

# Infecções de Transmissão Sexual

As infecções de transmissão sexual (ITS) são infecções que passam de uma pessoa para outra durante o sexo.

Muitos tipos de relações sexuais podem transmitir uma ITS. Pode ser sexo vaginal (pénis na vagina) anal (pénis no ânus) ou oral (boca ao pénis, boca a vagina). Por vezes as ITS podem ser transmitidas por apenas esfregar o pénis ou a vagina infectados nos genitais de outra pessoa.

Os sinais causados pelas ITS incluem dor durante a relação sexual, corrimento anormal na vagina, pénis, ou ânus, ou inchaço, feridas, ou bolhas nos genitais.

**É muito comum ter uma ITS e não haver nenhum sinal.** Mesmo que não haja sinais, as ITS podem passar de uma pessoa para outra. Um teste de laboratório feito numa unidade sanitária (página 3) é a melhor forma de descobrir se você tem uma ITS e ter o tratamento correcto para a cura. Em locais onde os testes para as ITS não estão disponíveis, é importante tratar imediatamente as infecções. Ajude qualquer pessoa com quem tenha tido relações sexuais a ser também testada e tratada. Se ambos não forem tratados, serão infectados novamente e infectarão outras pessoas.

A maioria das ITS é curada após tratamento com antibióticos. Outras ITS não desaparecem, mas podem ser tratadas com medicamentos. Existem também tratamentos para reduzir a dor e ajudar no desconforto enquanto o medicamento faz efeito (ver Como Sentir-se Melhor Enquanto Se Cura De uma ITS, página 19).

Não ter relações sexuais ou ter a certeza de que o seu parceiro sexual não tem uma ITS são as melhores formas de prevenir as ITS. Como isto nem sempre é possível, previna infecções sexuais usando sempre preservativos como outra forma de tornar menos provável ter uma ITS (página 21). Os profissionais de saúde podem desempenhar um papel importante ao tratar as pessoas com ITS com respeito e dignidade (ver página 26).

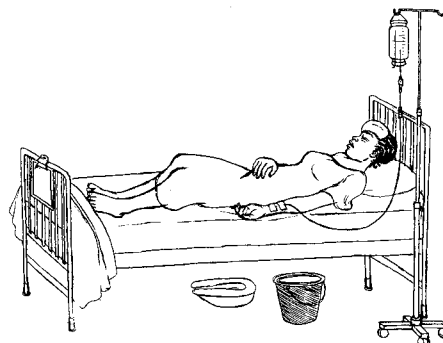


É difícil falar sobre sexo! Ajudar as pessoas a protegerem-se, fazer testes, e encontrar tratamento impedirá que as ITS se transmitam.

## Porque as ITS são um problema grave

Como o sexo é normal e frequente as ITS também são comuns. Quando as ITS não são tratadas, podem prejudicar mulheres, homens, e crianças. As ITS podem causar:

- infertilidade, tanto nas mulheres como nos homens.
- bebês prematuros (nascem antes do tempo), muito pequenos, cegos, doentes, ou nados mortos.
- morte por infecção grave.
- dor crónica.
- cancro do colo do útero, da garganta ou do ânus.
- aumento do risco de contrair outras ITS, incluindo o HIV.



## Como as ITS passam para os parceiros através do sexo

Ambos, homens e mulheres podem ter ITS. Mas a pessoa que está a ser penetrada durante a relação sexual na vagina ou no ânus, corre maior risco. Sem preservativo, o sémen que pode transportar a infecção permanece dentro da vagina, do ânus, ou da boca. A acção da penetração pode friccionar e abrir a pele dentro da vagina ou do ânus, aumentando a possibilidade da infecção entrar no corpo. Isto acontece mesmo que a pessoa não saiba que tem feridas no interior da vagina ou do ânus. As feridas ou irritação na parte exterior dos órgãos genitais também podem passar mais facilmente as ITS, incluindo o HIV.

## O que fazer se tiver uma ITS

- Fazer a testagem se houver testes disponíveis
- Tratar a infecção imediatamente, não esperar que agrave/piore.
- Ajude o seu parceiro a ser tratado ao mesmo tempo. Dessa forma, não voltará a contrair a infecção se fizerem sexo juntos.



# Eu Tenho uma Infecção de Transmissão Sexual?

Os sinais de ITS incluem corrimento, dor e feridas nos órgãos genitais. Mas muitas ITS não causam sinais. Mesmo sem sinais, as ITS podem passar de uma pessoa para outra durante o sexo sem preservativos. Os testes de amostras de sangue, urina, ou esfregaço da parte afectada do corpo são usados para saber que ITS a pessoa tem. Os testes também fazem parte dos cuidados de saúde de rotina para encontrar e tratar as ITS que não causam sinais.

