



# AIDS E USUÁRIOS DE DROGAS INJETÁVEIS

**Tudo o que você precisa saber  
para se proteger**

## VOCÊ AINDA DÁ MOLEZA PARA A AIDS?

Muita gente ainda vacila na prevenção à aids. Acontece que isso é um grande erro, porque **essa doença não tem cura** e o risco de transmissão é maior do que você imagina. **Qualquer um – você, por exemplo – pode pegar o vírus da hepatite, o da sífilis ou o da aids, o HIV.** E, pela cara, não dá para dizer se alguém tem o HIV ou não. Então, vamos dizer o óbvio: **você tem mais é que evitar a aids.** O bom é que, com uma certa cautela, você previne não só a aids, mas também muitos outros problemas. Por isso, não arrisque. Aprenda a se cuidar. Faça o teste da aids.

### **ASSIM VOCÊ CORRE O RISCO DE SE INFECTAR**

- *Relação sexual sem camisinha*
- *Uso compartilhado de seringas e agulhas*
- *Entre os usuários de crack, o uso compartilhado de cachimbo*
- *Transfusão de sangue contaminado*
- *Durante a gravidez, no parto ou na amamentação (se a mãe tiver o vírus da aids, o HIV)*

## PONTOS PARA INJETAR



### ● Pontos seguros

- Veias dos braços e dos antebraços
- Veias das pernas

### ○ Pontos a considerar

- Pés (veias pequenas, muito frágeis, injeção dolorosa)

### ● Pontos perigosos

- Pescoço
- Rosto
- Abdômen
- Peito
- Sexo
- Coxas
- Pulsos

## OVERDOSE

Para evitar a overdose, preste atenção:

- **não misture álcool com outras substâncias.**  
O risco é muito maior;
- **não injete quando estiver sozinho.** Tente fazer isso com alguém por perto;
- **se estiver experimentando uma nova droga ou tiver mudado de fornecedor, divida em duas doses.**

### **E o que fazer quando alguém tem overdose?**

- **Não entre em pânico.** Fale com a pessoa, faça-a caminhar, dê uns beliscões... A questão é evitar que ela "apague".
- **Se a pessoa não estiver respirando, faça respiração boca a boca.**
- **Se a pessoa estiver inconsciente, deite-a de lado, com a cabeça para trás.**
- **Não deixe a pessoa sozinho.** Se realmente tiver de ir, tome cuidado para ela não se virar nem ficar de barriga para cima.
- **Chame a ambulância e diga o que a pessoa tomou.** E fique tranquilo: o sigilo médico protege tanto o usuário de drogas quanto você.

## **KIT REDUÇÃO DE DANOS**

Estão disponíveis kits com seringas, agulhas, garrotes, lenços anti-sépticos, preservativos, copo plástico e água para a mistura da droga. O objetivo é reduzir os danos à sua saúde.

Obs.: leia também as recomendações da seção "Cuidados Básicos para Quem se Injeta".



**PENSE SEMPRE NA SUA SEGURANÇA.**

## SEGURE A ONDA: USE CAMISINHA

Por mais que ele ou ela pareça bonito(a), saudável e limpo(a), não vacile. **Use camisinha em todas as relações sexuais.** Se você ainda não sabe, veja qual é o jeito certo de usar o preservativo:



1. Posha a camisinha quando o pênis estiver duro.



2. Aperte a ponta para o ar sair (é aí que o espermatozoide vai ficar).



3. Desenrole até embaixo.



4. Use lubrificante à base de água.



5. Tire a camisinha com o pênis ainda duro, tomando cuidado para não rasgar.



6. Use uma vez só. Dê um nó e jogue no lixo.

## **CUIDADOS BÁSICOS PARA QUEM SE INJETA**

Se você usa drogas injetáveis, precisa seguir algumas regras básicas. Por isso, dê uma olhada nas seguintes recomendações:

- *use sempre o seu próprio equipamento (seringa, agulha, água, colher, copo etc.). Todos esses instrumentos oferecem risco de contaminação;*
- *não compartilhe o local onde prepara a dose;*
- *não reutilize agulhas;*
- *use agulhas bem pequenas para se injetar;*
- *use pequenas quantidades de água para dissolver;*
- *limpe o local com álcool antes de aplicar;*
- *pressione o local aplicado com o polegar;*
- *não repita a dose com a mesma seringa;*
- *não repita a dose na mesma veia;*
- *tome cuidado ao descartar seu equipamento de injeção. Coloque os instrumentos (agulha, seringa etc.) numa lata de refrigerante vazia ou numa caixa segura, por exemplo;*
- *saiba que droga com impurezas pode causar infecção das válvulas do coração e dos vasos sanguíneos, feridas na pele e infecção generalizada;*
- *para fortalecer as veias, pressione com as mãos uma bolinha de borracha ou de papel. Repita sempre esse exercício.*



*Trabalhando em todo o Brasil*

DISQUE SAÚDE / PERGUNTE AIDS - 0800 61 1997  
[www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br)