

# Casais sorodiscordantes

*Dicas para uma vida  
saudável, segura e feliz*

**ABIA**

Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS

# Casais sorodiscordantes

*Dicas para uma vida  
saudável, segura e feliz*

ABIA  
Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS

Rio de Janeiro, 2004

## **ABIA**

*Diretor-presidente:*

**Richard Parker**

*Diretora vice-presidente:*

**Regina Maria Barbosa**

*Secretária-geral:*

**Miriam Ventura**

*Tesoureiro:*

**José Loureiro**

*Coordenação Geral:*

**Cristina Pimenta e Veriano Terto Jr.**

*Coordenadora do projeto Casais Sorodiscordantes:*

**Ivia Maksud**

*Pesquisa de texto:*

**Juan Carlos Raxach, Débora Fontenelle, Ivia Maksud, Lynn Murchison e Camila Amorim**

*Redação técnica:*

**Juan Carlos Raxach e Débora Fontenelle**

*Colaboração:*

**Paulo Eugênio Clemente Jr. e Marclei Guimarães**

*Acompanhamento Editorial:*

**Wilma Ferraz**

*Copydesk:*

**Jacinto Corrêa**

*Projeto gráfico e direção de arte:*

**Estúdio Metara (21 2532 5589)**

*Ilustrações:*

**Liliana Ostrovsky**

*Tiragem:*

**3.000 exemplares**

Apoio:



ISBN: 85-88684-19-5

Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS

Rua da Candelária, 79/10º andar | Centro | CEP 20091-020

Rio de Janeiro/RJ – Brasil | Tel.: (21) 2223-1040 Fax: (21) 2253-8495

abia@abiaids.org.br | www.abiaids.org.br

*Agradecemos às pessoas que freqüentam a Oficina de Casais Sorodiscordantes, promovida pela ABIA, aos palestrantes do seminário Conjugalidade e AIDS: A Sorodiscordância e os Serviços de Saúde, realizado pela ABIA, em 2002, e às instituições Felipa de Souza e Associação Carioca de Redutores de Danos, cujas sugestões foram incorporadas ao texto desta cartilha.*





# Apresentação

**E**sta cartilha é parte das iniciativas de saúde sexual e reprodutiva da ABIA, e pretende passar algumas informações básicas sobre prevenção para quem está vivendo um relacionamento com uma pessoa com sorologia para o HIV diferente da sua.

As informações disponibilizadas estão ancoradas em várias experiências cotidianas, resultantes do Projeto Casais Sorodiscordantes que vem sendo realizado pela ABIA desde 2002. Também contribuíram para essa produção pessoas vivendo com HIV/AIDS, profissionais de saúde, pesquisadores, representantes de organizações não-governamentais (ONGs) e de organizações governamentais (OGs).

Este material aborda, entre outros temas, o aumento de relações entre pessoas com sorologias distintas a partir do acesso mais fácil aos tratamentos anti-retrovirais, com aumento na qualidade de vida de quem vive com HIV/AIDS; o impacto da revelação da sorologia positiva no relacionamento e a manutenção da afetividade; a necessidade de ampliar as redes sociais para pessoas que estão em relacionamentos sorodiscordantes, sejam homossexuais ou heterossexuais; o direito de casais sorodiscordantes terem filhos e os cuidados em relação à prevenção da transmissão vertical.

O apoio dos profissionais de saúde e da sociedade como um todo é importante para oferecer ajuda, explicações e orientações às pessoas, sejam elas soropositivas ou soronegativas, para que se sintam devidamente acolhidas por suas questões.

Boa leitura a todos. E como já dizia o poeta Carlos Drummond de Andrade, “amar se aprende amando”.



# Sumário

O que é sorodiscordância? .....	pág. 9
Como saber se estou num relacionamento sorodiscordante? .....	pág. 10
É difícil receber um resultado positivo? .....	pág. 11
É possível melhorar o diálogo com o parceiro ou parceira? .....	pág. 13
Sentir medo é normal? .....	pág. 14
Quais são as opções de atendimento para casais sorodiscordantes? .....	pág. 16
<i>A importância de praticar sexo seguro .....</i>	<i>pág. 17</i>
<i>Contraceptivos e HIV .....</i>	<i>pág. 18</i>
<i>Usuários de drogas e HIV .....</i>	<i>pág. 18</i>
O que fazer no caso de um acidente? .....	pág. 20
E quanto à perda do apetite sexual? .....	pág. 21
O relacionamento entre casais sorodiscordantes homossexuais é diferente? .....	pág. 22
<i>Sexo oral entre homens .....</i>	<i>pág. 23</i>
<i>Casais de mulheres e HIV .....</i>	<i>pág. 24</i>
A formação acadêmica dos profissionais de saúde é adequada? .....	pág. 26
O que devo cobrar dos profissionais de saúde? .....	pág. 27
Casais sorodiscordantes podem ter filhos? .....	pág. 29
<i>Informações importantes para casais sorodiscordantes que desejam ter filhos .....</i>	<i>pág. 31</i>
O pré-natal é importante na prevenção da transmissão vertical? .....	pág. 36
A mulher HIV+ pode amamentar? .....	pág. 37
Endereços e telefones úteis no Rio de Janeiro .....	pág. 38





# O que é sorodiscordância?

As relações heterossexuais ou homossexuais em que um dos parceiros vive com HIV/AIDS e o outro não têm sido chamadas de várias maneiras: sorodiscordância; sorodivergência, sorodiferença ou parcerias com sorologias distintas são alguns exemplos.

No Brasil, como em outros países, esses relacionamentos existem desde o início da epidemia, no começo da década de 1980. Porém, nos últimos anos, está havendo um aumento do número de casais com sorologias distintas para o HIV. Uma possível razão para isso é a descoberta de terapias – principalmente com a chegada dos medicamentos anti-retrovirais, o chamado “coquetel” – que estão funcionando, aumentando a saúde das pessoas HIV+ e melhorando a qualidade de vida. Com isso, esses casais podem reiniciar um planejamento de vida em longo prazo, onde o relacionamento afetivo e sexual é parte essencial. Cada vez mais, as pessoas que não sabem se são soropositivas, assim como indivíduos que se sabem soronegativos, possuem mais informações a respeito de como manter uma relação sexual segura e estão iniciando, de forma consciente, relacionamentos com pessoas que vivem com HIV/AIDS.



