

## Gravidez e contração

Muitas pessoas com VIH optam por manter relações sexuais com protecção, ou seja, utilizam preservativo quando praticam penetração com o seu parceiro. Este facto pode ter lugar por diversas razões, para além do desejo de proteger o parceiro da infecção pelo VIH. Os preservativos, de facto, oferecem protecção em relação a outras infecções de transmissão sexual (ITSs), além de que evitam possíveis reinfecções por vírus VIH resistentes aos medicamentos anti-retrovirais (ARVs)..

Muitas pessoas com VIH optam por manter relações sexuais com protecção, ou seja, utilizam preservativo quando praticam penetração com o seu parceiro. Este facto pode ter lugar por diversas razões, para além do desejo de proteger o parceiro da infecção pelo VIH.

Os preservativos, de facto, oferecem protecção em relação a outras infecções de transmissão sexual (ITSs), além de que evitam possíveis reinfecções por vírus VIH resistentes aos medicamentos anti-retrovirais (ARVs).

No caso das mulheres, uma outra consequência - às vezes não desejada - de manter relações sexuais sem protecção é a gravidez. A este propósito, conviria recordar que uma parte considerável das mulheres que, na actualidade, vivem com VIH, encontra-se em idade fértil.

Enquanto que a população em geral de mulheres que praticam sexo com homens terá que, nalgum momento, planificar as questões da contracepção e da gravidez, no caso das mulheres com VIH existem, além disso, outras necessidades mais específicas, relacionadas com a sua saúde e nomeadamente, com a transmissão do VIH.

Muitas mulheres com VIH e os seus parceiros podem estar, actualmente, a reconsiderar algumas decisões tomadas no passado sobre a sexualidade, as relações e a possibilidade de ter filhos. Por detrás dessa mudança de atitude poderíamos destacar o impacto positivo que a HAART (tratamentos ARVs de grande actividade) teve sobre a saúde de muitas pessoas com VIH, bem como a disponibilização dos meios efectivos para reduzir a taxa de transmissão do vírus da mãe para o filho.

Se é este o seu caso, e se deseja receber aconselhamento sobre estes temas, poderia ser-lhe útil visitar um especialista ou falar com outras mulheres com VIH que tenham passado por uma experiência semelhante

Entre as associações de apoio, destacamos:

Na Andalucía (Sevilla): ADHARA (Tel.: 954 981 603 / 687 245 264)	Creación positiva (Tel.: 934314548) <a href="http://www.creacionpositiva.net">www.creacionpositiva.net</a>
Nas Canàries (Tenerife): UNAPRO (Tel.: 922632971) <a href="http://www.unapro.org">www.unapro.org</a>	Em Navarra (Pamplona): SARE (Tel.: 948384149)
Na Catalunya (Barcelona): Actúa (Tel.: 934185000) <a href="http://www.actua.org.es">www.actua.org.es</a>	Na Euskadi (Bilbao): Asociación Itxarobide (Tel.: 944449250) <a href="http://www.itxarobide.com">www.itxarobide.com</a>

### Escolher o método contraceptivo

Planificar, se se quiser engravidar, quando e como se quer fazer, é um direito das mulheres e das pessoas em geral; pensar e dar-se a si própria tempo para escolher o melhor momento é fundamental para a saúde das mulheres. Por isso, pedir informação e assessoria constitui uma boa estratégia.

Pode obter informação sobre a escolha do método contraceptivo num Centro de Planificação Familiar ou de Saúde Sexual, num Centro de Cuidados Primários (Centro de Atención Primaria, ou CAP, em castelhano), na consulta do seu especialista em VIH, ou na Federação de Planeamento Familiar de Espanha (<http://www.fpfe.org>).

Caso tenha tido algum problema com o contraceptivo que utiliza, e queira solicitar o tratamento pós-coital conhecido como "pílula do dia seguinte", poderá dirigir-se às urgências do centro de saúde ou do hospital mais próximo, onde lha poderão receitar.

