

Cartilha do
IST/AIDS





Você sabe por que o termo DST (Doenças Sexualmente Transmissíveis) foi substituído por IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis)? IST destaca a possibilidade de uma pessoa ter e transmitir uma infecção, mesmo sem sinais e sintomas. Se não tratadas adequadamente, podem provocar diversas complicações e levar a pessoa, inclusive, à morte. Nesta cartilha, você vai saber mais sobre as principais ISTs.

Infecções Sexualmente Transmissíveis e AIDS

1. O que são?

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) são adquiridas e propagadas, principalmente, pelo sexo sem o uso de camisinha com uma pessoa infectada. As IST, muitas vezes, não apresentam sintomas, tanto no homem quanto na mulher, e, quando não diagnosticadas e tratadas a tempo, podem evoluir para complicações graves como infertilidades, câncer e até morte.

Usar preservativos em todas as relações sexuais (oral, anal e vaginal) é o método mais eficaz para a redução do risco de transmissão das IST, incluindo a transmissão do HIV.

Outras formas de transmissão ocorrem por transfusão de sangue contaminado; pelo compartilhamento de seringas e agulhas; durante a gravidez ou no parto; e, ainda, no caso da AIDS, também na amamentação.

O tratamento das IST melhora a qualidade de vida do paciente e interrompe a cadeia de transmissão dessas infecções.

2. As principais IST são:

- AIDS
- Condiloma Acuminado (HPV)
- Hepatites Virais
- Herpes
- Clamídia e Gonorreia
- Donovanose
- Tricomoniase
- Linfogranulama venéreo
- Infecção pelo Vírus T-Linfotrópico Humano (HTLV)
- Cancro Mole
- Sífilis
- Doença Inflamatória Pélvica



Sintomas das Infecções Sexualmente Transmissíveis

1. Conheça os sintomas

Não sinta vergonha de conversar com o profissional de saúde e tirar todas as dúvidas sobre sexo ou qualquer coisa diferente que esteja percebendo ou sentindo. É direito de todo brasileiro buscar esclarecimentos e informações durante o atendimento de saúde.

2. Tricomoniase, Gonorreia e Clamídia

Sintomas: Corrimento pelo colo do útero e/ou vagina (branco, cinza ou amarelado), podendo causar coceira, dor ao urinar e/ou dor durante a relação sexual; cheiro ruim na região.

3. Micoplasma e Ureoplasma

Sintomas: Corrimento pelo canal de onde sai a urina, que pode ser amarelo purulento ou mais claro – às vezes com cheiro ruim, além de poder apresentar coceira e sintomas urinários, como dor ou vontade de urinar constantemente.

4. Sífilis, Cancro Mole, Herpes Genital, Donovanose e Linfogranuloma Venéreo

Sintomas: Presença de feridas na região genital (podendo ser uma ou várias), dolorosas ou não, antecedidas ou não por bolhas pequenas, acompanhadas (ou não) de íngua (inflamação) na virilha.

5. Gonorreia, Clamídia e infecções por outras bactérias

Sintomas: Dor na parte baixa da barriga (conhecido como baixo ventre ou "pé da barriga") e durante a relação sexual.

6. Infecção pelo Papilomavírus Humano (HPV)

Sintomas: Verrugas genitais ou "crista de galo" (uma ou várias), que são pequenas no início e podem crescer rapidamente (parecendo uma couve-flor).



HIV/AIDS

1. Entenda

É necessário lembrar que ter o HIV não é a mesma coisa que ter a AIDS. Estar infectado pelo HIV ou ser soropositivo é o estágio inicial da infecção pelo HIV. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado e contínuo impedem a evolução do quadro para a doença AIDS, possibilitando que os portadores vivam anos sem apresentar sintomas e sem desenvolver a doença.

Hoje em dia, é possível ser soropositivo e viver com qualidade de vida. Basta tomar os medicamentos indicados e seguir corretamente as recomendações médicas. Saber precocemente da doença é fundamental para a qualidade de vida. Por isso, é recomendável fazer o teste sempre que passar por alguma situação de risco e usar sempre o preservativo.