# Como saber se estou num relacionamento sorodiscordante?

O único meio de você saber se é HIV positivo ou negativo é fazendo um teste, através de um exame de sangue específico. Fazer o teste é muito importante, pois só com o resultado obtido é possível identificar se você e/ou o seu parceiro ou parceira estão vivendo com HIV/AIDS e buscar apoio. Para conhecer a sua sorologia para o HIV e a da pessoa com quem você está se relacionando, o indicado é que ambos façam a testagem.

Os Centros de Testagem e Aconselhamento (CTAs) são unidades de saúde que, além do resultado, ou seja, do diagnóstico sorológico da infecção pelo HIV, que é sempre feito com sigilo garantido e de forma gratuita, oferecem aconselhamento pré e pós-teste. Isso significa que antes e depois da testagem, você contará com o apoio de profissionais de saúde treinados que ajudam na interpretação e no esclarecimento de dúvidas sobre o resultado, seja positivo ou negativo para o HIV.

10

DICAS PARA UMA VIDA SAUDÁVEL, SEGURA E FELIZ

CASAS SORODISCORDANTES



No final desta cartilha, você encontra endereços de vários CTAs do Estado do Rio de Janeiro. Caso você não seja do Rio, procure informações sobre os Centros de Testagem e Aconselhamento nos postos de saúde do seu município.

## É difícil receber um resultado positivo?

A revelação do resultado positivo pode ser um momento doloroso. A reação à notícia de que a pessoa está soropositiva pode variar de um casal para o outro. Essa descoberta pode trazer muitas emoções diferentes. Contar para o parceiro ou parceira quase sempre é muito difícil e complicado, especialmente nos casos em que o relacionamento se iniciou antes dessa descoberta.

Em geral, surgem muitos sentimentos, como medo, ansiedade, sensação de não saber o que fazer e principalmente culpa e castigo. No entanto, apesar dos desafios que possam surgir, a revelação da soropositividade entre o casal deve ser feita, tanto nos relacionamentos já constituídos quanto nos que ainda irão se formar, porque só assim os parceiros ou parceiras poderão conversar e negociar, com sinceridade, as práticas que garantam o máximo de proteção.



A procura pela ajuda de profissionais, como psicólogos, assistentes sociais, integrantes de uma equipe de saúde ou de uma ONG etc., ou mesmo de outras pessoas que também estejam passando por essa mesma situação, pode ajudar você a enfrentar esse momento de contar ao seu parceiro ou parceira que está com o HIV.

Outro apoio importante pode vir dos amigos e dos familiares, caso você se sinta à vontade para falar com eles sobre o assunto. Amigos e parentes sinceros podem sugerir maneiras de você revelar a sua soropositividade ao seu parceiro ou parceira – um papo com alguém da sua confiança pode ajudar você a conviver com mais naturalidade com a nova situação e também a não se sentir solitário ou solitária.

***Se o resultado do teste for diferente para as duas pessoas (só um tem o vírus), saiba que o relacionamento não precisa acabar por isso. É possível conviver, de maneira segura, saudável e feliz, com quem se ama, independentemente da sua sorologia para o HIV.***

# É possível melhorar o diálogo com o parceiro ou parceira?

O diálogo, numa relação amorosa, não é uma questão complicada apenas para os casais sorodiscordantes. Muitas vezes, as pessoas têm várias outras “discordâncias” no relacionamento, como todos os casais. Na maioria dos casos, essas diferenças têm um peso muito maior na relação do que a sorologia distinta para o HIV – o que acontece é que, geralmente, essas diferenças só ficam claras, e só são ditas, a partir do diagnóstico positivo para o HIV.

Na prática, o que se vê é que em muitos relacionamentos a presença do HIV acaba se tornando “o culpado” por vários questionamentos e crises que, em geral, já estavam para acontecer independentemente do vírus, como, por exemplo, o desgaste que a evolução de um relacionamento pode trazer.

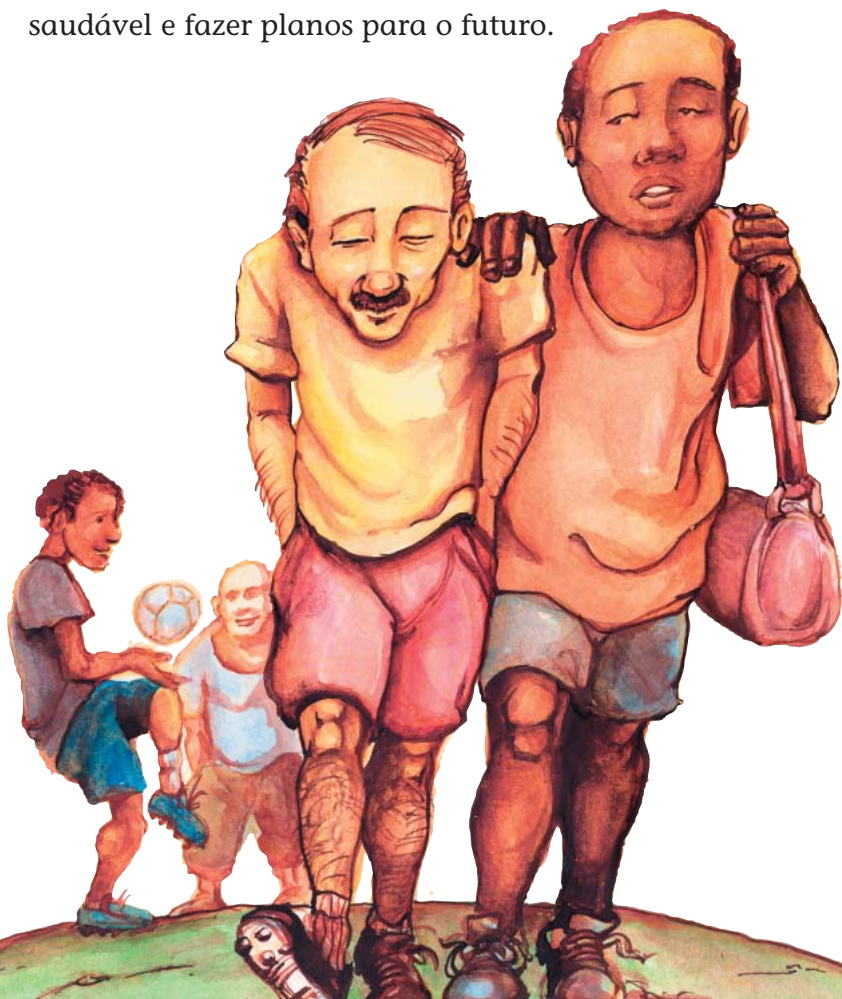
Algumas vezes, pode haver dificuldades mais sérias na comunicação. Por exemplo: o casal pode abrir mão do diálogo por receio de suscitar sentimentos como mágoa, desconfiança, dor, sofrimento, dúvida, raiva etc. E, com isso, acabar evitando conversar sobre outros assuntos tão ou mais importantes que o HIV. Lembre-se do ditado popular que diz que é conversando que a gente se entende.