## Testando para ITS

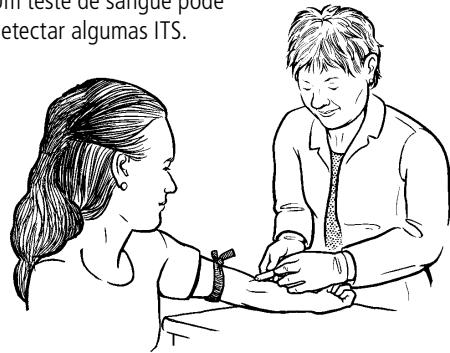
Para testar para as ITS, o profissional de saúde tira uma amostra da pessoa e pode utilizar um kit teste ou procurar a infecção usando um microscópio. Os tipos de testes para ITS incluem:

- Usando um esfregaço da zona genital dá uma amostra para testar clamídia, gonorreia, herpes genital, cancroide, ou tricomonas. O esfregaço no interior da boca pode testar o HIV. Por vezes é necessário esfregar a garganta ou o ânus para testar para uma ITS a partir do sexo oral ou anal. O esfregaço do colo do útero pode testar para o HPV.
- Os testes de urina podem detectar clamídia e gonorreia.
- Os testes de sangue podem detectar sífilis, herpes genital, hepatite e HIV.

Testar para ITS é uma boa ideia para todas as pessoas que são sexualmente activas. Quantas vezes testar pode depender do facto de ter um novo parceiro, mais do que um parceiro, ou ter uma razão que o faça pensar que pode ter uma ITS. Se estiver grávida, é comum testar para as ITS que podem prejudicar o bebé ou causar danos a si.

Se tiver uma ITS, faça também o teste para outras ITS comuns, porque 2 ou mais são frequentemente transmitidas ao mesmo tempo.

Um teste de sangue pode detectar algumas ITS.



## Sinais de que pode ser uma ITS

Dor ou corrimento anormal da vagina	
? Tem dor no baixo ventre ou durante o sexo?	➔ Isso poderá ser <b>doença inflamatória pélvica</b> (DIP), ver página 11.
? Tem dor ou sensação de queimadura quando urina?	➔ Isso poderá ser uma infecção urinária, não uma ITS (ver Dificuldade ao Urinar, em desenvolvimento). Ou, isto pode ser <b>tricomonas, gonorreia, ou clamídia</b> , ver página 9.
? O corrimento é branco ou cinzento e cheira mal ou tem cheiro a peixe especialmente depois do sexo?	➔ Isto poderá ser <b>vaginose bacteriana</b> , ver página 6. Ou menos comumente, <b>tricomonas</b> , ver página 9.
? O corrimento é amarelo ou verde?	➔ Isto poderá ser <b>gonorreia ou clamídia</b> , ver página 9. Também poderá ser uma infecção por <b>tricomonas</b> , ver página 9.
? O corrimento é branco, parece queijo fresco ou leite coalhado, e cheira a mofo, ou pão cozido?	➔ Isto poderá ser uma <b>infecção por fungos</b> , que não é uma ITS, ver página 7.
Dor ou corrimento anormal no pénis	
? Tem dor ou sensação de queimadura quando urina?	➔ Isto pode ser <b>gonorreia ou clamídia</b> , ver página 9. Ou menos comumente, <b>tricomonas</b> , ver página 9.
? Tem dor ou inchaço doloroso nos testículos?	➔ Isto poderá ser <b>gonorreia ou clamídia</b> , ver página 9. Outras causas também necessitam tratamento por isso fale com um profissional de saúde.
? Tem corrimento no pénis que apenas goteja?	➔ Isto poderá ser <b>gonorreia</b> , ver página 9.

### Úlceras, feridas e verrugas nos órgãos genitais ou perto do ânus

- ? **Tem uma ferida aberta sem dor com os bordos elevados?** ➔ Isto pode ser **sífilis**, ver página 12.
- 
- ? **Tem 1 ou mais feridas dolorosas que estão inchadas e sangram facilmente?** ➔ Isto pode ser **cancróide**, ver página 12.
- 
- ? **Existem vesículas que rebentam e formam feridas abertas e dolorosas?** ➔ Isto pode ser **herpes**, ver página 14.

### Outros sinais nos genitais ou ânus

**Comichão no ânus ou ao defecar pode por vezes ser um sinal de uma ITS.** Se você também notar um corrimento saindo do ânus ou que é escorregadio quando se limpa, isto pode ser um sinal de **gonorreia**, ou **clamídia**, ver página 9.

