



Mês de prevenção da infecção e combate às ISTs
Proteja-se e viva com saúde!



Introdução

A Paromed acredita que esta cartilha é uma ferramenta importante para quem deseja manter uma vida sexual ativa e segura. Aqui, sua equipe encontrará **orientações** sobre práticas sexuais responsáveis, além de **informações atualizadas** sobre as principais Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), suas formas de transmissão e prevenção.

A saúde sexual é um direito humano fundamental, e, por isso, é essencial garantir o respeito às diferenças, independentemente de classe social, cultura, religião, raça, etnia ou orientação sexual. Ao promover a saúde e o bem-estar dos colaboradores, a empresa contribui para uma cultura de cuidado, cidadania e qualidade de vida, valores que reforçam o compromisso com a promoção do bem-estar coletivo.

O que é IST ?

As ISTs são **causadas por vírus, bactérias, fungos ou protozoários**, sendo transmitidas principalmente pelo contato sexual sem camisinha, com uma pessoa infectada. Também podem ser transmitidas da mãe para o filho durante a gravidez, parto ou amamentação.

As principais ISTs incluem:

Sífilis

Hepatites B e C

Gonorreia

Clamídia

Herpes genital

Cancro mole

HPV

HIV/AIDS

Quando não tratadas corretamente, as ISTs aumentam o risco de contaminação pelo HIV e podem causar **graves complicações**, como infertilidade, inflamação nos órgãos sexuais (que pode levar à impotência ou infecção fatal), aumento do risco de câncer no colo do útero, pênis, reto e ânus, além de malformação fetal, aborto espontâneo e morte do bebê.

Como ocorre a transmissão?

- Sexo oral/vaginal/anal sem camisinha
- Transfusão de sangue contaminado
- Uso de seringa por mais de uma pessoa
- Instrumentos que furam não esterilizados
- Da mãe infectada para o bebê durante a gravidez, no parto e amamentação

É importante ressaltar que o HIV não é transmitido durante o sexo quando a camisinha é usada corretamente, nem por masturbação a dois, beijos no rosto ou na boca, suor, lágrimas, picadas de insetos, apertos de mão ou abraços. Também não há risco de transmissão por compartilhar objetos pessoais como sabonetes, toalhas, talheres e copos, nem por contato em assentos de ônibus, piscinas, banheiros, doação de sangue ou pelo ar.

Como prevenir?



O preservativo, conhecido como camisinha, continua sendo o método mais eficaz, acessível e amplamente recomendado para prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), incluindo HIV, sífilis, gonorreia, hepatites virais B e C, clamídia, herpes genital e HPV. Além de proteger contra essas infecções, o preservativo também é uma excelente forma de prevenir gravidezes não planejadas.

Existem dois tipos de preservativos: o masculino e o feminino. **Ambos são disponibilizados gratuitamente** em unidades de saúde pública em todo o Brasil. Para saber onde obter os preservativos mais próximos de você, basta ligar para o Disque Saúde (136).

Importante: nunca reutilize a camisinha e evite usar duas ao mesmo tempo, pois isso aumenta o risco de rompimento e falhas na proteção.



PRESERVATIVOS MASCULINOS E FEMININOS PROTEGEM DO HIV/AIDS, HEPATITES VIRAIS E OUTRAS IST



1 Rasgue cuidadosamente a embalagem com a mão e retire a camisinha



2 Desenrole até a base do pênis, segurando a ponta para retirar o ar



3 Depois da relação, retire a camisinha do pênis ainda duro, com cuidado para não vazar



4 Use a camisinha uma só vez. Depois de usada, dê um nó e jogue no lixo

o gel lubrificante deve ser utilizado juntamente com o preservativo, evitando que este seja danificado, reduzindo a chance de rompimento durante a relação sexual.



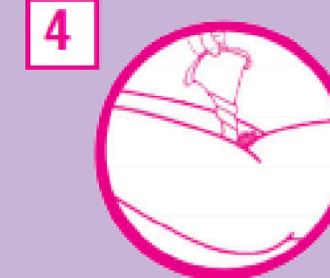
1 Retire o preservativo da embalagem e segure a argola interna com o polegar e o dedo indicador.



2 Com o dedo indicador, certifique-se de que a argola interna esteja bem no fundo da vagina.



3 A argola externa deve ficar para fora da vagina. No momento da penetração, segure a argola externa com uma das mãos.



4 Após a relação, torça a argola externa e retire o preservativo com o cuidado. Jogue no lixo.

Prevenção combinada das ISTs

A prevenção combinada é uma abordagem que **reúne diversas formas de prevenção** contra ISTs, HIV e hepatites virais, podendo ser usadas isoladamente ou em combinação, conforme as necessidades e escolhas individuais, após consulta com um profissional de saúde.