***Ter a consciência de que está em um relacionamento sorodiscordante já é um primeiro passo para melhorar o diálogo com o seu parceiro ou parceira e para estabelecer uma relação de confiança e honestidade.***



# Sentir medo é normal?

Claro que sim. Qualquer pessoa, em diferentes situações da vida, sente medo de algo. Em relação à sorodiscordância não é diferente. Um temor muito comum - o medo da perda - é um ponto que merece atenção, pois pode comprometer mais seriamente a comunicação do casal. A melhor saída é enfrentá-lo de forma transparente. Questões como temer que o parceiro ou a parceira resolva se separar em razão da sorodiscordância, passar a ter a sensação de “estar devendo alguma coisa ao parceiro ou à parceira” ou sentir medo de desenvolver a doença devem ser conversadas com franqueza. Sem isso, fica difícil você levar uma vida saudável e fazer planos para o futuro.



Alguns casais (ou uma das duas pessoas) se sentem melhor contando para amigos e familiares o que está acontecendo. No caso de você resolver contar para alguém, é recomendável, antes, conversar com um profissional de saúde, como um psicólogo ou assistente social, que poderá lhe dar algumas dicas de como melhor fazer a revelação. Outros casais preferem que poucas pessoas fiquem sabendo da situação do casal. Independentemente do seu caso, o único caminho possível é conversar e negociar com o seu parceiro ou parceira e chegar a um acordo. Mas não se esqueça de que a sua vontade, a sua opinião é tão importante quanto a do outro.

***Para lidar com as diferentes sensações de medo, você pode contar com a ajuda de terapeutas, profissionais de saúde, ONGs que oferecem apoio ou grupos de ajuda-mútua que tenham experiência na abordagem dessa situação. No final desta cartilha, estão listados alguns contatos de grupos de auto-ajuda. No Rio de Janeiro, o projeto Banco de Horas, do IDAC, oferece psicoterapia gratuita para pessoas com HIV/AIDS, seus familiares e companheiros. Para saber mais, acesse***

*[www.bancodehoras.org.br](http://www.bancodehoras.org.br)*

# Quais são as opções de atendimento para casais sorodiscordantes?

Atualmente, devido à maior visibilidade que os casais com sorologias distintas para o HIV vêm recebendo por parte dos serviços de saúde, algumas iniciativas interessantes estão sendo desenvolvidas.

O tratamento clínico, de terapia individualizada ou de aconselhamento, ainda é a alternativa mais comum para esses casais. A vantagem de intervenções individualizadas é que elas trazem à tona questões próprias de cada casal que, muitas vezes, as pessoas não conversam em grupo. Como cada pessoa é única, também único é cada casal.

Outra alternativa de atendimento que você pode buscar é a “consulta conjunta”. Nesse tipo de atendimento, além do casal e do médico, pode participar um psicólogo, um psiquiatra ou um assistente social. Essa modalidade de consulta amplia a capacidade de compreensão do problema, estimula o sentimento de solidariedade e reforça a responsabilidade por si mesmo no processo de saúde e doença.

Outra alternativa que vem rendendo bons frutos são os



crescentes espaços para grupos de ajuda mútua, especialmente em ONGs e unidades de saúde. Neles, os casais participam de um espaço para troca de experiências entre pessoas que se encontram em situações semelhantes às suas, o que as ajuda a reduzir o “isolamento” e a pensar nas suas próprias soluções para enfrentar os problemas.

## **A importância de praticar sexo seguro**

*A prática de sexo mais seguro não é apenas uma responsabilidade individual, mas também compartilhada. Oferecer segurança deve ser uma preocupação mútua do casal, porque não é apenas a prevenção contra o HIV de quem não está com o vírus que está em jogo, mas também a prevenção de muitas outras doenças sexualmente transmissíveis, as chamadas DSTs, tanto para um quanto para o outro.*

**Sexo seguro significa tomar algumas precauções que ajudam a não contrair ou transmitir o HIV ou outras DSTs durante a relação.**

**A principal delas é usar camisinha, masculina ou feminina, durante o sexo oral, vaginal e anal, evitando a troca de fluidos (esperma, secreção vaginal ou sangramento menstrual).**





## Contraceptivos e HIV

Muitas pessoas imaginam que os contraceptivos, como as pílulas anticoncepcionais, protegem contra a transmissão do HIV. Isso não é verdade. A única forma de prevenir a transmissão do vírus é usando corretamente os preservativos (masculino ou feminino), que também funcionam como um método de contracepção.

Estudos demonstram que os contraceptivos interagem com alguns medicamentos anti-retrovirais, principalmente os inibidores de protease. Isso quer dizer que, além de não protegerem contra o HIV, os contraceptivos, misturados aos anti-retrovirais, não possuem o efeito desejado, nem sempre evitando a gravidez. Uma mulher HIV+ que esteja utilizando o tratamento anti-retroviral e opte pelo uso de pílulas anticoncepcionais deve dar preferência àquelas feitas à base de progesterona, porque a interação com os medicamentos é menor.

Outros estudos demonstram que a mudança hormonal provocada pelos anticoncepcionais no corpo das mulheres pode deixá-las mais vulneráveis para a infecção do HIV e pode aumentar a replicação do vírus entre as mulheres que estão vivendo com HIV/AIDS.

