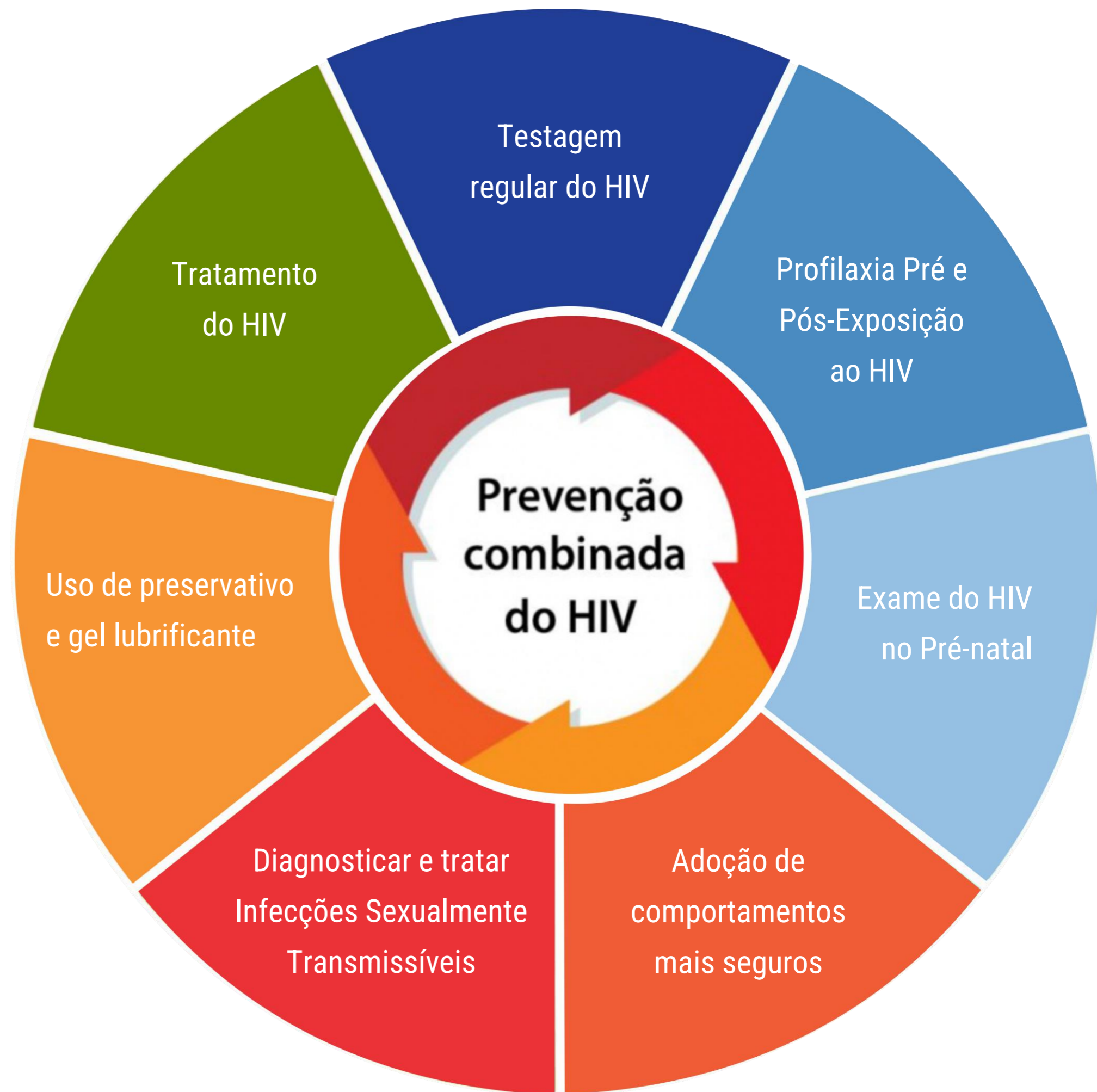
- Relações sexuais com preservativo;
- Beijo no rosto ou na boca;
- Picada de inseto;
- Aperto de mão ou abraço;
- Sabonete/toalha/lençóis;
- Picada de inseto;
- Assento de ônibus;
- Doação de sangue;
- Talheres/copos;
- Suor e lágrima;
- Piscina; e
- Pelo ar.

