

1 de Dezembro

**Dia Mundial de
Luta Contra a SIDA**



O que é SIDA?

SIDA quer dizer Síndrome da Imunodeficiência Adquirida. É uma doença provocada por um vírus chamado VIH (o Vírus da Imunodeficiência Adquirida), que ataca o sistema sanguíneo e o sistema imunitário (que é um sistema do nosso corpo responsável por proteger-nos de bactérias e vírus).

O VIH destrói as células que defendem o organismo, deixando as pessoas mais fracas e sensíveis a outras doenças muito graves (ex.: tuberculose, pneumonia ou cancro). Este vírus evolui de forma diferente de pessoa para pessoa.

O VIH encontra-se principalmente nos seguintes fluídos corporais: sangue, sémen e fluídos vaginais das pessoas infetadas. Assim, a transmissão do vírus só pode ocorrer se estes fluídos corporais entrarem diretamente em contacto com o corpo de outra pessoa, pela via sexual e/ou sanguínea.

Como é que se apanha o vírus VIH?

Uma pessoa pode ficar infetada com o VIH através de:

- relações sexuais;
- contacto com sangue infetado;
- mãe seropositiva (isto é, portadora do VIH) para filho, durante a gravidez ou o parto, e pela amamentação.

É importante salientar o facto de NÃO constituem riscos de transmissão comportamentos sociais (ex., abraçar, beijar, apertar a mão ou beber pelo mesmo copo que uma pessoa infetada pelo VIH).

Ainda não foi descoberta uma cura para a infeção com o VIH, mas existem já medicamentos para prevenir que o vírus seja contraído e tratamentos (chamados anti-retrovirais) que permitem que a SIDA não avance durante algum tempo.

O que podemos fazer para combater e prevenir a doença?

Há cuidados que todos nós devemos ter para prevenir a infeção com o VIH:

- usar sempre preservativo (masculino ou feminino), durante as relações sexuais.
- evitar partilhar objetos que possam estar em contacto com fluídos corporais contaminados (ex.: sangue, sémen e fluídos vaginais): escovas de dentes, máquinas/lâminas de barbear/depilar, corta-unhas e outros objetos cortantes, objetos perfurantes e agulhas

(incluindo de tatuagem e de piercing), seringas e outros dispositivos médicos que estejam em contacto com sangue;

- o risco de contágio de uma mãe seropositiva para o seu bebé pode também ser diminuído significativamente ao realizar uma terapêutica adequada durante a gravidez e o parto e evitando o aleitamento.

EPS/SPO