**Procure ajuda médica** para sinais de infecção grave que inclui corrimento vaginal, no pénis ou ânus que é castanho ou sanguinolento.

**Comichão nos genitais.** Comichão ao redor da abertura da vagina, nas coxas ou por onde a urina sai podem ser **fungos**, (ver página 7) ou, nas mulheres, um sinal de **tricomonas** (ver página 9).

A comichão nos órgãos genitais pode ser causada por piolhos púbicos ou ácaros da sarna que são insectos muito pequenos que vivem na pele. Estes são tratados com medicamentos aplicados na pele, como aqueles contendo permetrina (ver Problemas de Pele, em desenvolvimento). A sarna transmite-se facilmente entre os membros da família, é comum em crianças, e afecta+ muitas partes do corpo.

A comichão também pode ser causada por sabonetes, perfumes ou produtos químicos aplicados sobre ou nos órgãos genitais. Lave o exterior dos órgãos genitais com água simples para ver se a comichão desaparece.

### Líquido (corrimento) vaginal

É normal que as mulheres se sintam molhadas (húmidas) e que algum líquido saia da vagina entre os períodos menstruais. Esta é a forma como a vagina se limpa a si própria. O líquido muda durante os dias do ciclo mensal e durante a gravidez. Líquido claro, leitoso ou ligeiramente amarelado é normal, mas se houver mais líquido do que o habitual, ou se for amarelo escuro, verde ou branco espesso, tiver mau cheiro, provocar comichão ou irritação, então é chamado corrimento e pode ser uma ITS. Procure ajuda para os sinais ou desconforto pouco comuns.

Muitos tipos de bactérias crescem na vagina para a manter saudável. Demasiado stress, a toma de antibióticos, gravidez e outras condições afectam as bactérias e tornam mais provável o surgimento de infecções vaginais. Previna infecções vaginais lavando diariamente, evitando perfumes, sabonetes perfumados, duchas, ou sprays na zona genital ou no interior da vagina. A limitação do café, álcool e alimentos ou bebidas açucaradas pode diminuir as infecções vaginais.

## Vaginose Bacteriana

A vaginose bacteriana é uma infecção bacteriana da vagina. Sabonetes, perfumes, ou desodorizantes que entram na vagina podem tornar mais fácil apanhar esta infecção. Se as relações sexuais provocarem irritação na vagina, isso torna a vaginose bacteriana mais provável. Normalmente não é perigosa, mas pode fazer com que as mulheres grávidas tenham os bebés mais cedo ou tenham uma infecção após o parto.

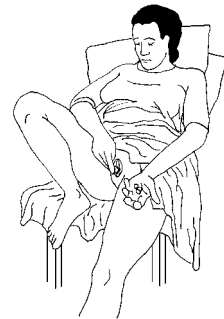
### SINAIS

- mais corrimento do que o habitual
- mau cheiro, ou cheiro a peixe da vagina, principalmente após relações sexuais
- comichão ligeira

### TRATAMENTO

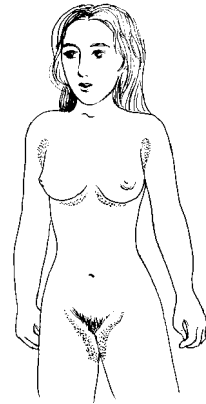
Tome um destes medicamentos: metronidazol (página 35) por via oral (boca) ou inserido na vagina, tinidazol por via oral, (página 37, ou clindamicina (página 33) por via oral ou inserido na vagina. Se está grávida use metronidazol por via oral.

Verifique se o medicamento é para tomar por via oral ou introduzir na vagina.



# Fungos (Monilíase, Candidíase)

A cândida afecta os genitais e isso faz com que as pessoas pensem que é uma ITS, mas a cândida não é normalmente transmitida através do sexo. Normalmente, a cândida não é perigosa, mas pode ser muito desconfortável. É mais provável que tenha uma infecção por cândida quando está grávida, a tomar antibióticos, ou tem alguma outra doença, como diabetes ou infecção por HIV. A cândida é mais comum nas mulheres, mas os homens também podem contrair infecções por cândida. Nos homens, pode levar à inflamação da glândula (cabeça do pénis) e à comichão no escroto. Tanto os homens como as mulheres podem ter infecções por cândida na garganta.



A cândida também pode aparecer no interior das coxas, axilas, debaixo dos seios, ou à volta do ânus. A cândida é mais comum quando as partes do corpo se tocam e são cobertas, condições que permitem que a pele permaneça húmida.