**Quem transmite não tem cara, não tem cor,
não tem sexo, não tem idade. Previna-se!¹**



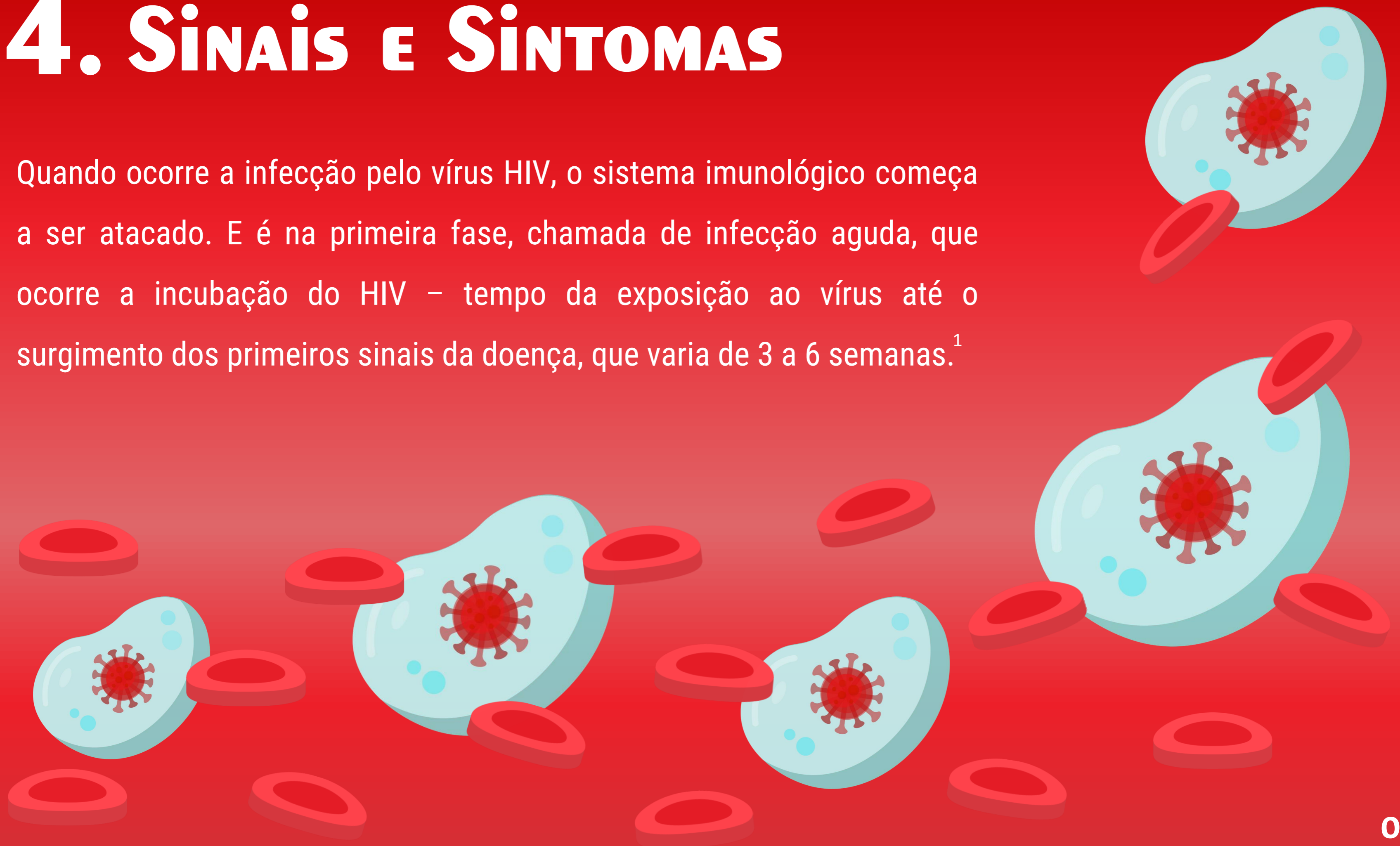
3. PREVENÇÃO

Atualmente existem diversas estratégias para prevenir a transmissão do HIV. Converse com sua equipe de saúde do CAIS para fazer suas escolhas.¹