## Usuários de drogas e HIV

Os casais sorodiscordantes que fazem uso de drogas ilícitas, como as injetáveis ou cocaína, por exemplo, devem ter cuidado no sentido de estarem atentos ao uso de preservativo principalmente após a utilização da droga – muitas vezes, estão num estado de inconsciência e correm riscos. Outro cuidado a ser tomado é o não compartilhamento de seringas, agulhas e recipientes.

Independentemente disso, é preciso derrubar os mitos e preconceitos em relação aos usuários de drogas, como, por exemplo, dizer que eles não são capazes de mudar seus hábitos e, com isso, favorecer a disseminação do HIV, ou que têm dificuldades de adesão ao tratamento, quando são soropositivos.

**Um exame com resultado negativo para o HIV não significa que você é imune ao vírus. Infelizmente, alguns casais sorodiscordantes que praticam sexo sem camisinha acreditam que, se até aquele momento o seu parceiro ou parceira não contraiu o HIV, é porque ele ou ela é imune – e prova disso seria o resultado negativo. Isso é um equívoco. As chances de um parceiro ou parceira soronegativo(a) ser infectado(a) são grandes, se o casal não usar preservativos.**





# O que fazer no caso de um acidente?

Às vezes, podem ocorrer acidentes, como, por exemplo, a camisinha se romper durante a penetração – o que é raro acontecer. Nesse caso, existe a possibilidade da “profilaxia com anti-retrovirais”, isto é, tomar uma determinada dose de medicamentos anti-retrovirais o mais rápido possível após a exposição ao HIV (até 72 horas, no máximo), com o objetivo de impedir a infecção pelo vírus. Se um acidente como esse acontecer, o ideal é procurar o seu médico ou o médico de seu parceiro ou parceira na unidade de saúde. Não sendo possível, procure um serviço de emergência da rede municipal ou estadual de saúde, ou ainda, uma maternidade. É muito importante você procurar por ajuda, pois, além de necessitar da orientação de um profissional de saúde, esses remédios só são disponibilizados com receita médica e distribuídos nesses centros de saúde. No final desta cartilha, você confere alguns endereços da rede municipal de saúde do Rio de Janeiro que oferecem a “profilaxia com anti-retrovirais”. Caso você não seja do Rio, procure se informar na Secretaria de Saúde do seu município ou estado.



**No documento “Norma técnica de prevenção e tratamento dos agravos decorrentes de violência sexual contra mulheres e adolescentes”, do Ministério da Saúde, você encontra informações sobre a profilaxia com anti-retrovirais.**

**A publicação pode ser acessada no site [www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br) ou obtida em alguma ONG/AIDS.**

## E quanto à perda do apetite sexual?

Esse é um ponto importante. Muitas vezes, a perda do apetite sexual não significa desinteresse pelo parceiro ou parceira. Pode ser um efeito dos medicamentos anti-retrovirais, que podem, também causar cansaço, alterações no sono e dor de cabeça, sintomas que podem levar à diminuição do apetite sexual. Essa falta de interesse por sexo, muitas vezes, é transitória, mas caso ocorra, você deve procurar ajuda de um profissional de saúde para saber se é um efeito colateral dos medicamentos ou se há relação com outras situações emocionais ou mesmo de saúde.



Os anti-retrovirais provocam, ainda, um efeito colateral chamado lipodistrofia, que provoca mudanças corporais e o aumento do colesterol e dos triglicerídeos no sangue. As mudanças corporais podem interferir na auto-estima da pessoa, provocando sensação de desgosto com o próprio corpo, o que acaba interferindo na vida sexual. Além disso, o aumento do colesterol e dos triglicerídeos pode afetar o desempenho sexual. Hoje em dia, algumas medidas vêm sendo estudadas para minimizar esses efeitos colaterais, como cirurgias estéticas que melhoram a aparência física e o desenvolvimento de remédios que diminuem o colesterol e os triglicerídeos no sangue. Converse sobre isso com a equipe de saúde que acompanha você para receber melhor orientação.

## O relacionamento entre casais sorodiscordantes homossexuais é diferente?

Não. A única diferença é em relação ao preconceito. Para muitos casais homossexuais, masculinos ou femininos, a sorodiscordância é mais um desafio a ser enfrentado, no sentido de que muitos deles já passaram por fases em suas vidas em que tiveram que afirmar sua sexualidade ou tiveram que buscar serem aceitos e compreendidos por seus familiares, amigos e colegas de trabalho ou estudo. Para outros casais homossexuais, é uma questão a ser trabalhada em silêncio, sem



compartilhar com as outras pessoas, ou no máximo, com poucos amigos e amigas.

As mesmas sensações e necessidades dos casais heterossexuais estão presentes nos relacionamentos homossexuais que lidam com a sorodiscordância. Cada vez mais, alguns direitos são conquistados e não são poucos os casais homossexuais, inclusive sorodiscordantes, que, por exemplo, planejam ter filhos. Independentemente da opção por ter filhos, que pode ser esclarecida com profissionais de saúde, a prática de sexo seguro é válida para todo e qualquer tipo de relacionamento, seja homossexual ou heterossexual, sorodiscordante ou não.

## **Sexo oral entre homens**

*Entre os casais de homens, a prática de sexo oral (boca-pênis ou boca-ânus) é constantemente motivo de preocupação ou questionamento. Sempre surgem perguntas e dúvidas como “É seguro fazer sexo oral sem camisinha? Qual o grau de risco que isso representa?”*

*A probabilidade de transmissão do HIV varia em função do tipo de exposição ou contato. O risco de contrair o vírus através do sexo oral sem proteção é menor que através do contato sexual anal ou vaginal sem proteção. Porém, é importante você saber que, mesmo sendo uma atividade de baixo risco, o sexo oral sem proteção pode ser uma via de infecção e que esse risco aumenta à medida que existam, por exemplo, doenças das gengivas que provoquem sangramento ou se acontecer ejaculação na boca.*

**Sempre que puder, negocie o uso da camisinha para a prática de sexo oral. É uma proteção para você e para quem está com você.**



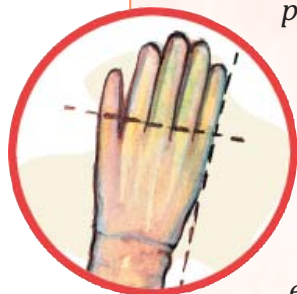


# Casais de mulheres e HIV

Também entre os casais de mulheres existem relacionamentos sorodiscordantes e, por isso, elas devem praticar métodos que reduzam os riscos de transmissão do HIV e de outras DSTs.