## Sinais nas mulheres

- corrimento branco, grumoso da vagina, como leite coalhado ou iogurte
- pele vermelha brilhante fora e dentro da vagina que pode sangrar
- sensação de muita comichão dentro ou fora da vagina
- sensação de ardor (queimação) ao urinar

## SINAIS NOS HOMENS

- corrimento espesso e que fica nas dobras cutâneas e sob o prepúcio do pénis
- manchas e inchaços vermelhos na cabeça do pénis
- comichão, ardor ou vermelhidão no pénis ou no escroto

## TRATAMENTO

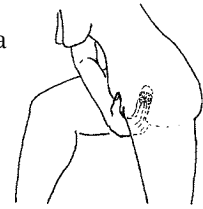
Infecções ligeiras por cândida desaparecem as vezes sem nenhum medicamento. Tratamentos naturais podem diminuir a comichão.

### Tratamentos naturais:

Lavar o corrimento com água limpa ajuda. Ou misturar iogurte simples (sem açúcar ou sabores) ou ¼ chávena de vinagre numa panela de água morna e limpa. Sentar-se neste líquido durante 20 a 30 minutos. Se a ajudar a sentir-se melhor, faça-o 2 vezes por dia.



OU Misture 3 colheres de sopa de vinagre num 1 litro de água fervida fria. Mergulhar um pedaço de algodão limpo nesta mistura e inserir o algodão na vagina todas as noites durante 3 noites. Retirar o algodão todas as manhãs. Os homens podem usar o algodão preparado da mesma forma para limpar o pênis ou o escroto.



#### **Tratamento com medicamentos:**

Use um destes:

Violeta de genciana líquido (página 38) na vagina, pênis, ou escroto a cada noite durante 7 noites

OU

Miconazol creme (página 39), nistatina creme (página 39), ou clotrimazol (página 38) creme ou comprimidos vaginais dentro da vagina ou sobre o pênis ou escroto, a cada noite durante 7 noites. Estes medicamentos são seguros para pôr na vagina durante a gravidez.

Os homens podem levar mais tempo a tratar.

#### **PREVENÇÃO**

Usar roupa e roupa interior larga para deixar o ar chegar aos órgãos genitais. Isto ajuda a prevenir cândida. Lavar ou mudar a roupa interior frequentemente. Não pôr sabão na vagina ao tomar banho. Não fazer duche. Se tiver diabetes ou HIV, tomar os seus medicamentos correctamente e cuidar da sua saúde ajuda a evitar problemas de cândida.



# Tricomonas

A tricomonas é uma infecção causada por um parasita. Nas mulheres, é muito desconfortável e provoca comichão. Os homens normalmente não têm sinais. Se a infecção estiver dentro do pênis, pode passar para uma mulher durante o sexo sem preservativo.

As tricomonas não são perigosas mas podem irritar a vagina, o que torna mais fácil para a mulher apanhar outras ITS, incluindo o HIV.

## SINAIS

- corrimento cinzento, amarelo ou verde
- corrimento com mau cheiro
- vagina vermelha e comichão
- dor ou ardor ao urinar

## TRATAMENTO

Tome metronidazol (página 35) ou tinidazol (página 37) por via oral. As mulheres grávidas não devem tomar tinidazol.

Tratar o parceiro ou parceiros da pessoa com o mesmo medicamento.

Para se sentir melhor, sente-se numa panela com água limpa e quente durante 15 minutos, o mais frequentemente possível. Isto é um calmante para os órgãos genitais e irá acelerar a cura. Evite o sexo até que você e o seu parceiro tenham terminado o tratamento e todos os sinais tenham desaparecido.



Corrimento vaginal com mau cheiro é muitas vezes tricomonas.

# Gonorreia e Clamídia

Tanto as mulheres como os homens podem ter gonorreia e clamídia, mesmo que não tenham sinais. Se a gonorreia ou a clamídia não for tratada, pode levar a uma infecção grave ou infertilidade em mulheres e homens.

Todas as mulheres grávidas devem ser testadas para gonorreia e clamídia porque o seu bebé pode contrair estas infecções durante o parto. Se o teste mostrar que ela tem gonorreia ou clamídia ou ambas, tanto ela como o seu parceiro devem ser tratados. Se ela ou o seu parceiro tiverem sinais de infecção, mas os testes não estiverem disponíveis, eles devem ser tratados. A gonorreia e a clamídia têm sinais semelhantes.