4. SINAIS E SINTOMAS

Quando ocorre a infecção pelo vírus HIV, o sistema imunológico começa a ser atacado. E é na primeira fase, chamada de infecção aguda, que ocorre a incubação do HIV – tempo da exposição ao vírus até o surgimento dos primeiros sinais da doença, que varia de 3 a 6 semanas.¹



Os primeiros sintomas são muito parecidos com os de uma gripe ou virose, como febre, cansaço, mal-estar e dor de cabeça. Por isso, a maioria dos casos podem passar despercebidos ou ser confundidos com outras condições médicas.¹

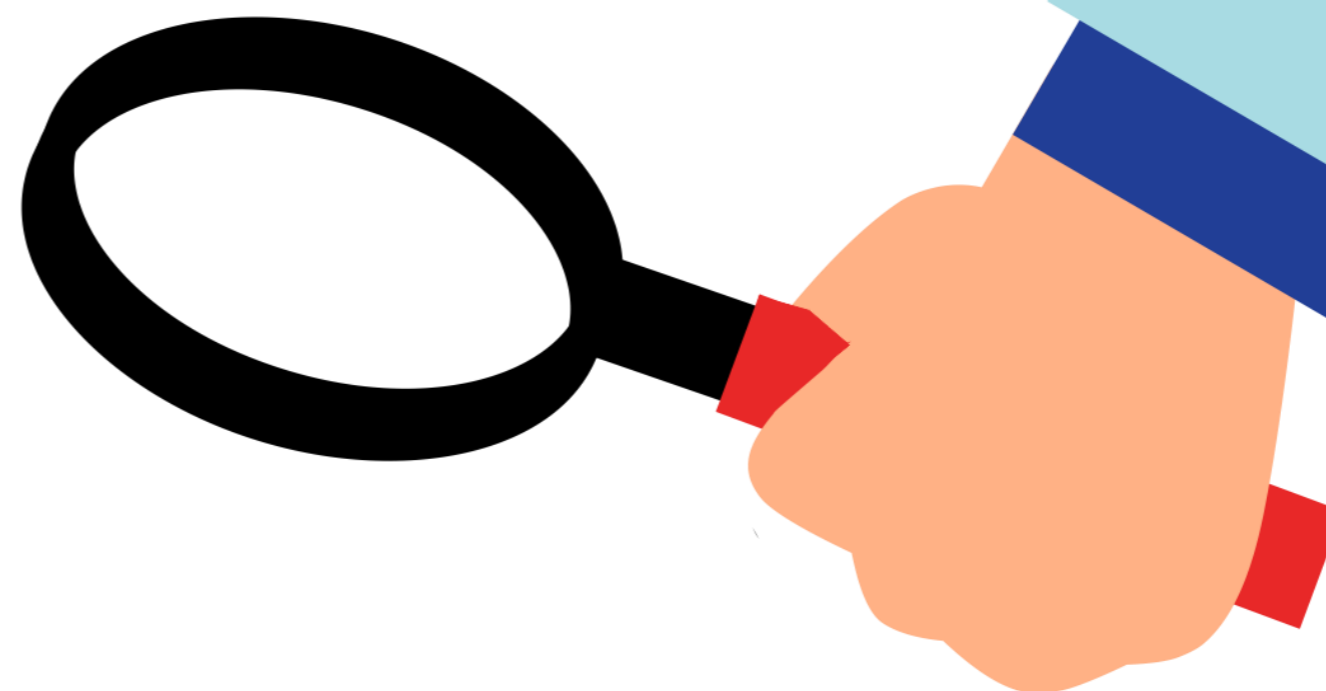
É fundamental estar com os exames de rotina em dia. E caso haja suspeita de infecção pelo HIV, procure uma unidade de saúde e realize o teste.¹