### Para além da saúde reprodutiva

Existe a possibilidade de que as mulheres cujas contagens de CD4s estejam abaixo das 200 células/mm<sup>3</sup> tenham ciclos menstruais muito longos ou muito curtos. No entanto, as mulheres que se encontram nas fases iniciais da infecção pelo VIH não têm mais probabilidades de apresentar alterações menstruais do que as mulheres sem VIH.

É recomendável que a escolha dos métodos contraceptivos seja uma escolha individualizada, sendo conscientes que os preservativos, por si sós, podem não proporcionar uma protecção suficiente em relação a uma futura gravidez. De entre as diferentes opções, sabemos que:

- não há evidências de que o DIU (dispositivo intra-uterino) seja menos eficaz, em termos de contracepção, em mulheres com VIH, ainda que possa aumentar o risco de anemia ou inflamação pélvica, que afectam as mulheres com VIH numa proporção elevada.
- Os inibidores da protease (IPs), grupo a que pertencem os fármacos Aptivus®, Crixivan®, Invirase®, Kaletra®, Norvir®, Prezista® e Telzir®, reduzem os níveis sanguíneos dos estrogénios contidos nos anti-ceptivos orais (ACOs). Por conseguinte, as



grupo de trabajo sobre  
tratamientos del VIH  
e-mail: [contact@gtt-vih.org](mailto:contact@gtt-vih.org)  
website: [www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

**POR FAVOR, FOTOCOPIALO Y HAZLO CIRCULAR**

Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut  
Pla Director d'Immigració



TROPICAL  
DISEASES

FUNDACIÓN  
RENTA

Subvencionado por:



Secretaría del Plan  
Nacional sobre el Sida

mujeres que tomen IPs e ACOs podrán necesitar de métodos anticonceptivos de apoyo.

- Por otro lado, los fármacos efavirenz (Sustiva®) e atazanavir (Reyataz®) aumentan los niveles del anticonceptivo oral etinilestradiol
- O anticonceptivo inyectable Depo-provera® e o implante Norplant® pueden ser afectados por interacciones con los IPs.
- Otros medicamentos, como la ampicilina (antibiótico), el cotrimoxazol (ver *InfoVIHtal #23: Cotrimoxazol*) e la rifampicina (antituberculoso) pueden interactuar con los anticonceptivos orales, por lo que es recomendable que procure previamente asesoramiento junto a su médico VIH o a su farmacéutico(a).

## Planear a gravidez

Quando um dos membros do casal vive com VIH e se está a pensar na possibilidade de ter um filho, é possível

encontrar métodos "alternativos" para proteger da infecção a pessoa não infectada. Uma mulher com VIH com um homem sem VIH pode optar por conceber por inseminação artificial, introduzindo o sêmen na vagina sem relação sexual (por exemplo, com uma espécie de seringa especial).

Por outro lado, uma mulher sem VIH com um homem com VIH pode optar por uma técnica chamada "lavagem de esperma" (ver *InfoVIHtal # 42: Lavagem de esperma*), mediante a qual se centrifuga o sêmen em laboratório com o fim de separar o vírus.

É fortemente recomendável incluir o seu médico e o resto da equipa de saúde que o(a) atende nos seus planos de gravidez, sobretudo se está a tomar medicamentos ARVs. Prevenir a transmissão do VIH da mãe ao filho(a) implica a utilização de tratamento ARV.

Planear a gravidez com tempo pode ajudá-la a garantir que as decisões que se tomem sobre a terapêutica sejam as melhores para a sua saúde e a do seu filho(a) (ver *InfoVIHtal #43: Transmissão mãe-filho*).



grupo de trabajo sobre  
tratamientos del VIH  
e-mail: [contact@gtt-vih.org](mailto:contact@gtt-vih.org)  
website: [www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

**POR FAVOR, FOTOCOPIALO Y HAZLO CIRCULAR**

 Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut  
Pla Director d'Immigració



FUNDACIÓN  
**RENATA**

Subvencionado por:



Secretaría del Plan  
Nacional sobre el Sida