Aqui vão algumas dicas: caso você não use barreira de proteção, como a camisinha feminina, por exemplo, evite contato com o sangramento menstrual, com as secreções vaginais, com os pequenos sangramentos durante o sexo oral (boca-vagina ou boca-ânus) ou durante a penetração com os dedos, mãos ou brinquedos sexuais, como os chamados consolos. O sexo oral sem proteção é arriscado se a sua parceira estiver menstruada ou com uma infecção vaginal. Por isso, técnicas de sexo seguro para a prática do sexo oral, como as barreiras bucais, são boas opções.

Essas barreiras podem ser feitas com uma camisinha, luva ou com um pedaço de PVC (material plástico que se usa para envolver alimentos).



**Uma dica para reduzir o risco durante o sexo oral é evitar escovar os dentes antes da prática, porque durante a escovação dos dentes podem ocorrer pequenos ferimentos nas gengivas, o que pode significar uma porta de entrada para o HIV.**



Como regra geral, os brinquedos sexuais não devem ser compartilhados sem o uso da barreira protetora. Os consolos de silicone não são porosos e, por isso, reduzem o risco de infecção, mas devem ser lavados com água e sabonete antes de serem compartilhados com a sua parceira. De qualquer jeito, o mais indicado é considerar a possibilidade do uso da camisinha feminina ou masculina. Isso vale, também, para qualquer casal, seja homossexual ou heterossexual.

Caso você queira utilizar lubrificantes, escolha um feito à base de água e o espalhe ao lado da barreira de proteção que entra em contato com a pele ou a mucosa vaginal ou anal da parceira.

O uso de luvas de látex é uma prática comum durante a penetração vaginal ou anal. Lembre-se de sempre trocar as luvas ao passar da vagina para o ânus, ou vice-versa, para evitar infecções bacterianas e de não compartilhá-las com a sua parceira.

Também para a prática de esfregar genitália com genitália é recomendado o uso de uma barreira de proteção.





# A formação acadêmica dos profissionais de saúde é adequada?

Nem todas as faculdades e universidades brasileiras preparam profissionais para uma abordagem integral do indivíduo, que leve em consideração todo o seu universo, não apenas os aspectos biológicos, clínicos. Geralmente, as escolas de nível superior difundem uma visão fragmentada do ser humano, muito em função da crescente oferta de especialidades no mercado de trabalho, fazendo com que o ensino acabe priorizando ou reforçando apenas as características técnicas de uma profissão. Além disso, as disciplinas de cunho sociocultural lamentavelmente têm pouco espaço durante a formação acadêmica. Daí, a dificuldade por parte de muitos médicos de realizarem uma contextualização social e cultural de seus pacientes, o que faz com que, muitas vezes, criem rótulos ou enquadramentos que somente dão conta dos famosos protocolos a serem preenchidos, principalmente nos postos de saúde.

Mas todo mundo, independentemente da sorologia para o HIV, sabe que, por detrás de protocolos e recomendações estritamente profissionais, existem pessoas e casais com anseios e questões particulares, merecedoras de um olhar integral. Nesse sentido, é fundamental que você cobre uma postura profissional sem preconceitos por parte daqueles profissionais de saúde que deixam seus valores interferirem no bom desenrolar da relação médico-paciente.

***Para o casal sorodiscordante, é fundamental desenvolver uma boa relação médico-paciente, baseada na confiança e na transparência de ambas as partes.***

# O que devo cobrar dos profissionais de saúde?

Desenvolver uma relação médico-paciente saudável, muitas vezes, não é uma tarefa fácil. De qualquer maneira, o casal sorodiscordante deve lutar pelo seu direito de ter uma escuta apurada, porque isso facilita o atendimento a outras demandas que podem influenciar direta ou indiretamente no seu tratamento, como a relação conjugal, familiar, entre outras. Por exemplo: na adesão ao tratamento de HIV/AIDS, o relacionamento do médico com o parceiro ou parceira soronegativo(a) ou com outras pessoas bastante próximas do indivíduo HIV+ tem se mostrado bastante importante. Para se ter uma idéia, em algumas situações, existem pessoas que chegam a interromper o uso dos medicamentos porque moram com amigos ou parentes que não sabem do seu diagnóstico. A palavra do médico pode ser decisiva tanto para esclarecer dúvidas de quem convive com pessoas HIV+ quanto



para os próprios indivíduos soropositivos, no sentido da não-interrupção ou da retomada imediata do tratamento.

Um espaço de escuta para o parceiro ou parceira que não vive com HIV/AIDS também é muito importante, pois é onde podem ser tiradas dúvidas e atendidas algumas de suas necessidades. Assim, é essencial que os profissionais de saúde que trabalham com pessoas que vivem e convivem com o HIV/AIDS tenham uma visão global do indivíduo para enfrentar com sucesso os desafios da relação médico-paciente. A sua postura, como cidadão consciente dos seus direitos, pode ser fundamental para isso.

***Os profissionais de saúde devem estar o mais atento possível à fala de seus pacientes e devem apenas orientar, nunca decidir por eles. Além disso, não devem ficar descrentes ou pessimistas em relação ao tratamento de seus pacientes, como ocorre, às vezes, no caso de usuários de drogas injetáveis – essa descrença ou pessimismo pode levar o tratamento ao fracasso. Participar de seminários, cursos e congressos é uma excelente forma para melhor se capacitar e trocar experiências e conhecimentos com outros profissionais, além de permitir o atendimento mais adequado aos pacientes.***

# Casais sorodiscordantes podem ter filhos?

A Constituição Brasileira de 1988 é uma das mais avançadas do mundo em termos de direitos básicos e, especificamente, em saúde reprodutiva (a parte da saúde voltada à questão de ter filhos). Entre esses direitos, destacam-se o da integridade social, física e psíquica; o de exercer a sexualidade; o de escolher livremente o parceiro ou parceira; e o de ter ou não filhos. Todo cidadão ou cidadã brasileiro(a), independentemente da condição sorológica para o HIV, tem direito de receber informação sobre reprodução e sexualidade de maneira acessível e clara, além de tratamento médico gratuito e respeitoso, sem sofrer preconceitos ou coações de profissionais de saúde.

