









# Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (SIDA)

O meu nome é VIH, eu sou o vírus que provoca a SIDA, a SIDA é uma doença que ataca e destrói o sistema imunitário humano, ao invadir e destruir os linfócitos, os seus mecanismos de defesa contra doenças. Apesar de eu provocar a SIDA, estar infetado com VIH (estar seropositivo) não é o mesmo que ter SIDA.

Eu sou transmitido através de:

- Secreções sexuais; 
- Sangue; 
- Transmissão materna; 

Eu não sou transmitido por:

- Contacto físico comum (apertos de mão, abraços, beijos); 
- Partilha de objetos (pratos, talheres, roupas, uso de sanitários); 
- Tosse ou espirros; 
- Suor ou saliva; 
- Picada de insetos; 

Embora seja possível controlar a SIDA, não é possível eliminá-la, é uma doença para a vida- não tem cura. Por isso, a melhor ação é a prevenção.

## Ações de prevenção incluem:

O uso de preservativo durante as relações sexuais.



Evitar partilhar objetos que possam ter estado em contacto com sangue infetado, como por exemplo agulhas e seringas, lâminas de barbear e escovas de dentes.

Caso não seja realizada a prevenção, a SIDA pode manifestar-se, a curto prazo, com sintomas semelhantes aos da gripe. Posteriormente, a longo prazo, pode levar a complicações a nível dos sistemas nervoso central, cardiovascular e imunitário, ou ao nível do rim e do fígado, pode ainda causar osteoporose. 