As estratégias incluem:

- Testagem regular para HIV, sífilis e hepatites B e C, disponível gratuitamente no SUS, nas Unidades Básicas de Saúde ou Centros de Testagem e Aconselhamento, além de testes rápidos com resultados em até 30 minutos.
- Prevenção da transmissão vertical (de mãe para filho).
- Tratamento de ISTs e hepatites virais.
- Imunização contra hepatites A e B.
- Cuidados para usuários de álcool e outras drogas, como evitar o compartilhamento de agulhas, seringas, cachimbos e outros objetos que possam transmitir ISTs, além de manter uma alimentação saudável e boa hidratação.
- Tratamento de pessoas vivendo com HIV.

Prevenção combinada das ISTs

Profilaxia pré-exposição (PrEP), que consiste no **uso diário** de medicação antirretroviral por pessoas que não têm HIV, mas que se expõem ao risco de contrair o vírus, como em práticas sexuais desprotegidas. A PrEP pode reduzir o risco de infecção em até 90%, mas sua eficácia depende da adesão rigorosa ao tratamento. É recomendada especialmente para grupos com maior risco de exposição, como gays, homens que fazem sexo com homens, pessoas trans, profissionais do sexo e parceiros de pessoas com HIV.

A **Profilaxia Pós-Exposição (PEP)** ao HIV é uma medida de prevenção que envolve o uso de medicamentos antirretrovirais **durante 28 dias consecutivos**, com o objetivo de reduzir o risco de infecção pelo HIV em pessoas que tiveram uma possível exposição ao vírus. A PEP é indicada para situações de risco, como sexo consensual desprotegido, violência sexual ou acidentes laborais com exposição ao HIV, desde que a pessoa não seja portadora do HIV no momento do atendimento.



Prevenção combinada das ISTs

É fundamental que a PEP seja iniciada em **até 72 horas após a exposição ao HIV** para que seja eficaz, e deve ser sempre realizada sob orientação de um profissional de saúde. A medicação, se administrada corretamente dentro deste período, **pode prevenir a infecção pelo HIV**, reduzindo consideravelmente as chances de transmissão.

No entanto, é importante destacar que a **PEP não substitui outras formas de prevenção**, como o uso de preservativos (camisinha) durante relações sexuais. A combinação de métodos de prevenção é a abordagem mais eficaz para a proteção contra o HIV e outras ISTs.



Tratamento

O tratamento adequado das ISTs melhora a qualidade de vida das pessoas afetadas e ajuda a prevenir a transmissão para outras. O Sistema Único de Saúde (SUS) oferece **gratuitamente** o atendimento e os medicamentos necessários para o tratamento de diversas ISTs.

Para as ISTs bacterianas, o tratamento é feito com antibióticos específicos, enquanto as infecções virais, como herpes e hepatites B e C, requerem medicamentos antivirais. O HPV pode ser tratado com a remoção de verrugas genitais, e a vacina contra o HPV é uma importante medida preventiva. O **diagnóstico precoce** e o **tratamento adequado garantem a cura** das ISTs bacterianas, enquanto as virais, como herpes e hepatites, podem ser controladas com o tratamento correto.

No caso do HIV, embora não exista cura, o tratamento com antirretrovirais permite que a pessoa viva de forma saudável, com a carga viral reduzida a níveis indetectáveis. Isso não apenas melhora a saúde, mas também impede a transmissão do HIV a outras pessoas. A adesão rigorosa ao tratamento e o acompanhamento regular são essenciais para o sucesso do tratamento e para a prevenção de doenças oportunistas.