Hoje, pessoas vivendo com HIV/AIDS passaram a pensar mais não somente em construir novos relacionamentos, mas também em programar o futuro, o que para muitos casais inclui ter um filho.





A questão da reprodução num relacionamento sorodiscordante envolve, basicamente, dois tipos de cuidado: com a prevenção da transmissão vertical (da mãe para o filho) e com a não infecção do parceiro ou parceira soronegativo(a).

Saber que pessoas que vivem com HIV/AIDS se relacionam sexualmente, têm desejos e podem querer ser pais ou mães, como tantos outros indivíduos, é incompreensível para muitos, até mesmo para alguns profissionais de saúde que, antes de tudo, são pessoas com crenças, valores e idéias preconcebidas, como todas as outras.

Você deve ficar atento ou atenta para que esses profissionais tenham um cuidado redobrado no sentido de não deixarem que os valores deles interferiram nas suas decisões. Procure construir e manter uma relação de confiança com o seu médico, visando encontrar, em conjunto, a melhor solução para o caso de você querer ter um filho. Uma boa notícia é que, atualmente, estão sendo desenvolvidas técnicas que proporcionam formas mais seguras de se evitar a transmissão vertical, como o medicamento AZT, por exemplo, e uma maior segurança para a não infecção do parceiro ou parceira.

***Se sentir que o seu médico está “forçando a barra” para que você não tenha um filho, converse francamente com ele e coloque a sua opinião com calma e transparência.***

# Informações importantes para casais sorodiscordantes que desejam ter filhos

Você que faz parte de um casal que está vivendo uma relação sorodiscordante e que deseja engravidar deve procurar atenção especializada com profissionais de saúde, com o objetivo de preservar a sua saúde, a do seu parceiro ou parceira e a do futuro bebê.

## **ESSA ATENÇÃO ESPECIALIZADA TEM QUE CONTEMPLAR OS SEGUINTE ITENS:**

1. Estabilização da infecção pelo HIV e acompanhamento médico adequado.
2. Aconselhamento reprodutivo, com a finalidade de programar a gravidez no momento em que as condições de saúde da mãe sejam as mais favoráveis e minimizem o risco da transmissão vertical, ou seja, a transmissão do vírus da mãe para o bebê.
3. Utilização de técnicas como inseminação artificial com sêmen lavado.
4. Uso de outras técnicas de reprodução assistida (com acompanhamento médico), no caso de existirem fatores ligados à esterilidade.

**Mas atenção: todos esses processos só podem ser feitos com o acompanhamento e as instruções dos profissionais de saúde. Além disso, é imprescindível fazer o pré-natal para poder ter acesso a todas as medidas preventivas que devem ser adotadas pela equipe de saúde antes, durante e depois do parto.**



# Técnicas que podem ser usadas antes de engravidar

## QUANDO APENAS O HOMEM É SOROPOSITIVO

*Para o casal sorodiscordante que decide tentar a gravidez, sendo ele HIV+ e a parceira não, existe uma técnica chamada lavagem de espermatozoides que, junto com a inseminação artificial, permite diminuir a possibilidade de infecção tanto para a mulher quanto para o bebê.*

*Essa técnica consiste em separar os espermatozoides móveis dos outros componentes do sêmen para eliminar o HIV contido no líquido seminal. O espermatozoide não tem receptor de entrada para o vírus e, dessa forma, felizmente, dentro dele não existem partículas virais. Assim, aumentam as possibilidades de fecundação porque se incrementa a concentração de espermatozoides férteis na amostra que será utilizada para a inseminação artificial.*

*Depois de realizada a lavagem de espermatozoides, o concentrado de espermatozoides é introduzido no útero da mulher durante seu período fértil (processo conhecido como inseminação artificial, procedimento antigo utilizado para tratar problemas de fertilidade). Os estudos mostram que, após duas ou três tentativas, há uma probabilidade bem-sucedida de gravidez que oscila entre 50% a 60%.*

**A lavagem de espermatozoides tem se mostrado bastante eficaz, mas é um procedimento caro e ainda não disponibilizado pelo Sistema Único de Saúde (SUS).**

## **REQUISITOS NECESSÁRIOS PARA A INSEMINAÇÃO ARTIFICIAL:**

- *No caso do casal sorodiscordante, é necessário que o homem apresente um quadro estável do processo de infecção pelo HIV, como por exemplo, não ter desenvolvido recentemente nenhuma doença oportunistas e que apresente um bom estado geral.*
- *O homem e a mulher devem realizar uma série de exames de laboratório complementares, previamente à inseminação artificial, com a finalidade de saber o estado de saúde da parceira e também possíveis causas de esterilidade que não foram descobertas até o momento.*
- *Existindo causas de esterilidade, podem ser utilizadas outras técnicas, como, por exemplo, a fertilização in vitro (fecundação do óvulo fora do corpo da mulher).*

## **QUANDO APENAS A MULHER É SOROPOSITIVA OU AMBOS SÃO HIV+**

*No caso de ser a mulher quem vive com HIV/AIDS, é fundamental que ela tenha um acompanhamento médico especial. O casal deve negociar com o profissional de saúde no sentido de decidir, em conjunto, quando seria o melhor momento para engravidar. É importante destacar que, quando uma mulher grávida vivendo com HIV não recebe os cuidados e tratamentos adequados, o risco de transmissão do vírus para o seu filho oscila entre 15% a 20%. Nos últimos anos, com a chegada dos medicamentos anti-retrovirais mais eficazes e com um bom acompanhamento pré-natal, o risco de transmissão vertical caiu para menos de 1%.*

*Para que a gravidez da mulher soropositiva tenha menor risco, ela deve apresentar uma estabilidade de seu quadro clínico para o HIV, preferencialmente uma carga viral indetectável e CD4 acima de 400. Não existindo outras questões relativas à infertilidade,*

o procedimento indicado é a inseminação artificial, com a utilização de sêmen fresco, no caso do homem ser HIV negativo, ou sêmen lavado (lavagem de esperma), quando o homem é soropositivo.

Uma técnica artesanal que pode ser utilizada para a não infecção do parceiro soronegativo é “gozar” em uma camisinha e depois introduzir o sêmen no corpo da mulher. O preservativo feminino presta-se muito bem a esse objetivo.

