

# Saúde sexual e Infecções Sexualmente Transmissíveis



Fundo de População  
das Nações Unidas

## **EXPEDIENTE**

Essa cartilha foi produzida pelo Fundo de População das Nações Unidas - UNFPA

### **REPRESENTANTE DO UNFPA NO BRASIL**

Astrid Bant

### **REPRESENTANTE AUXILIAR DO UNFPA NO BRASIL**

Junia Quiroga

### **REDAÇÃO**

Ana Spiassi, Brunely Galvão, Pedro Sibahi

### **COORDENAÇÃO EDITORIAL**

Pedro Sibahi

### **SUPERVISÃO EDITORIAL**

Rachel Quintiliano

### **DESIGN GRÁFICO**

Sintática

### **TRADUÇÃO**

Ercílio Carneiro

**Novembro de 2020**



Fundo de População  
das Nações Unidas

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) estão entre os problemas de saúde pública mais comuns em todo o mundo, com uma estimativa de 376 milhões de casos novos por ano (OMS, 2019). As IST são transmitidas, principalmente, por contato sexual sem o uso de camisinha com uma pessoa que esteja infectada. Algumas IST podem não apresentar sintomas, tanto no homem quanto na mulher. Por isso, mesmo fazendo sexo com uso de preservativo, é recomendado procurar o serviço de saúde para testagem no mínimo uma vez ao ano. Essas infecções, quando não diagnosticadas e tratadas a tempo, podem evoluir causando outros problemas de saúde. O tratamento das IST quebra a cadeia de transmissibilidade e impede a deterioração da saúde.

## **O que são Infecções Sexualmente Transmissíveis**

O termo Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) abrange patologias de transmissão predominantemente sexual e passou a ser adotado em substituição à expressão Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST), porque destaca a possibilidade de uma pessoa ter e transmitir uma infecção, mesmo sem sinais e sintomas.

## Quais as causas das IST?

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) são causadas por vírus, bactérias e protozoários. Estes agentes infecciosos encontram-se nos fluidos corporais, como sangue, esperma e secreções vaginais.

As manifestações mais frequentes são feridas, corrimentos, bolhas, verrugas, dor pélvica e ardência ao urinar.

### O que facilita a transmissão:



Não utilização de preservativos (camisinha);



Ferimentos que sangram em locais de contato sexual;



Demora em buscar apoio médico caso tenha algum sintoma ou após ter relações desprotegidas.

# Conheça as principais IST

## HIV e Aids

HIV é uma sigla para o vírus da imunodeficiência humana, que pode levar à Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS). Uma das principais formas de transmissão do HIV é o sexo sem preservativo. Além disso, o vírus pode ser transmitido pelo sangue (gestação, parto, uso de drogas injetáveis, transfusões e transplantes) e pelo leite materno, se a mãe for positiva para HIV. A partir do momento em que a pessoa é infectada, ela tem a capacidade de transmitir o HIV. A presença de outras Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) favorecem a transmissão do HIV.

### Como NÃO se transmite o HIV

Masturbação a dois, beijo no rosto ou na boca, suor, lágrima, picada de inseto, aperto de mão ou abraço, sabonete, toalha, lençóis, talheres, copos, assento de ônibus, piscina, doando sangue ou pelo ar não são formas de transmitir o HIV.





## Faça seu teste!

O diagnóstico da infecção pelo HIV é feito a partir da coleta de sangue ou de fluido oral. No Brasil, há exames laboratoriais e testes rápidos que detectam os anticorpos contra o HIV e o resultado é conhecido no mesmo dia. Estes testes são realizados gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS), nas unidades da rede pública e nos Centros de Testagem e Aconselhamento (CTA).



## ATENÇÃO

É dever do profissional manter sigilo sobre o diagnóstico, de acordo com a decisão da pessoa que testou positivo.