A AIDS é o estágio mais avançado da doença que ataca o sistema imunológico. A Síndrome da Imunodeficiência Adquirida é causada pelo HIV. Como esse vírus ataca as células de defesa do nosso corpo, o organismo fica mais vulnerável a diversas doenças – de um simples resfriado a infecções mais

graves como tuberculose ou câncer. O próprio tratamento dessas doenças fica prejudicado.

O período de identificação do contágio pelo vírus depende do tipo de exame (quanto à sensibilidade e à especificidade) e da reação do organismo do indivíduo. Na maioria dos casos, a sorologia positiva é constatada de 30 a 60 dias após a exposição ao HIV. Porém, existem casos em que esse tempo é maior: o teste realizado 120 dias após a relação de risco serve apenas para detectar os casos raros de soroconversão – quando há mudança no resultado.

2. Transmissão da AIDS

Somente em secreções como sangue, esperma, secreção vaginal e leite materno o vírus aparece em quantidade suficiente para causar a contaminação. Para haver a transmissão, o líquido contaminado de uma pessoa tem que penetrar no organismo de outra. Isto se dá por meio

da relação sexual (heterossexual ou homossexual), ao se compartilhar seringas, em acidentes com agulhas e objetos cortantes infectados, na transfusão de sangue contaminado, na transmissão vertical da mãe infectada para o feto durante a gestação ou o trabalho de parto e durante a amamentação.

Sabendo disso, você pode conviver com uma pessoa portadora do HIV ou da AIDS. Pode beijar, abraçar, dar carinho e compartilhar do mesmo espaço físico sem ter medo de pegar o vírus.

Quanto mais respeito e atenção você der a quem vive com HIV/AIDS, melhor será a resposta ao tratamento, porque o convívio social é muito importante para o aumento da autoestima das pessoas e, conseqüentemente, faz com que elas cuidem melhor da saúde.

3. Transmissão da AIDS

Somente em secreções como sangue, esperma, secreção vaginal e leite materno o vírus aparece em quantidade suficiente para causar a contaminação. Para haver a transmissão, o líquido contaminado de uma pessoa tem que penetrar no organismo de outra. Isto se dá por meio da relação sexual (heterossexual ou homossexual), ao se compartilhar seringas, em acidentes com agulhas e objetos cortantes infectados, na transfusão de sangue contaminado, na transmissão vertical da mãe infectada para o feto durante a gestação ou o trabalho de parto e durante a amamentação.

Sabendo disso, você pode conviver com uma pessoa portadora do HIV ou da AIDS. Pode beijar, abraçar, dar carinho e compartilhar do mesmo espaço físico sem ter medo de pegar o vírus.

Quanto mais respeito e atenção você der a quem vive com HIV/AIDS, melhor será a resposta ao tratamento, porque o convívio social é muito importante para o aumento da autoestima das pessoas e, conseqüentemente, faz com que elas cuidem melhor da saúde.

4. Sintomas da AIDS

Quando ocorre a infecção pelo vírus causador da AIDS, o sistema imunológico começa a ser atacado. É na primeira fase, chamada de infecção aguda, que ocorre a incubação do HIV - tempo da exposição ao vírus até o surgimento dos primeiros sinais da doença. Esse período varia de 3 a 6 semanas. E o organismo leva de 30 a 60 dias após a infecção para produzir anticorpos anti-HIV. Os primeiros sintomas são muito parecidos com os de uma gripe, como febre e mal-estar. Por isso, a maioria dos casos passa despercebido.

A próxima fase é marcada pela forte interação entre as células de defesa e o vírus. Esse período, que pode durar muitos anos, é chamado de assintomático, trata-se de uma fase em que o organismo está em equilíbrio com o vírus.

Com o frequente ataque, as células de defesa começam a funcionar com menos eficiência até serem mortas e reduzirem em número total. O organismo fica cada vez mais fraco e vulnerável a infecções comuns. A fase sintomática inicial é caracterizada pela alta redução de glóbulos brancos do sistema

imunológico. Os sintomas mais comuns são: febre, diarreia, suores noturnos e emagrecimento.

A baixa imunidade permite o aparecimento de doenças oportunistas, que recebem esse nome por se aproveitarem da fraqueza do organismo. Com isso, atinge-se o estágio mais avançado da doença, a AIDS. Quem chega a essa fase, por não saber ou não seguir o tratamento indicado pelos médicos, pode sofrer de hepatites virais, tuberculose, pneumonia, toxoplasmose e alguns tipos de câncer.