### **REQUISITOS PARA QUE A GRAVIDEZ DA MULHER HIV+ APRESENTE OS MENORES RISCOS POSSÍVEIS:**

- É importante que a mulher apresente o melhor estado de saúde possível antes de engravidar e que não tenha tido recentemente nenhuma doença oportunista.
- Antes de engravidar, a mulher deve ser informada sobre os riscos associados a seu tratamento anti-retroviral e assumir condutas médicas que apresentem menor risco para o seu filho.



*Uma boa relação entre o profissional de saúde, seja ele médico, enfermeiro, psicólogo, assistente social etc., e o casal sorodiscordante que deseja engravidar é essencial para proporcionar uma gravidez segura para todos.*

*Se você não encontrar um médico que dê atenção ao seu desejo de gravidez, não deve simplesmente abandonar o seu sonho nem se descuidar da prevenção engravidando de qualquer forma. Se você e o seu parceiro ou parceira estão seguros de que querem engravidar, se sentem que estão bem informados a respeito, têm todo o direito de contar com o apoio, a orientação e o respeito dos profissionais de saúde. Certamente, após ler esta cartilha você terá mais elementos para conversar com esses profissionais, discutindo os prós e os contras da gestação, e podendo acompanhar e conversar com eles, com mais conhecimento de causa, sobre o que a ciência tem descoberto em relação ao tema.*

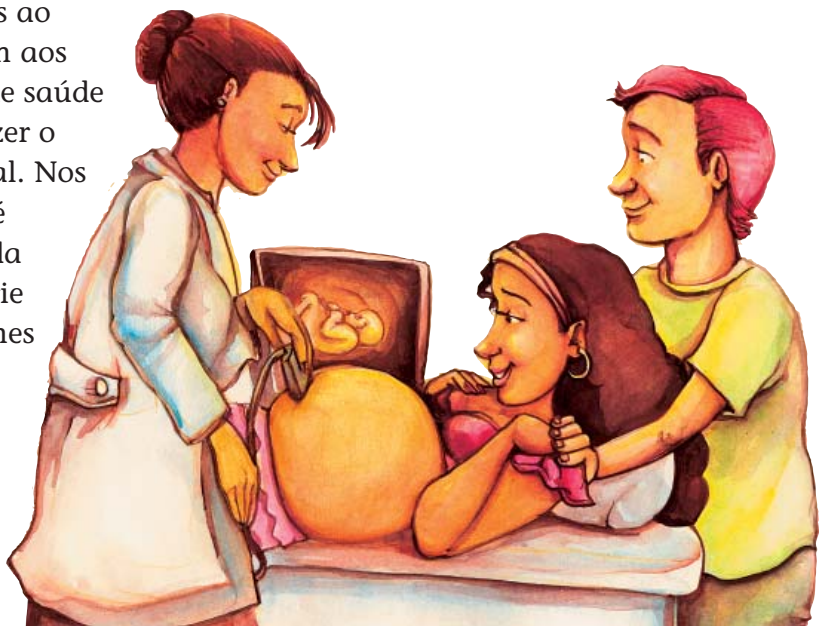
***Se encontrar dificuldades para o diálogo sobre gravidez com o médico que lhe atende ou a seu parceiro ou parceira, vale a pena tentar a interlocução com outro profissional da equipe de saúde, como um psicólogo ou um assistente social. Ele pode fazer o papel de elo de ligação entre vocês e o médico.***



# O pré-natal é importante na prevenção da transmissão vertical?

No Brasil, existem as Recomendações para Profilaxia da Transmissão Vertical do HIV e Terapia Anti-Retroviral em Gestantes, publicadas pelo Ministério da Saúde, que orientam os profissionais de saúde a prevenirem a transmissão vertical do HIV. Além disso, o SUS disponibiliza, de forma universal e gratuita, o AZT, anti-retroviral que tem se mostrado eficaz na prevenção da transmissão do vírus da mãe para o filho. Estudos realizados em 1994 evidenciaram uma redução de 67,5% na transmissão vertical com o uso do AZT durante a gestação, no trabalho de parto e no parto em si, bem como pelos recém-nascidos que não foram amamentados, apenas alimentados com a “fórmula infantil”, disponibilizada pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Muitas mulheres só descobrem que estão com o HIV já com alguns meses de gestação ou quando desconfiam estar grávidas ao recorrem aos postos de saúde para fazer o pré-natal. Nos postos, é solicitada uma série de exames



que inclui o teste anti-HIV. Vale a pena frisar que a realização desse teste não é obrigatória, mas é extremamente importante para que as medidas de prevenção da transmissão vertical possam ser adotadas. Quanto mais cedo a mulher souber sobre a sua condição de soropositividade, mais efetivas podem ser as medidas preventivas a serem tomadas antes, durante e depois do parto.

***O Ministério da Saúde recomenda que o teste anti-HIV seja oferecido a toda gestante no pré-natal, com aconselhamento pré e pós-teste, independentemente da situação de risco da mulher para a infecção pelo HIV. O teste deve ser voluntário e confidencial.***

## **A mulher HIV+ pode amamentar?**

As mulheres que vivem com HIV/AIDS não devem amamentar os seus filhos, pois a amamentação é uma forma de transmissão do vírus. O aleitamento materno representa risco adicional de transmissão de 7% a 22%.

Não poder amamentar pode gerar sentimentos como constrangimento ou depressão, ainda mais sabendo dos benefícios do leite materno à saúde da criança. No entanto, o mais importante é evitar que o seu filho contraia o HIV. Portanto, utilize o aleitamento artificial, ou seja, a “fórmula infantil”.



# Endereços e telefones úteis no Rio de Janeiro

Abaixo, você pode consultar alguns endereços de organizações não-governamentais que desenvolvem trabalhos de grupos de ajuda-mútua. Algumas unidades de saúde também trabalham com grupos (informe-se na secretaria de saúde de seu município). Se você conhece outros grupos, por favor, contate nossa instituição para disponibilizar essa informação.