## Tratamento

O tratamento do HIV é feito com medicamentos antirretrovirais (ARV), que servem para impedir a multiplicação do vírus no organismo. Esses medicamentos impedem o enfraquecimento do sistema imunológico e no Brasil são distribuídos gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde. Seguir corretamente o tratamento com os medicamentos antirretrovirais é fundamental para aumentar a qualidade de vida das pessoas que vivem com HIV e reduzir o número de internações e infecções por doenças oportunistas.



## Herpes

O herpes simples é um dos diversos tipos de herpesvírus. Essa infecção viral é muito contagiosa e é transmitida pelo contato direto com feridas (bolhas ou úlceras).

Há dois tipos de vírus do herpes simples:

- HSV-1: causa ulcerações nos lábios (herpes labial)
- HSV-2: causa da herpes genital

É importante saber que depois da primeira infecção, o HSV, da mesma forma que qualquer vírus, permanece inativo (dormente ou latente) no organismo por toda a vida e pode reaparecer.



### Sintomas

Na infecção primária, os casos de herpes genital se manifestam com o aparecimento de bolhas minúsculas e dolorosas na região genital e/ou anal, acompanhadas de febre, mal-estar e dificuldade em urinar. A característica mais conhecida é a dor intensa.



Na fase de reativação, a herpes genital se caracteriza por bolhas na mesma área da pele afetada em episódios anteriores, acompanhadas de formigamento local, desconforto, coceira ou dor e ínguas na virilha.



## Diagnóstico

Diagnóstico a partir do exame físico: o/a profissional de saúde observa as características das lesões e prescreve o tratamento



## Tratamento

O tratamento visa alívio dos sintomas e resolução mais rápida das lesões, sendo feito com pomadas e comprimidos.



## Hepatites B e C

As hepatites são inflamações do fígado decorrentes de infecção por vírus. No Brasil, as hepatites virais mais comuns são causadas pelos vírus dos tipos B e C.

A Hepatite B é transmitida durante o sexo desprotegido, pelo esperma e pela secreção vaginal, ou pelo contato com sangue.

A transmissão do vírus da Hepatite C ocorre, principalmente, pelo contato com sangue. A transmissão sexual é pouco frequente. Essa variedade de hepatite não possui vacina.



### Sintomas

As hepatites são doenças silenciosas que nem sempre apresentam sintomas. Quando estes aparecem, podem ser: pele e olhos amarelados, cansaço e mal-estar, dor abdominal, febre, tontura, enjoo e vômitos, urina escura (cor de coca-cola) e fezes claras (branca ou amarela).



### Diagnóstico

O diagnóstico é feito por exames de sangue. Para saber se há a necessidade de realizar exames que detectem as hepatites, observe se você já se expôs a

algumas dessas situações:



Se praticou sexo desprotegido;



Se compartilhou seringas, agulhas, lâminas de barbear, alicates de unha e outros objetos que furam ou cortam;



Transmissão de mãe para o filho durante a gravidez e o parto.



## Tratamento

A Hepatite B não tem cura. O Sistema Único de Saúde disponibiliza gratuitamente a vacina, assim como o tratamento que reduz o risco de progressão da doença, pois ela pode ser muito agressiva.

A Hepatite C não possui vacina, mas pode ser curada. O tratamento também é disponibilizado pelo SUS.

É recomendado que toda mulher grávida faça os exames para detectar as hepatites B e C, para evitar a transmissão de mãe para filho. Em caso de resultado positivo, é necessário seguir todas as recomendações médicas.

## HPV

O HPV (sigla que está em inglês e significa Papilomavírus Humano) é um vírus que infecta tanto mucosas (boca, genitais, ânus) quanto a pele. Contém vários subtipos conhecidos e para cada um há diferentes sintomas, que vão desde lesões de pele e mucosas, até câncer.



### Sintomas

É uma doença que pode levar meses ou anos para se manifestar ou nunca apresentar sintomas. Os principais sinais clínicos do HPV são verrugas que podem acometer a vulva, vagina, colo do útero, região perianal, ânus, pênis, bolsa escrotal, e região pubiana. Popularmente, algumas dessas lesões são conhecidas como “crista de galo”, “figueira” ou “cavalo de crista”. Podem adquirir diversas formas e tamanhos. Geralmente são assintomáticas mas pode haver coceira local. Os tipos de vírus que causa verrugas não são os mesmos associados a câncer de colo do útero.