5. COMO SABER SE TENHO HIV?

Se você passou por uma situação de risco, como ter feito sexo desprotegido ou compartilhado seringas, faça o teste anti-HIV.¹

O diagnóstico da infecção pelo HIV é feito a partir da coleta de sangue ou por fluido oral. No Brasil, temos os exames laboratoriais e os testes rápidos, que detectam os anticorpos contra o HIV em cerca de 30 minutos.¹



Os testes para detectar o HIV estão disponíveis, de forma gratuita, nos CAIS (Centro de Atenção Integral à Saúde) e em serviços do SUS (Sistema único de Saúde). Também é possível saber onde fazer o teste pelo Disque Saúde (136).¹

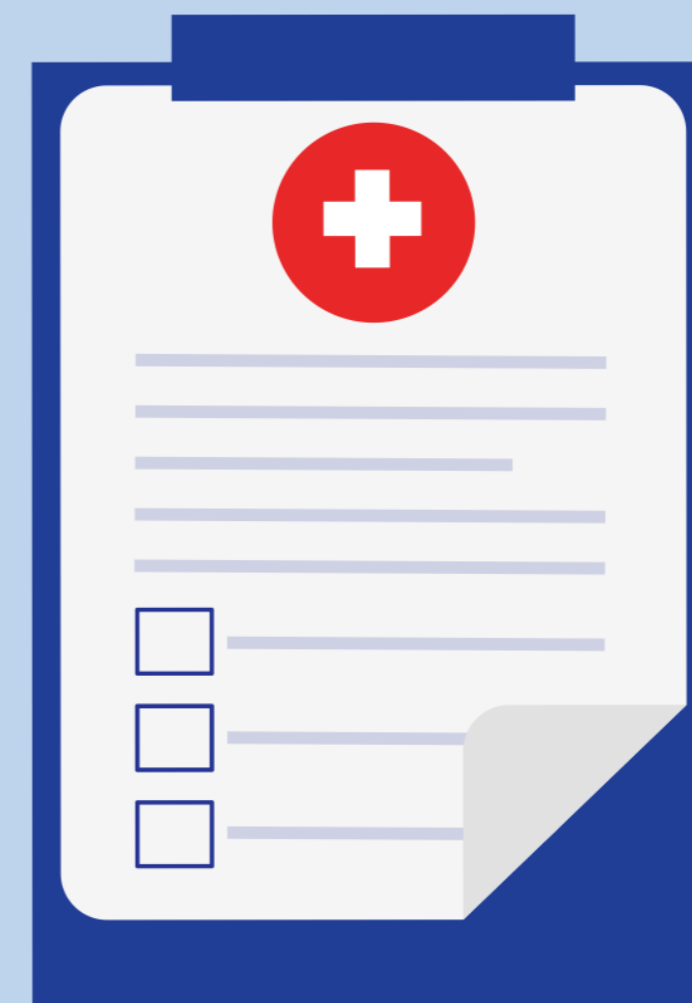
O exame é simples e o resultado é rápido. Hoje é possível saber se você está infectado em apenas 30 minutos. É possível fazer o teste de forma anônima.¹




6. TESTEI POSITIVO, E AGORA?¹

Ainda não há cura para o HIV, mas há muitos avanços científicos nessa área que possibilitam que a pessoa infectada tenha qualidade de vida. O tratamento inclui acompanhamento periódico com profissionais de saúde e a realização de exames.³

Atualmente, existem os medicamentos antirretrovirais (ARV). Esses remédios buscam manter o HIV sob controle o maior tempo possível, aumentando a sobrevida dos soropositivos.³





