



## HIV e COVID-19 (coronavírus): Informações para as pessoas que vivem com HIV

### O que é o Coronavírus? – COVID-19?

COVID-19 é o nome dado à infecção causada pelo vírus SARS-CoV-2, comumente chamado de Coronavírus. Ele pode causar problemas respiratórios, que na maioria dos casos são moderados, com expectativa de total recuperação. Em alguns casos, as pessoas podem sofrer algumas enfermidades bastante sérias, e, em um número pequenos de ocorrências, a doença pode ameaçar a vida de quem estiver infectado.

O Ministério da Saúde da Irlanda (HSE) tem produzido e divulgado informações detalhadas a respeito do COVID-19, incluindo as causas, os sintomas, como se proteger e como proteger outras pessoas. Para maiores informações, clique nos links abaixo:

- [Causas e Sintomas](#)
- [Como se proteger](#)
- [Tratamento](#)
- [Restrições de atividades externas, quarentena e auto isolamento](#)
- [Grupos de risco e quarentena](#)
- [Testes](#)

### 1. COVID-19 e HIV

#### **Eu vivo com HIV, sou mais vulnerável para ser infectado pelo COVID-19?**

Não há nenhuma evidência, até o momento, de que pessoas que vivem com o vírus HIV teriam um risco maior de contaminação por COVID-19 em função disso.

#### **Eu sou mais vulnerável aos efeitos do COVID-19?**

O ministério da saúde da Irlanda listou os grupos de risco, incluindo pessoas com sistema imune frágil. Até o momento, pessoas que vivem com HIV e que estão efetivamente submetidas ao tratamento **não** estão incluídas nesta listagem. Porém, caso você viva com HIV e não esteja sob tratamento, os riscos aumentam e por isso você deve seguir as orientações de como se proteger, em [orientações HSE](#). Para mais informações a respeito dos grupos de risco, [clique aqui](#).

Se você apresenta sintomas de COVID-19 e está preocupado (a), deve entrar em contato imediatamente com seu clínico geral (General Practitioner/GP) ou plano de saúde para receber orientações mais precisas.

### **Minha carga viral é indetectável, estou mais propenso a desenvolver doenças graves por causa do COVID-19?**

Atualmente, há poucas informações a respeito do COVID-19 em pessoas que vivem com HIV e que têm carga viral indetectável. Serão necessárias mais informações e pesquisas para que possamos saber dos impactos, caso existam, nessas circunstâncias.

Se você sabe ou desconfia de que seu sistema imunológico possa estar comprometido, seja pela baixa aderência ao tratamento medicamentoso, carga viral detectável, ou qualquer outra razão, é importante assumir que há mais riscos de sofrer os efeitos do COVID-19. Nessas circunstâncias, você deve seguir rigorosamente as orientações do ministério da saúde para minimizar as chances de contágio, conforme pode ser lido em [HSE advice](#).

### **Minha carga viral está suprimida, mas apresento condições de saúde subjacentes. Faça parte do grupo de risco?**

Se você vive com HIV e ainda faz parte de um ou mais critérios listados como grupos de risco (hipertensão, diabetes, idade avançada, problemas pulmonares ou cardíacos, etc.) as chances de sofrer os efeitos COVID-19 são bem maiores, mesmo se estiver sob tratamento para HIV ou se sua carga viral estiver suprimida. Nesses casos, você deve seguir rigorosamente a todos os passos para minimizar as chances de contágio do COVID-19, baseado nas informações do HSE, em [HSE advice](#).

### **Não tenho certeza a respeito da minha carga viral ou sobre condições subjacentes. O que devo fazer?**

Se você vive com HIV e não está certo a respeito da contagem de sua carga viral, aderência à medicação ou qualquer outra situação que o(a) deixe em uma situação de vulnerabilidade, você deve seguir alguns passos para minimizar as chances de ser contaminado (a) por COVID-19 e buscar recomendações médicas. Seu médico ou plano de saúde estão aptos a orientá-lo (a) quanto ao uso de medicação, carga viral suprimida e outras questões relacionadas à sua saúde.

Pessoas que vivem com HIV e estão sob tratamento devem continuar a tomar as medicações já prescritas. Caso você viva com HIV e não está sob uso de medicamentos para tal, ou a aderência ao medicamento não está sendo adequada, procure imediatamente o seu médico e converse a respeito de outras opções de tratamento mais adequadas a fim de fortalecer seu sistema imunológico.