A maioria das pessoas não apresenta sintomas para o HPV, mas quando eles surgem, acontece entre 2 e 8 meses após a infecção, ou depois de muitos anos.

A queda de imunidade, como na gravidez e no caso de doenças auto imunes, é o momento mais propício ao surgimento das lesões.



## Diagnóstico

Realizado por meio de exame físico.

Para diagnosticar lesões, você pode ser examinado/a por um/a enfermeiro/a, ginecologista, urologista ou dermatologista.

O exame de Papanicolau/citologia só detecta lesões pré-cancerígenas induzidas por outros tipos de HPV.



## Tratamento

O tratamento consiste no uso de ácidos ou pomadas para redução das lesões e auxílio na recuperação da imunidade da pessoa afetada.

## Sífilis

A sífilis é uma Infecção que acomete exclusivamente o ser humano e possui diferentes estágios: sífilis primária, secundária, latente e terciária. É causada pela bactéria *Treponema Pallidum*, quando existe contato sexual sem camisinha com uma pessoa infectada. Isso reforça a necessidade do uso de preservativo durante relações sexuais.



### Sintomas

Os sinais e sintomas da Sífilis costumam variar segundo cada estágio.

- Primária: Apresenta-se na forma de uma ferida avermelhada e saltada, geralmente única, no local de entrada da bactéria (pênis, vagina, colo uterino, ânus, boca, ou outros locais da pele), normalmente é indolor e não coça. Aparece entre 10 e 90 dias após o contágio.
- Secundária: Podem ocorrer manchas no corpo, abrangendo palmas das mãos e plantas dos pés. Aparece entre seis semanas e seis meses após a cicatrização da ferida inicial.
- Latente: Neste período não se apresenta nenhum sinal ou sintoma.

- Terciária: Pode surgir entre 1 e 40 anos depois do início da infecção. Costuma apresentar lesões cutâneas, ósseas, cardiovasculares e neurológicas muito graves e incapacitantes.



## Diagnóstico

O diagnóstico é feito através do teste rápido de sífilis, que está disponível gratuitamente no Sistema Único de Saúde do Brasil. Caso o resultado do teste seja positivo, uma amostra de sangue deverá ser coletada e encaminhada para realização de um teste laboratorial, para confirmar o diagnóstico e estabelecer o seguimento.



## Tratamento

O tratamento é feito por um médico após a avaliação, sendo a penicilina benzatina (benzetacil) a medicação ideal. É necessário que todos os parceiros sexuais da pessoa infectada realizem o tratamento.



## Sífilis Congênita

A Sífilis também pode ser transmitida da mãe para o bebê durante a gestação ou no momento do parto. É importante que a mulher grávida esteja consciente da sua saúde, pois esta doença pode causar graves lesões no bebê (cegueira, problemas neurológicos etc)

## Cancro Mole

É causado pela bactéria *Haemophilus ducreyi*, sendo mais frequente em países tropicais.

É transmitido pela relação sexual com uma pessoa infectada sem o uso do preservativo externo ou interno.

Os sinais e sintomas mais frequentes são feridas múltiplas e dolorosas de tamanho pequeno, com presença de pus, que aparecem com frequência nos órgãos genitais. Podem aparecer nódulos (caroços ou ínguas) na virilha.



### Diagnóstico e tratamento

Ao se observar qualquer sinal ou sintoma de cancro mole, a recomendação é procurar um serviço de saúde. O tratamento é feito com uso de antibióticos.

## Gonorréia e Clamídia

São IST causadas por bactérias (*Neisseria gonorrhoeae* e *Chlamydia trachomatis*, respectivamente). Na maioria das vezes estão associadas, causando a infecção que atinge os órgãos genitais, a garganta e os olhos.



