



EM PRIMEIRO LUGAR
ESTÁ O PRESERVATIVO.

*IN POLE POSITION:
THE CONDOM.*





O QUE É PRECISO SABER SOBRE A SIDA NO LUXEMBURGO.

- NÃO, a infecção do HIV não está em regressão no Luxemburgo. Desde à 2 anos, contamos ainda e aproximadamente sessenta novas infecções por ano.
- NÃO, o HIV/a SIDA não podem ser curados com os novos tratamentos.
- NÃO, a SIDA não é somente um problema dos países africanos.
- SIM, a SIDA permanece uma séria ameaça no Luxemburgo.

A ÚNICA PROTECÇÃO: O PRESERVATIVO

Para estar bem protegido, utilize sempre um preservativo aquando das relações sexuais fora de uma relação baseada na fidelidade mútua. Se consumir drogas, utilize sempre seringas esterilizadas e não as troque com outras pessoas.



WHAT YOU NEED TO KNOW ABOUT AIDS IN LUXEMBOURG

- *NO, cases of HIV infection are not decreasing in Luxembourg. During the last two years we recorded even sixty new infections per year.*
- *NO, HIV/AIDS cannot be cured by the new treatments available.*
- *NO, AIDS isn't just a problem in African countries.*
- *YES, AIDS is still a serious threat in Luxembourg.*

YOUR ONLY PROTECTION: USE A CONDOM

Always use a condom in your sexual relations outside a relationship based on mutual fidelity, to ensure you're well protected. If you take drugs, always use sterile syringes and never share them.

OS MODOS DE TRANSMISSÃO DA SIDA

HOW AIDS IS TRANSMITTED

1. VIDA QUOTIDIANA

O vírus da SIDA não se transmite por nenhum gesto da vida quotidiana .

NÃO

Sauna, piscina, casa de banho

- viver, trabalhar, praticar desporto com uma pessoa seropositiva.

Cumprimentar com apertos de mão, beijar

- cumprimentar com apertos de mão, beijar, acariciar uma pessoa seropositiva.

Loiça

- partilhar as refeições, a loiça, os pratos, lavar a roupa de uma pessoa seropositiva.

NÃO

Transmissão pelo ar

Impossível de se infectar, mesmo que alguém tussa ou espirre.

NÃO

Picadas de insectos

Os insectos não podem transmitir o vírus do HIV.



1. DAILY LIFE

The AIDS virus is not transmitted by any acts in daily life.

NO

Saunas, swimming pools, bathrooms and toilets

- living, working and playing sports with an HIV-positive person.

Hands, kissing

- shaking hands, kissing and caressing an HIV-positive person.

Crockery

- sharing meals, crockery and cutlery with an HIV-positive person and washing her/his laundry.

NO

Transmission through the air

It's impossible to become infected, even if someone coughs or sneezes.

NO

Insect bites

Insects cannot transmit the HIV virus.

2. DOMÍNIO MÉDICO

2. THE MEDICAL FIELD

NÃO

Dar sangue

Dar sangue não comporta nenhum risco.
O material utilizado é esterilizado e de uso único.



NO

Giving blood

There is no risk in giving blood. The material used is sterile and for single use only.

NÃO mas

Transusão de sangue

As medidas de precaução tomadas devem ser extremas (esterilização dos produtos derivados do sangue, despistagem sistemática dos doadores de sangue).



NO but

Blood transfusions

The precautions taken must be of the highest level (sterilisation of derived blood products and automatic screening of blood donors).

NÃO mas

Cuidados com os dentes, acupuntura, tatuagens, piercing, Pedicura

Não há riscos desde que as medidas de higiene e de esterilização sejam respeitadas.



NO but

Dental care, acupuncture, tattooing, piercing and pedicure

There is no risk when hygiene and sterilisation measures are respected.

3. PARTILHA DE SERINGAS

3. SHARING SYRINGES

SIM

O risco é considerável.
Os vírus da SIDA, da hepatite B e C podem permanecer presentes e activos nos restos de sangue contidos numa seringa ou numa agulha. A partilha deve ser evitada a todo o custo. A seringa deve ser esterilizada e não deve ser utilizada mais de uma vez.



