

INGLÉS
ENGLISH

FRANÇÉS
FRANÇAIS

RUMANO
ROMÂNĂ

WOLOF
WOLOF

RUSO
РУССКИЙ

CASTELLANO
ESPAÑOL

PORTUGUÊS

VH

EDIÇÃO 2025

InfoVHtal

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL **VH**

Mulheres migrantes e prevenção do VH: O que debes saber

gt grupo de
trabajo sobre
tratamientos del VH
ENTIDAD DECLARADA DE
UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO



VH



Mulheres migrantes e prevenção do VIH: O que deves saber

01 Por que é importante?

O que é que deverias saber e fazer hoje?

02 Cuida da tua saúde: acede à informação e aos recursos

03 Tem em conta os teus direitos

04 Que barreiras é que podes encontrar?

05 Conselhos úteis



01

Por que é importante?

Se fores uma mulher migrante, é fundamental conheceres os riscos e as formas de proteger a tua saúde contra o VIH.

As mulheres migrantes muitas vezes enfrentam situações de maior vulnerabilidade, como mudança de país, barreiras no acesso à saúde, discriminação ou desconhecimento dos recursos disponíveis. **Estas circunstâncias podem aumentar os riscos e dificultar a prevenção.**

O que é que
deverias
saber e
fazer hoje?

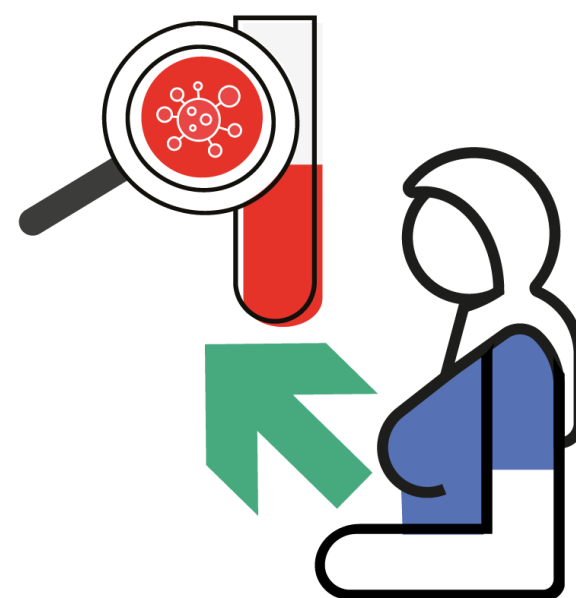


02

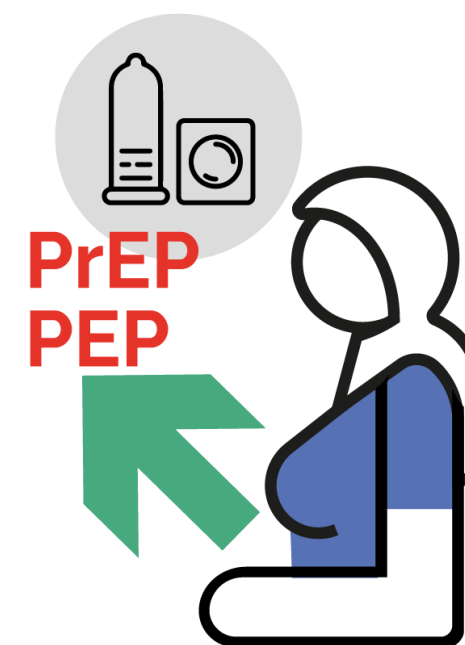
Cuida da tua saúde: accede à informação e aos recursos



Pede informação clara: **Informa-te sobre o VIH, como se transmite e como te podes cuidar. Pergunta sem medo** ao profissional de saúde que te estiver a seguir ou dirige-te a um centro comunitário que te possa facultar essa informação.



Solicita o teste do VIH: Podes aceder ao teste de modo gratuito e confidencial na maioria dos centros de saúde e centros comunitários de saúde sexual.



Conhece os métodos de prevenção: existem diversas formas de proteger a tua saúde sexual, como os diferentes tipos de preservativos, a profilaxia pré-exposição (PrEP) e/ou a profilaxia pós-exposição (PEP).

03

Tem em conta os teus direitos



Tens direito à saúde, sem importar a tua situação migratória. Podes receber cuidado médico, solicitar o teste do VIH e aceder ao tratamento caso o necessites.



A confidencialidade é obrigatória: Ninguém pode revelar a tua informação médica sem a tua autorização.



Podes aceder ao **cuidado ginecológico e aos recursos de planeamento familiar.**



04

Que barreiras é que podes encontrar?



Barreiras idiomáticas: Se não falares bem o idioma, **pede ajuda para que te dêem informação num idioma que compreendas.**



Desinformação e medo: Se tiveres dúvidas, procura informação fiável ou **dirigi-te a organizações de apoio** a mulheres migrantes e pessoas com o VIH.

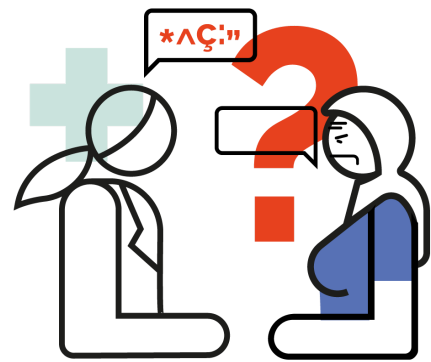


Discriminação: Se sentires que te discriminam no que respeita aos teus cuidados de saúde, procura assessoramento legal ou apoio em associações locais.