Os sintomas causados por essas bactérias também podem ser provocados por outras bactérias menos frequentes, como Ureaplasmas e Mycoplasmas.

É muito comum que as infecções causadas por essas bactérias sejam assintomáticas na maioria dos casos. A falta de sintomas leva as mulheres a não procurar tratamento para essas infecções, que podem se agravar quando não tratadas, causando Doença Inflamatória Pélvica (DIP), infertilidade (dificuldade para ter filhos), dor durante as relações sexuais, gravidez nas trompas, entre outros danos à saúde.



## **Diagnóstico e tratamento**

O sintoma mais comum é dor ao urinar ou no baixo ventre (pé da barriga), corrimento amarelado ou claro fora da época da menstruação, dor ou sangramento durante a relação sexual.

A maioria das mulheres infectadas não apresenta sinais ou sintomas.

Os homens podem apresentar ardor e esquentamento ao urinar, podendo haver corrimento ou pus, além de dor nos testículos.

O tratamento é feito por meio de antibióticos.

## Como evitar Infecções Sexualmente Transmissíveis

Somente com o uso de preservativos é possível se prevenir das Infecções Sexualmente Transmissíveis, pois eles criam uma barreira física que impede a transmissão. Existe um modelo de preservativo para pênis e outro para vagina.

### Preservativo externo (para o pênis)

O preservativo externo é uma capa fina de borracha (látex ou nitrilo) que cobre o pênis antes de cada relação sexual. Funciona como depósito de esperma e impede que o líquido seja depositado na vagina ou ânus, evitando a gravidez, assim como a transmissão de Infecções Sexualmente Transmissíveis.

Esse método é disponibilizado pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Caso você não saiba onde encontrá-lo, ligue para o 136.

**Outros nomes do preservativo externo: camisinha, capa, quantô, camisa-de-vênus, gorro**





## Desfazendo mitos

Os preservativos externos são projetados para ser seguros, possuem capacidade elástica e são testados eletronicamente após a fabricação. Eles não se rompem sozinhos, se forem manuseados corretamente e utilizados dentro do período de validade.

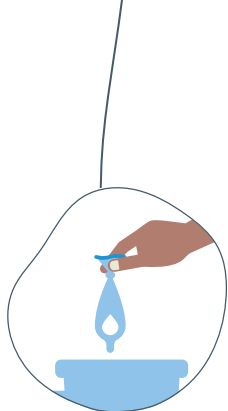
Os preservativos não tornam o homem estéril, impotente ou fraco. Não diminuem o desejo sexual do homem. Não se perdem dentro do corpo da mulher. Não têm furos. Os preservativos, tanto externo quanto interno, podem ser utilizados no sexo vaginal e anal.

## Como colocar o preservativo externo

1. Abra a embalagem com cuidado, nunca com os dentes, para não furar a camisinha. Coloque a camisinha somente quando o pênis estiver duro, antes de iniciar qualquer contato entre genitais e/ou ânus.

2. Desenrole a camisinha até a base do pênis, mas antes aperte a ponta para retirar o ar. Só use lubrificantes à base de água, não utilize vaselina, hidratantes e lubrificantes à base de óleo.

3. Após a ejaculação, retire a camisinha com o pênis ainda duro, fechando com a mão a abertura para evitar que o esperma vazze. Caso identifique qualquer furo ou rasgo, considere o risco de gravidez e IST.



4. Dê um nó na camisinha e jogue-a no lixo. Nunca use uma camisinha mais de uma vez e nunca utilize dois preservativos ao mesmo tempo. Usar a camisinha duas vezes não previne contra doenças e gravidez.

### Dicas sobre o uso do preservativo externo

- Desenrole o preservativo somente quando estiver colocado na ponta do pênis. Nunca antes!
- Não use uma camisinha se estiver ressecada ou muito grudada.
- Troque o preservativo se for trocar o local da penetração, por exemplo, se passar de sexo anal para vaginal.