### **Eu ouvir dizer que algumas pessoas foram avisadas para permanecerem dentro de casa, e até mesmo ficarem em quarentena. Isso se aplica às pessoas que vivem com HIV?**

A HSE não orientou, até o momento, que as pessoas que vivem com HIV devam ficar em quarentena, a não ser que elas tenham outras condições de saúde que as coloquem no grupo de risco, conforme descrito pela própria HSE.

Para mais informações a respeito de auto isolamento e permanência em casa, por favor, [clique aqui](#). Para mais informações sobre quarentena, [clique aqui](#).

Caso você apresente sintomas de COVID-19 ou recebeu diagnóstico de COVID-19, você deve se isolar em casa pelo período de, no mínimo, 14 dias, a contar da data em que você percebeu os primeiros sintomas do vírus, com no mínimo cinco dias sem que você apresente febre.

Caso os seus sintomas piorem, tal como febre muito alta e/ou dificuldades para respirar, você deve, antes de ir ao hospital, contatar imediatamente seu clínico geral / GP e explicar os sintomas.

Caso você não apresente nenhum sintoma de COVID-19 e não está em isolamento, você deve continuar seguindo as orientações da HSE, permanecendo em casa, mantendo a distância física de outras pessoas, reduzindo ao máximo as saídas de casa.

## **2. Informações e orientações básicas**

### **Quais informações devo ler e quais orientações eu devo seguir?**

Com tantas informações sobre o COVID-19 e os potenciais impactos nas pessoas que vivem com HIV, particularmente as disponíveis online nas redes sociais, pode ser difícil encontrar fontes seguras e informações confiáveis. Por isso, consulte sempre as páginas do ministério da saúde do seu país, assim como a página da HSE na Irlanda para obter informações seguras e mais relevantes para você.

Pessoas vivendo com HIV na Irlanda devem seguir, sempre, as informações do ministério da saúde, ou entrar em contato com seu clínico geral ou plano de saúde, assim como ONGs ou outras organizações civis de confiança e que dão suporte para pessoas que vivem com HIV.

## **3. COVID-19 e Sexo**

### **Posso ser contaminado por COVID-19 por meio de relações sexuais?**

O COVID-19 não é uma infecção sexualmente transmissível (IST). Entretanto, é possível adquirir COVID-19 por meio de beijos e/ou contato muito próximo a alguém contaminado. O ministério da saúde publicou informações relativas ao Sexo e COVID-19, disponíveis [aqui](#).

Caso seu parceiro (a) não esteja se sentindo muito bem e tenha sintomas de COVID-19, por exemplo febre, tosse e dificuldades em respirar, você deve evitar o sexo e, principalmente, o beijo.

Caso seu parceiro apresente sintomas de COVID, recomenda-se que você se auto isole e telefone imediatamente para seu clínico geral ou plano de saúde para maiores informações.

Para maiores informações sobre a saúde sexual para gays, homens bissexuais ou homens que fazem sexo com outros homens (gbMSM), acesse [aqui](#).

Para ter maiores informações e orientações a respeito do COVID-19 e Sexo, pela Rede de Saúde Gay, clique [aqui](#).

## **4. Clínicas de HIV**

### **As clínicas de HIV continuam funcionando?**

Sim, entretanto algumas estão fechadas para novos agendamentos e reagendando as consultas já marcadas. Vários funcionários das clínicas de HIV, incluindo especialistas em infectologia, enfermeiras e auxiliares administrativos foram redirecionados para as linhas de frente da pandemia de COVID-19.

Se você já possui agendamento, aguarde o contato da clínica que você frequenta para novo agendamento ou estratégia para coleta do seu medicamento. Caso você apresente sintomas de COVID-19, por favor, **não vá pessoalmente à clínica**, faça o contato via telefone.

Caso, ao ligar para a clínica, você ouviu uma mensagem de voz, deixe um recado na caixa postal com seu nome, número de contato e código hospitalar (caso o saiba) e, assim, um funcionário da clínica poderá entrar em contato o mais breve possível.

### **A clínica que frequento cancelou meu agendamento e não foi fornecida nova data. O que devo fazer?**

Caso a clínica cancelou ou postergou seu agendamento, você receberá em breve uma nova data de agendamento. Se você não receber, e necessita de uma consulta, contate a clínica por telefone.

### **Acabei de ser diagnosticado com HIV. O que devo fazer?**

Caso você tenha sido diagnosticado recentemente precisa de mais suporte, por favor, contate seu clínico geral ou plano de saúde. Você também pode contatar o HIV Ireland Community Support pelo telefone: 01 8733799 ou enviar um e-mail para [communitysupport@hivireland.ie](mailto:communitysupport@hivireland.ie).