### **SINAIS NAS MULHERES**

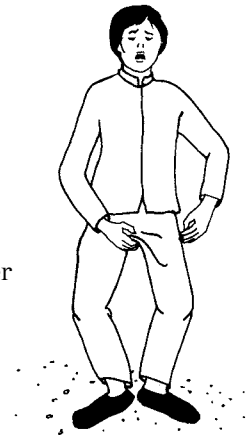
- corrimento verde ou amarelo da vagina ou ânus
- dor no baixo ventre
- febre
- dor durante as relações sexuais
- dor e ardor ao urinar

Se uma mulher tem gonorreia ou clamídia e também tem febre e dor no baixo ventre, ela pode ter doença inflamatória pélvica (ver página 11).

### **SINAIS NOS HOMENS**

- saída de pus do pénis ou ânus
- inchaço doloroso nos testículos
- dor ou ardor ao urinar

Num homem, os primeiros sinais começam 2 a 5 dias (ou até 3 semanas ou mais) após o contacto sexual com uma pessoa infectada. Numa mulher, os sinais podem não aparecer durante semanas ou meses. Mas uma pessoa que não tem nenhum sinal pode transmitir a doença a outra pessoa, começando alguns dias após a infecção.



### **TRATAMENTO**

O tratamento funciona melhor quando iniciado precocemente. Certifique-se de tomar todos os medicamentos, mesmo que comece a sentir-se melhor. Trate parceiro ou parceiros da pessoa com os mesmos medicamentos.

É melhor tratar a ambos para gonorreia e clamídia a menos que os testes confirmem que a pessoa apenas tem uma delas. Usando a combinação de 2 medicamentos para a gonorreia irá também tratar a clamídia. Se o teste mostra que existe clamídia mas não gonorreia, apenas um medicamento é necessário. O quadro da página 42 Combinação de Medicamentos para Tratar a Gonorreia e a Clamídia mostra diferentes combinações e tratamentos dependendo dos medicamentos disponíveis.

Porque a gonorreia está a tornar-se cada vez mais resistente aos antibióticos, é melhor procurar aconselhamento local sobre que medicamentos são eficazes, estão disponíveis e acessíveis na sua área. Se o corrimento e a dor não desaparecerem em 2 ou 3 dias após o início do tratamento, isso pode significar que a gonorreia é resistente ao medicamento e que é necessário um medicamento diferente.

# Doença Inflamatória Pélvica (DIP)

A Doença Inflamatória Pélvica ou DIP é o nome da infecção nos órgãos reprodutivos da mulher que provoca dor na parte inferior da barriga (dor no baixo ventre). É frequentemente chamada de “infecção pélvica”.

A infecção pélvica pode desenvolver-se se tiver tido uma ITS que não tenha sido curada, especialmente gonorreia ou clamídia. Mas, nem toda a DIP provém de uma ITS. Outras causas de DIP incluem infecção após o parto, aborto espontâneo, aborto, ou raramente, porque um DIU (dispositivo intra-uterino) foi inserido no útero sem seguir os procedimentos de esterilização necessários.

Os micróbios que causam infecção pélvica passam da vagina para o colo do útero, o útero, tubos e ovários. Se a infecção não for tratada a tempo, pode causar dor crónica, infertilidade, doença grave, ou morte.



## **SINAIS (VOCÊ PODE TER UM OU MAIS DESTES SINAIS)**

- dor no baixo ventre (pélvis) – esta pode ser ligeira ou intensa
- dor ou sangramento durante as relações sexuais
- dor quando se faz pressão no baixo ventre
- febre
- sentir-se fraca e muito doente
- sangramento ou corrimento vaginal com mau cheiro

## **TRATAMENTO**

Esta infecção é geralmente causada por uma mistura (vários) de micróbios, pelo que são necessários 3 tipos de medicamentos. Ver Combinação de medicamentos para tratar a Infecção Pélvica (DIP) na página 43.

Inicie o tratamento imediatamente. Se não se sentir melhor após 2 dias e 2 noites (48 horas), ou se estiver muito doente com febre alta ou vômitos, ou se estiver grávida ou tiver feito um aborto ou dado à luz recentemente, dirija-se imediatamente a um centro de saúde ou hospital. Você irá precisar de medicamentos administrados na veia (IV).

Se você tiver DIP, o seu parceiro ou parceiros precisarão ser testados para detecção de infecção e ser tratados.

## Sífilis e Cancróide

A sífilis é uma ITS grave que ao longo do tempo afecta todo o corpo. O primeiro sinal é uma ferida sem dor que desaparece. Se a pessoa não a notar e não for tratada, a sífilis permanecerá no corpo. Todas as mulheres grávidas devem ser testadas para a sífilis e tratadas para que esta não passe para o bebé e cause o nascimento de um bebé prematuro, deformado, ou morto. Se tiver HIV ou outra ITS, muitas vezes o profissional de saúde também lhe fará o teste da sífilis.