## Preservativo de uso interno



É uma capa de material plástico, mais fino que o látex da camisinha externa, com anel interno e externo, ambos flexíveis. Pode ser colocado até oito horas antes da relação.

Pode ser utilizado por mulheres e homens alérgicos ao látex. O preservativo evita a gravidez, assim como a transmissão de Infecções Sexualmente Transmissíveis como HIV, hepatites virais e outras.

### Como colocar o preservativo interno



1. Abra a embalagem com cuidado, sem usar os dentes, para não danificar o preservativo. Lembre-se sempre de verificar a validade antes de utilizar.



2. Com os dedos, faça uma pressão no meio do anel de silicone localizado dentro do preservativo, de forma a aproximar as bordas formando um oito. Mantenha este formato para facilitar a entrada do preservativo na vagina ou ânus.



3. Introduza o preservativo com calma, de preferência sem tensionar a vagina ou o ânus. No caso de relação anal, o anel interno pode ser retirado após a introdução do preservativo.



4. Após a ejaculação, retire o preservativo com o auxílio das mãos, de dentro da vagina ou ânus, com o pênis ainda duro e dentro do preservativo. Verifique se não há nenhum furo ou rasgo no preservativo após o uso. Jogue-o no lixo adequadamente.

## Perguntas e Respostas sobre Preservativo Interno

### 1. O preservativo interno é difícil de usar?

Não, basta treinar. Inclusive o preservativo interno possibilita que a pessoa tenha mais controle sobre o momento da colocação.

### 2. Os preservativos internos podem prevenir com a mesma eficácia tanto a gravidez quanto as IST?

Sim. Os preservativos internos oferecem dupla proteção, tanto para prevenir a gravidez quanto as IST (entre elas o HIV), se usados de forma consistente e correta. Eles também oferecem a mesma proteção de barreira que os preservativos externos.

### 3. Qual é a melhor maneira de se certificar que o pênis está entrando no preservativo e não fora dele?

Para evitar o uso incorreto, o homem ou a mulher deve guiar cuidadosamente o pênis, colocando a cabeça (glândula) dentro do anel externo do preservativo. Olhe a colocação, é o melhor jeito! O pênis não deve ficar entre a parede da vagina e o preservativo.



#### **4. O preservativo interno pode ser usado quando a pessoa está menstruada?**

Sim. Contudo, não pode ser usado juntamente com um absorvente interno ou coletor menstrual. O absorvente ou coletor deve ser retirado antes de se colocar um preservativo.

#### **5. O preservativo interno não é grande demais para ser confortável?**

Não. Os preservativos internos têm o mesmo comprimento dos preservativos externos, só que são mais largos. São muito flexíveis e adequados ao formato da vagina.

#### **6. Um preservativo interno pode se perder dentro do corpo da pessoa?**

Não. Tanto o preservativo externo quanto o interno, caso entre na vagina da pessoa, permanece no canal vaginal até que ela o retire de lá.

#### **7. O preservativo interno pode ser usado em diferentes posições sexuais?**

Sim. O preservativo interno pode ser utilizado em qualquer posição sexual, inclusive no sexo anal.

## Profilaxia pré-exposição (PREP) e profilaxia pós exposição (PEP)

Profilaxia são medicações usadas para evitar a contaminação por HIV, mesmo antes ou depois de relações desprotegidas.

- PREP - A profilaxia pré-exposição é destinada prioritariamente a pessoas transexuais, gays, homens que fazem sexo com homens e profissionais do sexo.
- PEP - A profilaxia pós-exposição é realizada por 28 dias em casos de violência sexual, relação sexual desprotegida (sem o uso de camisinha ou com rompimento da camisinha) ou acidente ocupacional (com instrumentos perfurocortantes ou contato direto com material biológico).

Para ter acesso à PREP ou à PEP, é necessário buscar o Sistema Único de Saúde (SUS), nas unidades da rede pública e nos Centros de Testagem e Aconselhamento (CTA).

