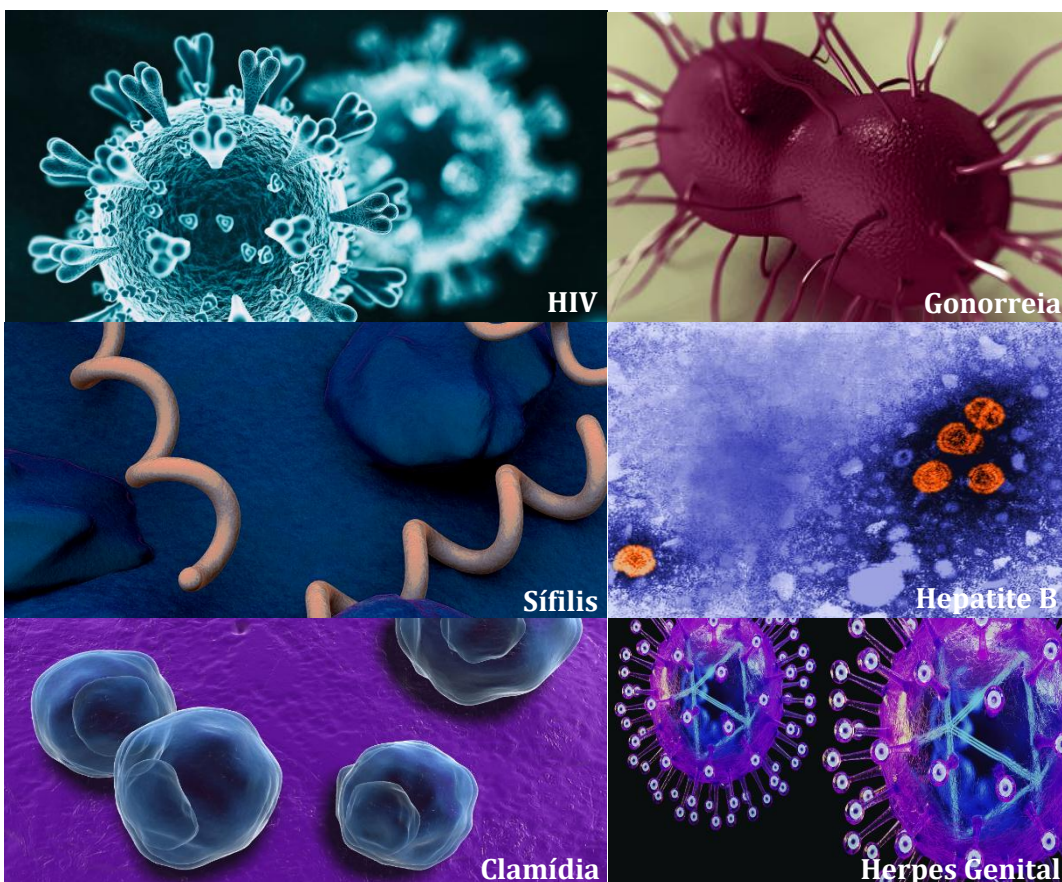


CENTRO VACINAÇÃO INTERNACIONAL

Consulta do viajante

INFEÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST)



INFEÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS – O QUE SÃO?

São infeções transmitidas de pessoa a pessoa, predominantemente através de contacto sexual. Podem ser causadas por vírus, bactérias ou parasitas.

Existe uma enorme variedade de infeções de transmissão sexual, tais como: infeção por VIH (vírus da imunodeficiência humana)/ SIDA, Gonorreia, Sífilis, Hepatite B, Clamídia, Herpes genital, infeção por HPV (vírus do papiloma humano), Tricomoníase, Pediculose púbica (piolhos púbicos ou “chatos”), entre outras.

COMO SE TRANSMITEM?

A transmissão ocorre predominantemente através de relações sexuais não protegidas, por via vaginal, oral ou anal ou, ainda, através do contacto pele com pele, como é o caso do HPV e herpes genital.

