5

Combine um acompanhamento possível

Explique se os horários, o transporte ou a falta de telefone dificultam o regresso. Peça um próximo passo que consiga dar.

[8]

6

Se houver mau trato, procure apoio

Uma organização comunitária, uma equipa de redução de danos ou uma pessoa de confiança pode ajudar a pensar no que fazer. Dê prioridade à sua segurança.

[8]

Informação com fontes

[3] SEISIDA · Palabras VIHsibles (2023)

[4] ONUSIDA / UNAIDS · Terminology (2024)

[8] OMS / WHO · Key populations (2022)

Adaptação informativa de estigma.info. As frases de apoio são propostas práticas, não citações nem aconselhamento jurídico. Citar as fontes não implica o seu aval.

Bibliografia completa e versão HTML

estigma.info

Informação geral: info@estigma.info

Não envie diagnósticos nem documentos pessoais para este endereço.

Responsável: Pablo Ryan · SEISIDA · IFMSA-Spain · UCM

Revisão profissional, comunitária e linguística pendente.

Edição: 27/09/2026

MOBHOPE
WP3

A sua saúde importa. A sua voz também.

Cuidados sem juízos de valor para pessoas que usam drogas.

Já o julgaram antes de o ouvir?

Usar drogas não define quem é. O estigma pode dificultar a procura de apoio. Merece informação clara, escuta e respeito, mesmo que hoje não queira ou não consiga mudar o seu consumo.

Português · estigma.info

1

A sua história vai além do consumo

Um rótulo como «toxicodependente» não descreve as suas necessidades. Pode pedir que o tratem como pessoa e que ouçam o que o preocupa.

[3, 4]

2

Peça apoio sem juízos de valor

Informe-se sobre redução de riscos e danos e apoio de saúde ou social. A ajuda deve centrar-se nas suas necessidades, sem censuras.

[8]

Reconhecer · compreender · agir

3

Falar de saúde não é dar explicações a todos

Pergunte de que dados a equipa precisa e quem pode consultá-los. Peça um local privado para falar do consumo ou da sua saúde.

[3, 8]

4

Conheça as opções disponíveis

Pode perguntar por material de injeção estéril, prevenção de sobredosagem, testes ou tratamento. A oferta depende do serviço; peça informação concreta.

[8]

Um passo que faça sentido para si.

O respeito não se conquista deixando de consumir. As equipas também devem rever as barreiras que dificultam os cuidados.

Pode dizer: «Preciso de ajuda com isto, sem que me julguem».

Ligação ao MOBHOPE · WP3: estigma e dignidade humana

MOBHOPE
WP3