5. Tratamento da AIDS

Não existe, até o momento, cura definitiva para os portadores de HIV/AIDS. O tratamento se dá por meio de uma combinação de diversos medicamentos (também chamada de “coquetel”), que devem ser prescritos para todos os pacientes por médico especializado e de forma individualizada (de acordo com cada paciente).

O acompanhamento médico da infecção pelo HIV é essencial. No atendimento inicial são solicitados os seguintes exames: sangue (hemograma completo), fezes, urina, testes para hepatites B e C, tuberculose, sífilis, dosagem de açúcar e gorduras (glicemia, colesterol e triglicerídeos), avaliação do funcionamento do fígado e rins, além de raios-X do tórax.

Nas consultas regulares, a equipe de saúde precisa avaliar a evolução clínica do paciente. Para isso, solicita os exames necessários e acompanha o tratamento. Tomar os remédios conforme as indicações do médico é essencial para ter sucesso no tratamento.

O uso irregular dos antirretrovirais (má adesão ao tratamento) acelera o processo de resistência do vírus aos medicamentos. Assim, o uso regular, diário e contínuo, seguindo as recomendações médicas é fundamental para o controle da presença do vírus no organismo da pessoa infectada.

As infecções oportunistas se aproveitam da fraqueza do sistema imunológico, que cuida da defesa do organismo. Como

os principais alvos do HIV, vírus causador da AIDS, são essas células de defesa, é importante estar sempre de olho na saúde.

Para manter uma vida saudável e evitar que o organismo baixe ainda mais suas defesas, é necessário cuidar da alimentação, fazer exercícios físicos e estar bem emocionalmente. Com esses cuidados diários, será mais difícil que seu corpo fique vulnerável a resfriados, gripes ou problemas gastrointestinais, que podem evoluir para doenças mais graves.



6. Prevenção

A forma mais eficiente de prevenção da AIDS e outras infecções sexualmente transmissíveis é o uso do preservativo em todas as relações sexuais. É também recomendável a utilização de seringas e agulhas descartáveis, não compartilhar esses e outros objetivos cortantes que não sejam esterilizados, bem como usar luvas para manipular feridas e líquidos corporais.

Além disso, as mães infectadas pelo vírus (HIV-positivas) devem usar antirretrovirais durante a gestação para prevenir a transmissão vertical e evitar amamentar seus filhos. Por isso, é sempre importante fazer o teste e se proteger em todas as situações.

Não há vacina disponível como forma de prevenção eficaz até o momento.

7. Perguntas & Respostas

Que cuidados devem ser tomados para garantir que a camisinha masculina seja usada corretamente?

Abrir a embalagem com cuidado - nunca com os dentes ou outros objetos que possam danificá-la. Colocar a camisinha somente quando o pênis estiver ereto. Apertar a ponta da camisinha para retirar todo o ar e depois desenrolar a camisinha até a base do pênis. Se for preciso usar lubrificantes, utilizar somente aqueles à base de água, evitando vaselina e outros lubrificantes à base de óleo que podem romper o látex.

Após a ejaculação, retirar a camisinha com o pênis ainda ereto, fechando com a mão a abertura para evitar que o esperma vaze de dentro da camisinha. Dar um nó no meio da camisinha para depois jogá-la no lixo. Nunca usar a camisinha mais de uma vez. Utilizar somente um preservativo por vez, já que preservativos sobrepostos podem se romper com o atrito.

Além desses cuidados, também é preciso certificar-se de que o produto contenha a identificação completa do fabricante ou do importador. Observe as informações sobre o número do lote e

a data de validade e verifique se a embalagem do preservativo traz o símbolo de certificação do INMETRO (Instituto Nacional de Metrologia), que atesta a qualidade do produto.

Não utilize preservativos que estão guardados há muito tempo em locais abafados como bolsos de calça, carteiras ou portaluvas de carro, pois ficam mais sujeitos ao rompimento.

Por que, em algumas situações, o preservativo estoura durante o ato sexual?

Pesquisas sustentam que os rompimentos se devem muito mais ao uso incorreto do preservativo que por falha estrutural do produto em si.

O que fazer quando a camisinha estoura?