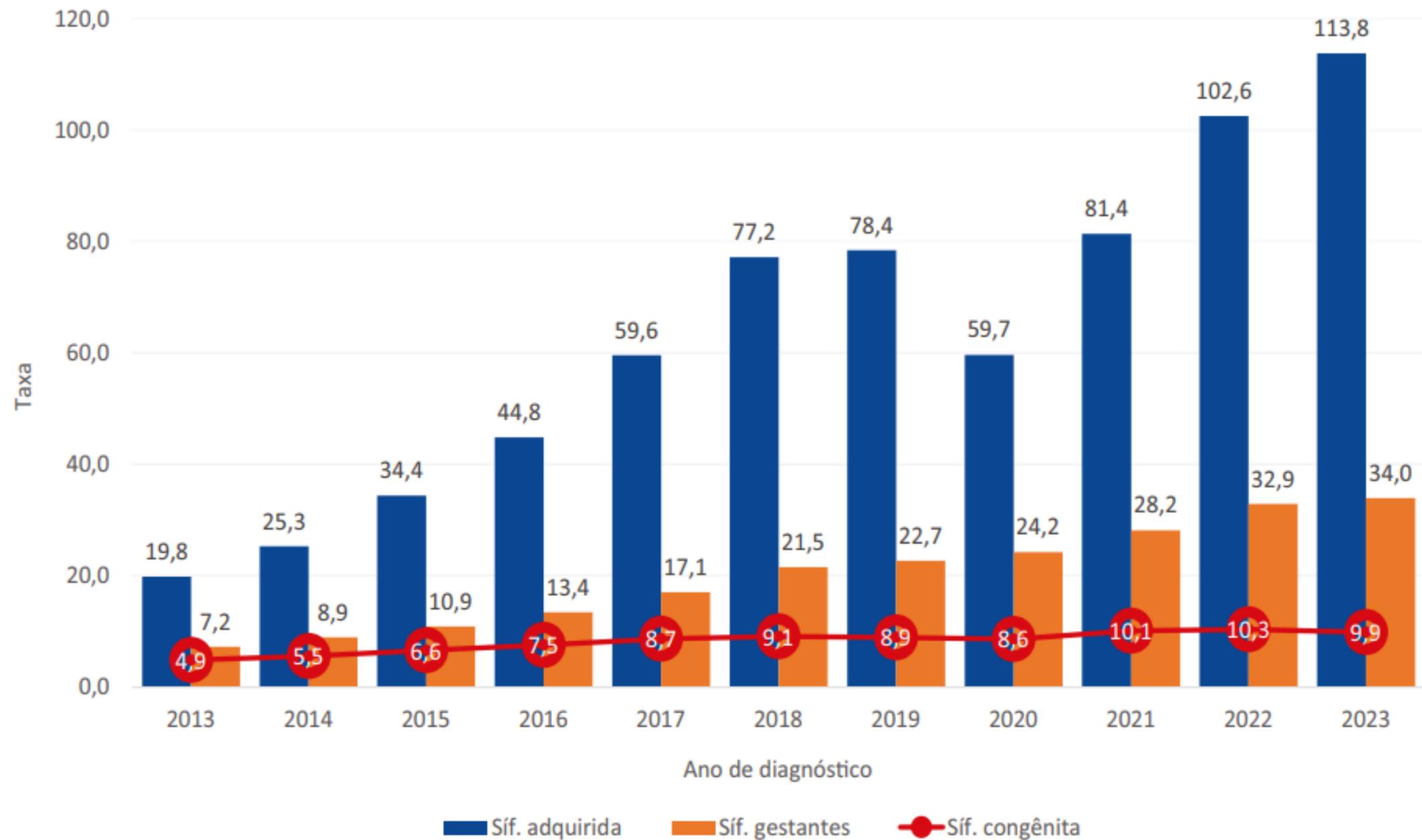
Além disso, o uso de preservativos e a realização de exames regulares são essenciais para a prevenção. Durante o Dezembro Vermelho, reforçamos a importância do diagnóstico precoce e da adesão ao tratamento para garantir uma vida plena e saudável.



Fonte: Sinan; Siscel/Siclom; SIM.

Nota: (*) Casos notificados no Sinan e Siscel/Siclom até 30/06/2023; no SIM, de 2000 a 2022.

Taxas de detecção de infecção pelo HIV em gestantes, aids em menores de 5 anos, coeficiente de mortalidade por aids e número de casos novos de HIV, por ano. Brasil, 2012-2022



Fonte: Sinan – Sistema de Informação de Agravos de Notificação (atualizado em 30/06/2024); IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (dados extraídos em agosto de 2024); Sinasc – Sistema de Informação sobre Nascidos Vivos (dados extraídos em agosto de 2024).

Taxa de detecção de sífilis adquirida (por 100.000 hab.), em gestantes e congênita (por 1.000 hab.), por ano, Brasil, 2013-2023



Proteja-se e viva com saúde!
Conte com a Paromed nessa luta.



(11) 5083-8080



(11) 98810-4667



www.paromed.com.br



@paromed.assessoria



São Paulo - SP. Próx. ao
Metrô Paraíso