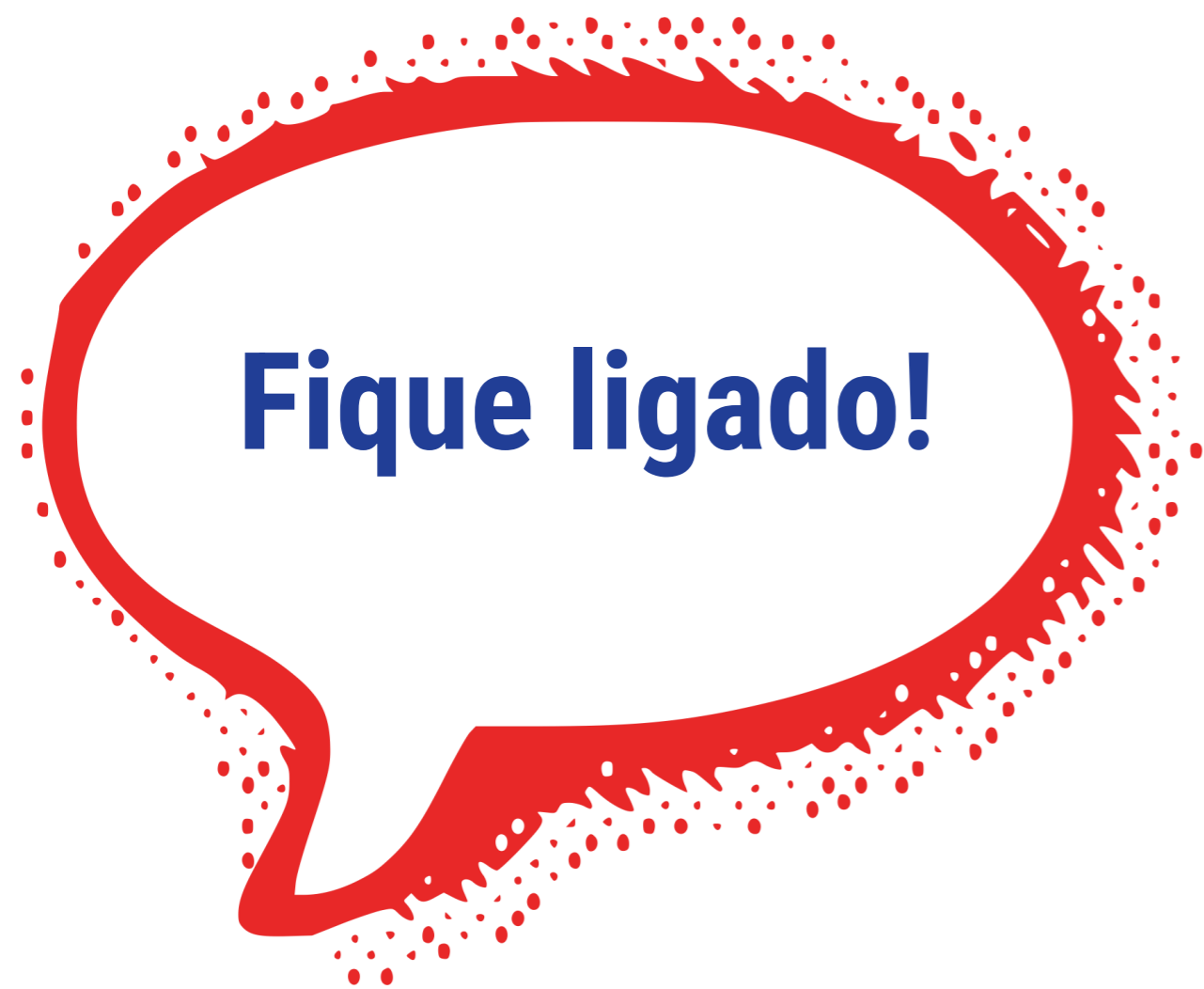
Os medicamentos antirretrovirais surgiram na década de 1980 para impedir a multiplicação do HIV no organismo. Eles ajudam a evitar o enfraquecimento do sistema imunológico.³

Desde 1996, o Brasil distribui gratuitamente os ARV a todas as vivendo com HIV. Atualmente, existem 22 medicamentos disponíveis, para escolha e uso de acordo conforme recomendação médica.³



O acompanhamento médico da infecção pelo HIV é essencial, tanto para quem não apresenta sintomas e não toma remédios (fase assintomática), quanto para quem já segue tratamento com os medicamentos antirretrovirais.³

A adesão ao tratamento é fundamental para aumentar o tempo e qualidade de vida das pessoas que vivem com HIV. O paciente deve seguir todas as recomendações médicas e tomar o medicamento conforme a prescrição.³



Fique ligado!