## **Para casais sorodiscordantes**

---

**Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS (ABIA)**  
Rua da Candelária, 79/10º andar – Centro / Tel.: (21) 2223-1040

## **Para mulheres vivendo com HIV/AIDS**

---

**Rede Nacional de Pessoas Vivendo com HIV/AIDS (RNP+) – Núcleo RJ**  
Rua Doutor Leal, 706 – Engenho de Dentro RJ  
Tel.: (21) 3899-5477 / 2599-8482

**Grupo Pela VIDDA – Rio de Janeiro**  
Avenida Rio Branco, 135 / 709 – Centro / Tel.: (21) 2518-3993

## **Para pessoas HIV positivas, seus amigos, companheiros e familiares**

---

**Grupo Pela VIDDA – Niterói**  
Rua Visconde de Moraes, 251 – Ingá Niterói RJ  
Tel.: (21) 2722-0067 / 2613-0598

**Grupo Pela VIDDA – Rio de Janeiro**  
Avenida Rio Branco, 135 / 709 – Centro / Tel.: (21) 2518-3993

## **Para Homens que fazem Sexo com Homens (HSH)**

---

**Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS (ABIA)**  
Rua da Candelária, 79/10º andar – Centro / Tel.: (21) 2223-1040

**Grupo Pela VIDDA – Rio de Janeiro**  
Avenida Rio Branco, 135 / 709 – Centro / Tel.: (21) 2518-3993

## **Para Homens**

---

**Grupo Pela VIDDA – Rio de Janeiro**  
Avenida Rio Branco, 135 / 709 – Centro / Tel.: (21) 2518-3993

## **Para pessoas vivendo com HIV/AIDS**

---

**Associação Brasileira Interdisciplinar de AIDS (ABIA)**  
Rua da Candelária, 79/10º andar – Centro / Tel.: (21) 2223-1040

**Instituto de Prevenção a AIDS (IPrA)**  
Rua Jurupari, 8 Tijuca Rio de Janeiro RJ / Tel.: (21) 2254-2088

## **Para travestis**

---

**Grupo Pela VIDDA – Rio de Janeiro**  
Avenida Rio Branco, 135 / 709 – Centro / Tel.: (21) 2518-3993

## **Programas governamentais**

---

**Assessoria de DST/AIDS - Sec. de Estado de Saúde/RJ**  
Rua do México, 128 4º andar sala 412 – Castelo  
Tel.: (21) 2533-4226 / 2533-4152 / 2240-2588/2771

**Programa Municipal de DST/AIDS – Rio de Janeiro**  
Rua Afonso Cavalcante, 455, bloco 1, sala 856 – Cidade Nova  
Tel.: (21) 2293-8665

**Programa Municipal de DST/AIDS – Niterói**  
Av. Amaral Peixoto, 171 3º andar sala 302 – Centro  
Tel.: (21) 2719-4491

**Programa Municipal de DST/AIDS – Nova Iguaçu**  
Rua Bernardino de Mello, 1895 sala 47 – Centro  
Tel.: (21) 2667-3281

**Programa Municipal de DST/AIDS – Petrópolis**  
Rua Paulino Afonso, 455 – Centro | Tel.: (24) 2231-2165

## **Centros de Testagem e Aconselhamento**

---

**CAMPOS DOS GOYTACAZES**  
**Centro de Referência da Criança e do Adolescente**  
Rua Conselheiro Otaviano, 241 – Centro  
Tel.: (22) 2733-3335 / 0800-224030

**DUQUE DE CAXIAS**  
**CTA – Duque de Caxias**  
Rua General Argolo, s/n – Centro | Tel.: (21) 2671-7659

**MACAÉ**  
**Programa Municipal de DST/AIDS**  
Rua do Sacramento, 222 – Imbitiba | Tel.: (24) 2772-9397

**NITERÓI**  
**Policlínica Comunitária Santa Rosa**  
Praça Vital Brasil, s/n – Vital Brasil | Tel.: (21) 2711-2366



**NOVA IGUAÇU****Centro de Saúde Dr. Vasco Barcelos**

Rua Bernardino de Mello, 1.895 – Centro

Tel.: (21) 2667-3281 / 2667-4136

**RIO DE JANEIRO****Gaffrée e Guinle**

Rua Mariz e Barros, 775 – Tijuca | Tel.: (21) 2568-4244

**Hospital Escola São Francisco de Assis**

Av. Presidente Vargas, 2.863 – Praça Onze

Tel.: (21) 2293-2255 / 2273-9073

**Hospital Municipal Rocha Maia**

Rua Gal. Severiano, 81 – Botafogo | Tel.: (21) 2295-2295 / 2295-2095

**Unidade Integrada de Saúde Herculano Pinheiro**

Av. Ministro Edgar Romero, 276 B – Madureira | Tel.: (21) 3390-0180

**SÃO GONÇALO****CTA – São Gonçalo**

Rua Professor João Pereira Dias, s/n – Neves | Tel.: (21) 2624-5756

**SÃO JOÃO DO MERITI****Centro de Saúde Anibal Viriapo de Azevedo**

Rua Pastor Joaquim Rosa, s/n – Vilar dos Telles | Tel.: (21) 2756-8504

**VOLTA REDONDA****CTA– Volta Redonda**

Rua Governador Luiz Monteiro, 282 – Aterrado | Tel.: (24) 3345-1666

**Maternidades que oferecem  
“profilaxia com anti-retrovirais”****Hospital Maternidade Alexander Fleming**

Rua Jorge Smith, 331 – Marechal Hermes | Tel.: (21) 2423-3065

**Hospital Maternidade Carmela Dutra**

Rua Aquidabã, 1037 – Lins de Vasconcelos | Tel.: (21) 2269-5446

**Hospital Maternidade Oswaldo Nazareth – Maternidade Praça XV**

Praça XV de Novembro, 4 Fundos – Centro | Tel.: (21) 2507-6001

**Instituto Municipal da Mulher Fernando Magalhães (Referência:  
perto do Campo de São Cristóvão)**

Rua General José Crispino, 87 – S. Cristóvão | Tel.: (21) 2580-8343

**Maternidade Leila Diniz**

Estrada de Curicica, 2.000 – Jacarepaguá | Tel.: (21) 2445-2264

**Unidade Integrada de Saúde Herculano Pinheiro – Hospital  
Municipal Herculano Pinheiro**

Rua Andrade Figueira, s/n – Madureira | Tel.: (21) 3390-0180

**APOIO**



**DST/AIDS**  
MINISTÉRIO DA SAÚDE