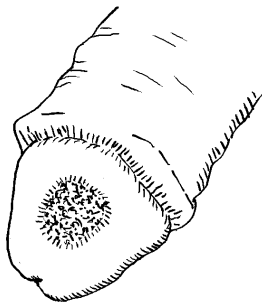
O cancroide é uma ITS causada por bactérias que causam feridas dolorosas nos genitais e gânglios linfáticos aumentados e muito dolorosos. Tal como a sífilis, se tratada precocemente, pode ser curada com medicamentos.

Se não tiver certeza se uma pessoa tem uma ou outra ou ambas (sífilis e cancroide), trate de ambas. Tratar também ambas se um teste mostrar ambos ou se ambos forem muito comuns na sua área. Ver Combinação de medicamentos para tratar a sífilis e o cancroide, na página 44. Tratar o parceiro ou parceiros da pessoa com os mesmos medicamentos.

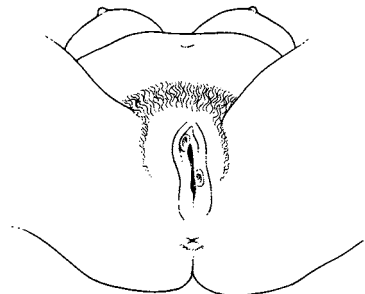
Outras infecções podem facilmente passar através de uma ferida nos genitais, especialmente hepatite B, HIV, e outras ITS. Para prevenir a transmissão ou apanhar estas infecções, fazer tratamento e evitar relações sexuais até que as feridas cicatrizem.

Mantenha as feridas limpas enquanto curam. Lave-as todos os dias com água e sabão, e seque cuidadosamente. Não deixe nenhuma outra pessoa usar o pano que usou para seca-las.

Ferida da sífilis ou cancroide no pénis



Feridas da sífilis ou cancroide nos genitais de uma mulher



Apesar da sífilis e o cancroide iniciarem com feridas, as feridas da sífilis geralmente não são dolorosas. A ferida da cancroide é geralmente dolorosa.

### **SINAIS DE SÍFILIS**

O primeiro sinal é geralmente uma ferida pequena não dolorosa, chamada cancro. Que surge 2 a 5 semanas após o contacto sexual com uma pessoa que tenha sífilis. No início o cancro parece um nódulo depois abre-se para formar uma ferida. Geralmente aparece na zona genital, mas pode também aparecer na boca ou no ânus. Nas mulheres, a ferida pode estar dentro da vagina e não ser notada.

A ferida dura de alguns dias a algumas semanas e depois desaparece sem tratamento. Semanas ou meses mais tarde pode surgir uma erupção cutânea (especialmente nas palmas das mãos e plantas dos pés), dor de garganta, febre ligeira, ou feridas na boca. Qualquer condição estranha na pele que surja dias ou semanas após uma ferida nos genitais pode ser sífilis. Faça o teste e trate rapidamente. Sem tratamento, a sífilis pode alastrar-se para outras partes do corpo, causando doença cardíaca, paralisia, perturbações mentais, e mesmo a morte. Como a sífilis é muito perigosa, muitos países têm programas de testes gratuitos.

### **TRATAMENTO DA SÍFILIS**

O melhor tratamento é penicilina benzatínica injectada no músculo (página 31). Se esta não estiver disponível ou a pessoa tiver alergia a penicilina, então use doxiciclina por via oral (página 33). A Eritromicina (página 34) pode ser usada mas não é tão eficaz e o número de doses pode irritar o estômago. As mulheres grávidas devem procurar ajuda para o tratamento num centro de saúde ou hospital.

### **SINAIS DE CANCRÓIDE**

As feridas da sífilis e do cancroide podem parecer iguais mas se a ferida é dolorosa e sangra facilmente, pode ser cancroide. Outros sinais de cancroide são gânglios linfáticos nas virilhas e febre baixa.

### **TRATAMENTO PARA CANCRÓIDE**

O melhor tratamento é a azitromicina por via oral (página 30). Ou use um destes: ceftriaxona injectada no músculo (página 32), ou ciprofloxacina (página 32), ou eritromicina por via oral (página 34).

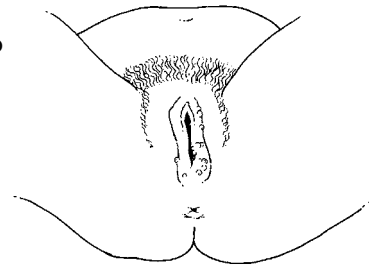
# Herpes Genital

O herpes genital é uma ITS causada por um vírus. Não existe cura para o herpes, mas o tratamento pode tornar o herpes menos doloroso.