YES

There is a very high risk. The AIDS and hepatitis B and C viruses can be present and active in the blood residues contained in a syringe or needle. Absolutely never share. The syringe must be sterile and used once only.

4. TRANSMISSÃO MÃE-FILHO

SIM

A contaminação do bebê pode ocorrer durante a gravidez, no parto ou durante a amamentação.



YES

The child can be infected during pregnancy, birth or breast-feeding.

5. PRÁTICAS SEXUAIS

NÃO

Preliminares

Beijos, carícias e masturbação não oferecem riscos.



NO

Preliminaries

Kissing, caressing and masturbation are risk-free.

SIM

Penetração vaginal

Uma única relação pode contaminar. É desde logo essencial usar sistematicamente um preservativo.



YES

Vaginal penetration

A single act of intercourse can lead to infection. It is therefore essential to always use a condom.

SIM

Penetração anal

Uma única relação pode contaminar e é de longe a prática sexual mais arriscada. É desde logo essencial usar sistematicamente um preservativo acompanhado de um lubrificante à base de água.



YES

Anal penetration

A single act of intercourse can lead to infection, and this is the sexual practice with by far the highest risk. It is therefore essential to always use a condom together with a water-based lubricant.

SIM**Fellatio**

Quando sémen ou esperma entram em contacto com as mucosas da boca, o risco é reduzido, mas existente. É melhor utilizar um preservativo ou ter o cuidado de não receber secreções na boca.

**YES****Fellatio**

There is a slight risk of infection – but a risk nevertheless – when the semen or sperm comes into contact with the mucous membrane of the mouth. It is best to use a condom or take care not to receive any secretions in the mouth.

NÃO mas**Cunnilingus**

Não existe risco de transmissão a não ser que o parceiro apresente lesões na boca ou no caso em que a parceira esteja menstruada.

**NO but****Cunnilingus**

There is only a risk of transmission if the partner has lesions in the mouth or the partner is menstruating.

NÃO mas**Anulingus**

Não existe risco de transmissão a não ser no caso em que os parceiros apresentem lesões a nível das mucosas em contacto (boca e ânus).

**NO but****Analingus**

There is only a risk of transmission when the partners have lesions of the mucous membranes that come into contact (mouth and anus).

ONDE FAZER UM TESTE? WHERE TO GET A TEST

**Centre Hospitalier
du Luxembourg**
Département des Maladies Infectieuses
4, rue Barblé
L-1210 Luxembourg
Tél.: 4411 3091

Laboratoire National de Santé
42, rue du Laboratoire
L-1911 Luxembourg
Tél.: 49 11 91-339

ONDE OBTER INFORMAÇÕES E PEDIR AJUDA? WHERE TO GET INFORMATION AND HELP

Direction de la Santé
Division de la Médecine
Préventive
Villa Louvigny 1 Allée Marconi
L-2120 Luxembourg
Tél.: 247-85560

Aidsberodung
(Stop Aids now asbl)
94, Bd Général Patton
L-2316 Luxembourg
Tél.: 40 62 51
www.croix-rouge.lu
e-mail: info@aids.lu

Onofhängeg Aidshëllef
23, rue des Etats-Unis
L-1477 Luxembourg
Tél.: 49 81 94/691 186 276

Planning Familial
4, rue G. C. Marshall
L-2181 Luxembourg
Tél.: 48 59 76

Planning Familial
12, rue de l'Alzette
L-4010 Esch/Alzette
Tél.: 54 51 51

Planning Familial
18, avenue J.F. Kennedy
L-9053 Ettelbruck
Tél.: 81 87 87

Jugend an Drogenhëllef
93, rue d'Anvers
L-1130 Luxembourg
Tél.: 49 10 40-1

Jugend an Drogenhëllef
Lëtzebuerg asbl
11, rue St-Vincent
L-4344 Esch/Alzette
Tél.: 54 54 44

SIDAIDSIDA

**COMITÉ DE SURVEILLANCE
DU SIDA**



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Direction de la Santé
Division de la Médecine préventive