

vihver

para além do *vih*

Uma imagem vale mil palavras

Manual de apoio



Em parceria com:





O uso de materiais educacionais baseados em fotografias para pessoas com baixa literacia em saúde pode ser um meio efetivo de aprendizagem.

De acordo com a literatura publicada, os grupos minoritários como imigrantes ou refugiados, com baixo nível educacional e sócio-económico e que não falam fluentemente a língua nativa são os que têm mais baixa literacia em saúde. Acresce a isto ser mulher.

Cada fotografia desta série poderá ser um ponto de partida de uma conversa.

O uso de cada foto deverá ser individualizado, de forma a abordar temáticas relevantes na vida de cada mulher.

O verso do postal poderá ser utilizado para colocar os contactos do serviço ou a data da próxima consulta. Também poderá ser utilizado para colocar algumas dúvidas e mitos sobre o tema de forma a fazer um painel sobre as preocupações reais das mulheres africanas que vivem com VIH em Portugal.



Em parceria com:





Este postal permite falar sobre formas de transmissão do VIH. Permite abordar mitos e informações erróneas sobre as vias de transmissão.

Mitos sobre Transmissão

O VIH não se transmite através de:

- ★ Saliva, lágrimas, suor
- ★ Aperto de mão
- ★ Beijos e abraços
- ★ Ar, espirros ou tosse
- ★ Picadas de pulgas, mosquitos, melgas ou outros insetos
- ★ Partilha de casas de banho
- ★ Partilha de roupas e alimentos



Este postal permite falar sobre sexo.
Permite abordar temáticas como:

Sexualidade nas pessoas que vivem com infecção VIH

- ★ Métodos anticoncecionais
- ★ Uso de preservativo
- ★ Infecções sexualmente transmissíveis
- ★ Conceito de **Indetetável = Intransmissível**
- ★ A toma correta e sem interrupções da medicação, reduz a quantidade de vírus no organismo ao ponto da análise não o detetar **INDETETÁVEL**. Atingindo esta situação, o VIH não se transmite nas relações sexuais **INTRANSMISSIVEL**
- ★ Sexualidade:
questões de disfunção sexual, patologia ginecológica, etc
- ★ “disclosure” (comunicar ao parceiro o seu diagnóstico)



Este postal permite falar sobre a maternidade, que se reveste de extraordinária importância na mulher africana. Permite abordar temáticas como:

Ter uma família

Temas abordados:

- ★ Casais serodiscordantes
- ★ Indetetável = intransmissível
- ★ TARc durante a gravidez
- ★ Plano de seguimento do recém-nascido
- ★ Parto eutócico com CV indetectável
- ★ Questão do aleitamento materno



Este postal permite falar sobre o envelhecimento saudável e abordar temáticas como:

Vida longa e saudável

Temas abordados:

- ★ longevidade e qualidade de vida na infecção por VIH
- ★ Educação para a saúde:
importância do exercício físico, alimentação, peso
- ★ Importância do controlo de outras comorbilidades
como a diabetes, dislipidemias e HTA



*vih*ver

para além do *vih*



Em parceria com:



www.msd.pt | Tel.: 214 465 700 | Quinta da Fonte, 19 – Edifício Vasco da Gama
2770-192 Paço de Arcos | NIPC 500 191 360

Copyright © 2022 Merck & Co., Inc., Rahway, NJ, USA e as suas afiliadas.
PT-NON-02044 12/2022