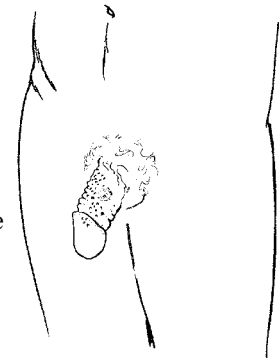
O herpes genital provoca feridas dolorosas nos genitais ou ânus que aparecem e desaparecem durante meses ou anos. As feridas podem transmitir-se para a boca durante o sexo oral. (algumas feridas da boca – chamadas feridas frias – são causadas por um tipo diferente de herpes.)

O herpes pode passar da mãe para o bebê durante o parto, se a mãe tiver feridas causadas por herpes na vagina. Uma mulher em trabalho de parto com feridas causadas por herpes deve ter o parto num hospital, geralmente por cesariana. Trate a mãe no último mês da gravidez para evitar que as feridas passem durante o parto.

Outras infecções podem facilmente passar de uma pessoa para outra através de feridas genitais, especialmente a hepatite B, HIV, e outras ITS. Para prevenção da transmissão ou apanhar essas infecções, procure tratamento e evite relações sexuais durante o tratamento até que as feridas curem.



vesículas de herpes nos genitais



## SINAIS

- formiguento, prurido (comichão) ou sensação dolorosa da pele nos genitais ou, menos comumente, nas coxas
- pequenas vesículas que rebentam e formam feridas dolorosas e abertas nos genitais

A primeira vez que tiver feridas causadas por herpes, estas podem durar 3 semanas ou mais. Pode ter febre, dores de cabeça, dores no corpo, calafrios, ou gânglios linfáticos inchados na virilha. As infecções seguintes não são normalmente tão graves como as primeiras. Quando uma pessoa tem o vírus, as feridas podem reaparecer muitas vezes. Para aliviar a dor das feridas do herpes, ver Como Sentir-se Melhor Enquanto se Cura De uma ITS, página 19.

## TRATAMENTO

Não existe cura para o herpes, mas o aciclovir (página 40) torna a infecção ligeira e menos dolorosa. Use aciclovir assim que os sinais aparecerem.

## PREVENÇÃO

Reduza a transmissão do herpes não tendo relações sexuais quando tiver uma ferida. Usando preservativo que cubra a ferida pode reduzir a transmissão. Os preservativos femininos podem funcionar melhor porque eles cobrem mais os genitais.

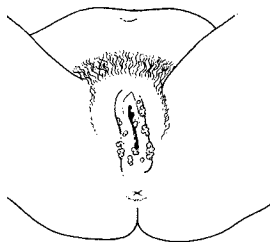
Lave sempre as mãos com água e sabão após tocar a ferida assim os seus dedos não transmitem a infecção para outras pessoas na sua família.

# Verrugas Genitais

As verrugas são causadas por um vírus. As verrugas nos genitais são mais moles do que as verrugas noutras partes do corpo e geralmente existem mais. É possível ter verrugas no interior da vagina ou na ponta do pênis e não saber. Embora as verrugas possam eventualmente desaparecer, geralmente continuam a piorar e devem ser tratadas. Como as verrugas genitais podem parecer um sinal precoce de sífilis, teste primeiro para a sífilis antes de tratar as verrugas, e se for sífilis, trate-a de imediato.

As verrugas crescem rapidamente durante a gravidez e podem sangrar durante o parto, o que pode infectar o bebé. Uma mulher grávida com verrugas deve consultar um profissional de saúde para ver se deve dar à luz num hospital por cesariana.

## SINAIS

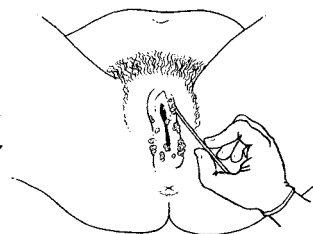


- crescimento pequeno da pele, firme, esbranquiçado ou acastanhado que tem uma superfície rugosa. Nas mulheres crescem nos lábios da vagina, dentro da vagina, ou à volta do ânus. Nos homens crescem normalmente no pênis, mas também podem crescer no escroto ou no ânus.
- por vezes as verrugas fazem comichão



## TRATAMENTO

Vários tratamentos administrados uma vez por semana são geralmente necessários. O profissional de saúde aplica geralmente o primeiro tratamento e pode mostrar-lhe como tratar em casa ou mandar-lhe regressar para tratamentos. Os medicamentos incluem ácido tricloroacético (TCA), ácido bicloroacético (BCA), ou podofilox, ver páginas 40 a 41.