## **5. Medicamentos**

### **Eu preciso de medicamentos. O que devo fazer?**

Caso você já seja um paciente de alguma clínica de HIV, algum membro da equipe entrará em contato para organizar uma forma de coleta dos seus medicamentos e agendar nova consulta. Algumas clínicas podem enviar seus medicamentos por meio de serviços de entrega (Post). Você tem de checar com a clínica.

Se você não visitou uma clínica de HIV na Irlanda antes, você deve contatar a clínica de HIV mais próxima da sua residência e agendar uma consulta, ou contatar seu clínico geral. Para mais informações e orientações, você pode entrar em contato com o HIV Ireland Community Support Team pelo telefone: 01 8733799 ou enviar um e-mail para: [communitysupport@hivireland.ie](mailto:communitysupport@hivireland.ie)

### **O que devo fazer, caso meus medicamentos contra HIV estiverem terminando?**

Continuar tomando sua medicação, conforme prescrita, isso é extremamente importante. Se seu suprimento de remédios estiver chegando ao fim, você tem de contatar a clínica onde é atendido para coletar mais medicamentos. Se, por qualquer razão, você não estiver conseguindo contatar a clínica, por favor, contate seu clínico geral ou plano de saúde.

### **Eu devo ser vacinado (a)?**

Pessoas que vivem com HIV devem assegurar-se de que todas as vacinas estão em dia, principalmente as de gripe e pneumonia. Doses de vacinas são disponibilizadas pelo seu clínico geral ou farmácia local.

Ainda não existe vacina contra o COVID-19.

### **O tratamento antirretroviral pode ser utilizado para combater o COVID-19?**

Não há, por enquanto, nenhuma evidência que sugira que os medicamentos para tratamento antirretroviral contra o HIV sejam efetivos para tratamento contra o COVID-19. Pessoas que vivem com HIV **não** devem considerar o uso de seus medicamentos como forma de tratamento contra o COVID-19, muito menos compartilhar sua medicação com outras pessoas.

## **6. Serviços de IST**

### **Vários locais de testes de ISTs em hospitais públicos estão temporariamente fechados. Como posso acessar esses serviços?**

Há [restrições significativas ao público e serviços de saúde sexual](#) em função de alguns serviços públicos estarem temporariamente fechados ao público. Caso você apresente sintomas de IST e necessite fazer algum teste, contate seu clínico geral ou plano de saúde para receber orientações.

## **7. Medo e Ansiedade**

### **Falar sobre o COVID-19 me deixa ansioso (a). O que posso fazer?**

Para muitas pessoas que vivem com HIV, a atual crise global por conta do COVID-19 pode aumentar a sensação de medo, estresse e/ou ansiedade. E pessoas que já estão enfrentando algumas questões referentes ao status de HIV positivo estão ainda mais preocupadas caso sejam infectadas com COVID-19. As lacunas de informação, a forma como a mídia trata o COVID-19 e as restrições de mobilidade e segurança pública também podem causar pensamentos negativos ou ansiedade, gerar sentimentos de vulnerabilidade, insegurança, ou temor pela segurança e bem-estar das pessoas queridas.

Sentimentos de medo, estresse ou ansiedade são perfeitamente comuns nessa situação. Muitas pessoas dividem esses sentimentos e sensações. Nesse momento, talvez o que ajude um pouco seja dividir essas emoções com pessoas em quem você confie. É muito importante manter contato com seus amigos e familiares que não morem com você, seja por e-mail, telefone, redes sociais ou qualquer outra maneira, que não seja por meio de contato físico direto. Conselheiros, psicólogos e outros assistentes sociais podem oferecer serviço de suporte e aconselhamento, assim como estratégias de como se lidar com a ansiedade e depressão. Caso você deseje falar com um dos membros de nossa equipe do Community Support team at HIV Ireland, por favor ligue para 01 8733799 ou envie e-mail para [communitysupport@hivireland.ie](mailto:communitysupport@hivireland.ie)

## **8. Informações e Suporte para pessoas que vivem com HIV.**

### **HIV Ireland**

A HIV Ireland continua oferecendo à comunidade todo o suporte e serviços ao alcance das pessoas que vivem com HIV e que necessitem de apoio. Você pode entrar em contato com o HIV Ireland Community Support Team pelo telefone 01 8733799 ou pelo e-mail [communitysupport@hivireland.ie](mailto:communitysupport@hivireland.ie).

### **Positive Now – Rede de contatos na Irlanda**

Caso você deseje falar com alguém que viva com HIV para suporte, ou até mesmo maiores informações, você pode contatar o Now pelo telefone: 089 418 8533 ou enviar e-mail para [positivenow321@gmail.com](mailto:positivenow321@gmail.com).