A ruptura da camisinha implica risco real de adquirir uma IST. Independentemente do sexo do parceiro, o certo é interromper a relação, realizar uma higienização e iniciar o ato sexual novamente com um novo preservativo. A higiene dos genitais deve ser feita da forma habitual (água e sabão), sendo

desnecessário o uso de substâncias químicas, que podem inclusive ferir pele e mucosas, aumentando o risco de contágio pela quebra de barreiras naturais de proteção ao vírus. Deve-se também procurar atendimento médico imediatamente, a fim de avaliar a necessidade de profilaxia com medicamentos para HIV/AIDS e outras IST e realizar acompanhamento adequado.

Qual o procedimento adequado para uma gestante soropositiva?

Iniciar o pré-natal tão logo perceba a gravidez. Manter as orientações do médico infectologista e do serviço de referência para pessoas que convivem com o HIV/AIDS. Caso a paciente receba o diagnóstico de infecção pelo HIV durante o pré-natal, procurar o médico infectologista para fazer os exames para avaliação de sua imunidade (exame de TL CD4+) e da quantidade de vírus (Carga Viral) em circulação em seu organismo. Submeter-se ao tipo de parto mais adequado segundo as recomendações do Ministério da Saúde. Após o parto receber orientações sobre inibição da lactação e a alimentação por meio de fórmula infantil para sua criança.

Qual o risco de contágio por HIV/AIDS com objetos cortantes como aparelhos de barbear, brincos, alicates e piercings?

Atualmente, a maioria dos aparelhos perfurocortantes fabricados, como seringas, máquinas de tatuar, aparelhos para colocar brincos ou piercings, são descartáveis, não podendo ser usados mais de uma vez. Em caso de dúvida, sugerimos perguntar no local sobre os materiais utilizados.

As chances de se contrair uma IST no sexo oral são menores do que no sexo com penetração?

O fato é que nenhuma das relações sexuais sem proteção é isenta de risco - algumas IST têm maior risco que outras. A transmissão da doença depende da integridade das mucosas das cavidades oral ou vaginal. Independentemente da forma praticada, o sexo deve ser feito sempre com camisinha.

Toda ferida ou corrimento genital é uma IST?

Não necessariamente. Além das infecções sexualmente transmissíveis, existem outras causas para úlceras ou

corrimentos genitais. Entretanto, a única forma de saber o diagnóstico correto é procurar um serviço de saúde.

É possível estar com uma IST e não apresentar sintomas?

Sim. Muitas pessoas podem se infectar com alguma IST e não ter reações do organismo durante semanas, até mesmo anos. Dessa forma, a única maneira de se prevenir efetivamente é usar a camisinha em todas as relações sexuais e procurar regularmente o serviço de saúde para realizar os exames de rotina. Caso haja alguma exposição de risco (por exemplo, relação sem camisinha), é preciso procurar um profissional de saúde para receber o atendimento adequado.

Que período de tempo é necessário esperar para se fazer a identificação de um possível caso de sífilis?

Os primeiros sintomas da sífilis são pequenas feridas nos órgãos sexuais e caroços nas virilhas, que surgem entre 7 e 20 dias após o sexo desprotegido com pessoa infectada. A ferida e as ínguas não doem, não coçam, não ardem e não

apresentam pus. Mas, mesmo sem sintomas, a doença pode ser diagnosticada por meio de um exame de sangue.

Sífilis tem cura?

Sim. A sífilis é uma doença de tratamento simples que deve ser indicado por um profissional de saúde.

Quais as providências a serem tomadas em caso de suspeita de infecção por alguma Infecção Sexualmente Transmissível?

Na presença de qualquer sinal ou sintoma de possível IST, é recomendado procurar um profissional de saúde para o diagnóstico correto e a indicação do tratamento adequado.

Quais os sintomas do Condiloma Acuminado (HPV)?

A doença se manifesta por verrugas nos órgãos genitais com aspecto de couve-flor e tamanhos variáveis. É importante procurar um profissional de saúde, pois só ele pode indicar o melhor tratamento para cada caso.

Referências

1. Departamento de Doenças de Condições Crônicas e Infecções Sexualmente Transmissíveis - www.gov.br/aids
2. Minha Vida - www.minhavidacom.br
3. Fundação Oswaldo Cruz - www.bio.fiocruz.br
4. Secretaria de Saúde de Curitiba - www.saude.curitiba.pr.gov.br