Outras formas de transmissão de algumas IST:

- Sangue contaminado quando se partilham agulhas e seringas, em contexto de toxicod dependência (VIH, hepatite B);
- Cuidados médicos em países com condições higiosanitarias deficitárias com falha nos procedimentos de controlo de infeção (VIH, hepatite B);
- Uso de objetos cortantes contaminados: lâminas de barbear, instrumentos de tatuagens, de furar orelhas, de manicure, de “piercing”, agulhas de acupuntura e objetos cirúrgicos (VIH, hepatite B);
- Da mãe infetada para o filho durante a gravidez ou parto (clamídia, gonorreia, sífilis, herpes genital, hepatite B, VIH, HPV);
- Da mãe infetada para o filho durante a amamentação (VIH).

O RISCO de contrair uma infeção sexualmente transmissível depende do COMPORTAMENTO INDIVIDUAL de cada um.



VIH não se transmite por:

Picada de mosquitos ou outros insetos; saliva, lágrimas ou suor; abraços, beijos, aperto de mão; partilhar casa de banho, louças (pratos, talheres) e roupa; via aérea.

Quem poderá ser mais afetado?

Viajantes com comportamentos de risco: relações sexuais sem preservativo, partilha de objetos cortantes, agulhas ou seringas.

COMO SE MANIFESTAM?

Depende do tipo de IST:

- a maioria das IST (HPV, VIH, clamídia, gonorreia, herpes genital) apresenta-se sem sintomas ou com sintomas ligeiros numa fase inicial;
- no caso da sífilis, os sintomas variam consoante a fase da doença, manifestando-se sintomaticamente principalmente nas fases iniciais.

A infeção pode ser transmitida por um parceiro sexual aparentemente são (sem sinais de doença).

QUAL O TRATAMENTO?

- Clamídia, gonorreia, sífilis e tricomoníase: geralmente tratadas com antibióticos;
- Herpes genital e HIV: podem ser controladas (mas não curadas) com antivirais;
- Hepatite B aguda: tratamento de suporte;
- Hepatite B crónica: os antivirais ajudam a combater o vírus e a retardar os danos no fígado.

Se teve algum contacto de risco e/ou ao aperceber-se de algum sintoma sugestivo de IST, procure imediatamente uma consulta com o seu médico de família ou uma consulta médica de urgência.

Poderá contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24).

COMO PREVENIR?

Algumas IST podem ser prevenidas através de **vacinação**, nomeadamente a **Hepatite B** e o **HPV**. Estas vacinas pertencem ao Programa Nacional de Vacinação, informe-se no seu Centro de Saúde.

EVITE:

- Contactos sexuais ocasionais e/ou com múltiplos parceiros;
- Práticas sexuais de risco, em particular, a relação anal e oral;
- Efetuar acupunctura ou outros tratamentos médicos, se não tiver a certeza de que os materiais são esterilizados;
- Furar orelhas ou outras partes do corpo (por ex. piercings ou tatuagens), se não tiver a certeza de que os materiais são esterilizados;
- Partilhar seringas e agulhas, lâminas, escovas de dentes, tesouras, material de manicure.

A correta e constante utilização do preservativo é a forma mais eficaz de prevenir as infeções sexualmente transmissíveis.

A utilização correta do preservativo inclui:

- Utilizar um novo preservativo em cada relação sexual;
- Manusear de forma cuidadosa (evitar danificá-lo com as unhas, dentes);
- Colocar após ereção do pénis e antes de qualquer contacto genital com o parceiro;
- Retirar o preservativo enquanto o pénis está ereto para evitar derramamentos;
- Se utilizar lubrificantes, use apenas os que são feitos à base de água ou de silicone.

Não importa quem você é

Não importa o que faz

Importa COMO O FAZ!

Não arrisque o seu futuro, faça sexo seguro!

LEMBRE-SE:

- Leve toda a medicação que faz habitualmente (*stock* para mais dias) na bagagem de mão;
- Faça um seguro de saúde adequado para a sua viagem (com repatriamento, se possível);
- Leve os contactos da Embaixada/Consulado de Portugal do respetivo destino;
- Marque a consulta do viajante com antecedência (mínimo 4 semanas).

Fontes de informação: Organização Mundial da Saúde, *Centre for Disease Control and Prevention*, Direção-Geral da Saúde

Autoria: Centro de Vacinação Internacional - Porto