Gestantes que vivem com HIV têm 99% de chance de terem filhos sem o HIV se seguirem o tratamento recomendado durante o pré-natal, parto e pós-parto.³



Para quem recebe o diagnóstico de HIV, viver com o preconceito pode ser mais difícil do que viver com o vírus. O preconceito isola as pessoas e dificulta o tratamento.³

A pessoa com HIV/Aids pode e deve levar uma vida normal, sem abandonar a sua vida afetiva e social. Ela deve trabalhar, namorar, passear, se divertir e fazer amigos.³



7. Redes de Apoio

Atualmente, existem organizações governamentais e não governamentais que podem ajudar as pessoas que vivem com HIV/Aids a enfrentar suas dificuldades e a lidar com situações de estresse por conta da doença.⁴

O apoio envolve desde ações voltadas ao acolhimento e escuta, como aspectos práticos do dia a dia do paciente, como acompanhamento em consultas e retirada de medicamentos na Unidade de Saúde, permitindo que o indivíduo se sinta cuidado e acolhido.⁴



A troca de experiências entre pessoas que já passaram pelas mesmas vivências e dificuldades também ajuda a promover a adesão ao tratamento, pois possibilita o compartilhamento de dúvidas e informações importantes para todos. O apoio da família e dos amigos também é essencial, mas a sociedade como um todo precisa despertar para a solidariedade e a garantia dos direitos da pessoa vivendo com HIV/Aids.⁴





IMPORTANTE!

Somente profissionais de saúde devidamente habilitados podem diagnosticar doenças, indicar tratamentos e receitar remédios. As informações disponíveis no E-Book E-Saúde possuem apenas caráter educativo.



Cuidar e acolher é a nossa missão!

Na Força Aérea Brasileira acreditamos que cada pessoa deve ser cuidada de forma integral. Por isso, contamos com um serviço completo de cuidados com a saúde e apoio aos beneficiários para que eles possam viver mais e melhor.

VOCÊ CONHECE O CAIS?

CAIS significa **C**entro de **A**tenção **I**ntegral à **S**aúde.

É a nova porta de entrada dos beneficiários da Força Aérea Brasileira no Sistema de Saúde da Aeronáutica. Com o CAIS, ampliamos o espectro do nosso serviço de atenção e agora, contamos com a presença de uma equipe multidisciplinar composta por médicos, dentistas, enfermeiros, farmacêuticos, entre outros profissionais de saúde, oferecendo diversos tipos de serviços a partir de um modelo de cuidado integral e coordenado, moderno e adequado às necessidades dos beneficiários.



Referências Bibliográficas

- 1) GOVERNO FEDERAL. O que é HIV. Disponível em: <<https://saude.es.gov.br/o-que-e-hiv>>. Acesso em 29/11/2022.
- 2) MINISTÉRIO DA SAÚDE. Biblioteca Virtual em Saúde. HIV e Aids. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/hiv-e-aids/>. Acesso em 29/11/2022
- 3) MINISTÉRIO DA SAÚDE. Departamento de HIV/Aids, Tuberculose, Hepatites Virais e Infecções Sexualmente Transmissíveis. Disponível em :<<https://www.gov.br/aids/pt-br/assuntos/hiv-aids/diagnostico>>. Acesso em 29/11/2022.
- 4) GRUPO DE INCENTIVO À VIDA. Tratamento contra o HIV. Disponível em: <<http://giv.org.br/HIV-e-AIDS/Tratamento-Contra-o-HIV/>>. acesso em 29/11/2022.

ASAS QUE CUIDAM



FORÇA AÉREA BRASILEIRA

Asas que protegem o País