04

¿Qué barreras puedes encontrar?



Barreras idiomáticas:

Si no hablas bien el idioma, **pide ayuda para que te den información en un idioma que comprendas.**



Desinformación y miedo:

Si tienes dudas, busca información fiable o **acércate a organizaciones de apoyo** a mujeres migrantes y personas con el VIH.

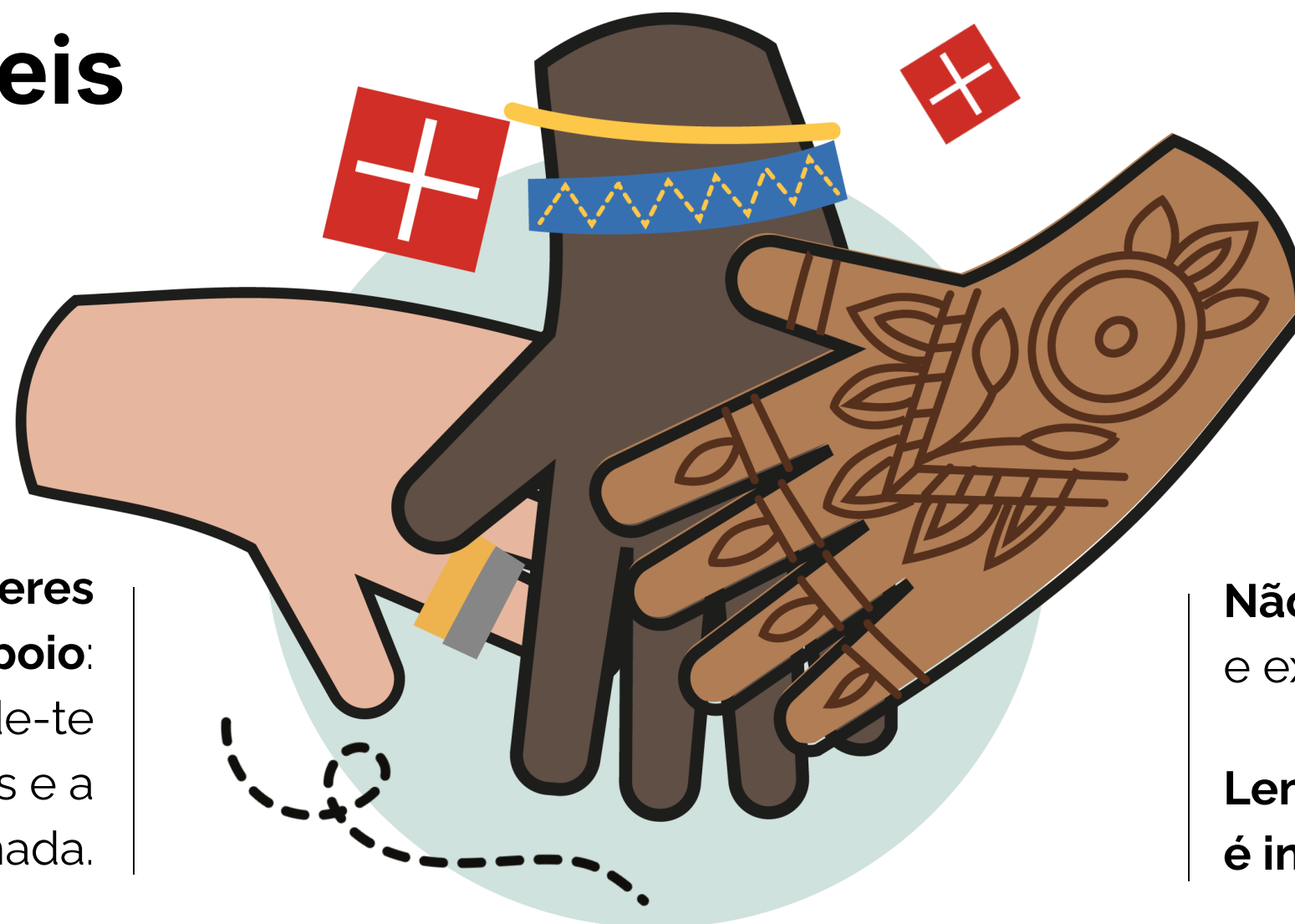


Discriminación: Si sientes que te discriminan en tu atención sanitaria, **busca asesoramiento legal o apoyo en asociaciones locales.**



05

Conselhos úteis



Aproxima-te de outras mulheres migrantes ou de redes de apoio: partilhar experiências pode-te ajudar a resolver dúvidas e a sentires-te acompanhada.

Não te isoles: a saúde é um direito, e existem recursos pensados para ti.

Lembra-te de que o primeiro passo é informares-te e cuidares de ti.

A prevenção começa por te conheceres, protegeres e exigires os teus direitos.
Não estás sozinha: existem recursos e pessoas que te podem ajudar no caminho.





Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios.

La información médica puede quedar desactualizada con rapidez. Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

SUBVENCIONA



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Diputació
Barcelona

Àrea d'Igualtat
i Sostenibilitat Social



Ajuntament de Barcelona

COLABORA



VH