## PREVENÇÃO

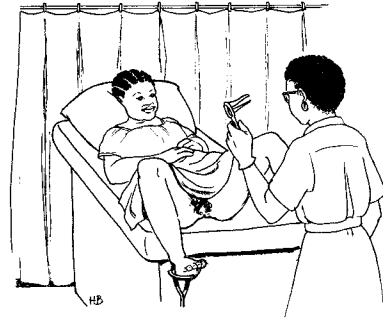
Usar o preservativo durante as relações sexuais se você ou o seu parceiro tem verrugas genitais ou evite sexo até que elas desapareçam. A vacina que previne o Papiloma Vírus Humano (HPV) ajuda a prevenir verrugas genitais.

## Papiloma Vírus Humano (HPV)

Existem muitos tipos do papiloma vírus humano (HPV). Alguns tipos de HPV causam verrugas genitais (página 15). Alguns tipos de HPV são mais perigosos e podem causar cancro do colo do útero, cancro da garganta ou cancro do ânus. A maioria das pessoas com HPV não tem sinais visíveis do vírus.

Testes de rastreio simples, tais como um profissional de saúde que observe o colo do útero após a aplicação de vinagre, podem mostrar se existem células anormais no colo do útero causadas por HPV. Mas mesmo que os testes encontrem o HPV, isso não significa que haja cancro.

Um tratamento seguro e indolor chamado crioterapia congela e mata as células anormais do colo do útero de uma mulher para que não se transformem em cancro. Para mais informações sobre os testes e tratamento do cancro do colo do útero, ver o capítulo sobre Cancro, página 12.



Uma amostra do esfregaço do colo do útero é utilizada para testar o HPV.

Uma vacina pode proteger contra os tipos mais perigosos de HPV, incluindo os tipos que causam a maioria das verrugas genitais. Uma série de vacinas, administradas geralmente entre os 9 e 26 anos de idade, evita apanhar ou transmitir infecções por HPV que podem levar a cancro. Ver o capítulo Vacinas Previnem Doenças, página 10.

## Hepatite B e Hepatite C

A hepatite é uma inflamação do fígado, muitas vezes causada por um vírus. Existem muitos tipos de hepatite, mas a hepatite B e a hepatite C podem ser transmitidas através do sexo ou do sangue. A hepatite B transmite-se muito facilmente de uma pessoa para outra, incluindo durante a relação sexual. A hepatite C é mais susceptível de se transmitir através do contacto sangue a sangue e é menos provável que se transmita apenas pela relação sexual. A relação sexual durante a menstruação ou quando há outra ITS, especialmente HIV, torna mais provável que a hepatite C seja transmitida através da relação sexual. A hepatite B e C pode provocar danos permanentes no fígado (cirrose), cancro do fígado, e mesmo à morte. A hepatite C é uma das principais causas de morte das pessoas com HIV/SIDA.

Tanto a hepatite B como a C podem passar para o bebé no útero.



### **SINAIS DE HEPATITE B**

- falta de apetite
- cansaço e sensação de fraqueza
- olhos amarelos e as vezes pele amarela (principalmente as palmas das mãos e planta dos pés)
- dor abdominal ou náusea
- urina castanha, cor de coca-cola, e fezes esbranquiçadas

### **SIGNS OF HEPATITIS C**

Os mesmos sinais de hepatite B ou pode não haver sinais até muitos anos após ter sido infectado.

Muitas pessoas nem sabem que a têm até que são testadas.

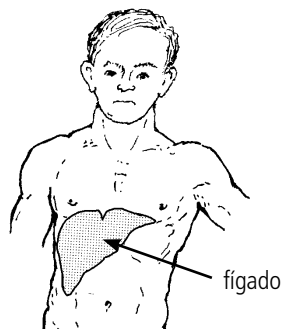
### **TRATAMENTO**

Agora existem medicamentos que tratam a hepatite B e C, e podem mesmo curar a hepatite C. Ficar curado da hepatite C não o impede de ter novamente se for exposto. Faça testes no seu centro de saúde para descobrir que tipo de hepatite pode ter e que medicamentos estão disponíveis. Mesmo sem medicamentos, ainda se pode sentir melhor e ajudar o seu fígado a sarar, descansando bastante, e bebendo sumos, caldos ou sopas de vegetais. Para controlar as náuseas e vômitos, beba refresco, bebidas com gengibre, ou chás como a camomila. No entanto, não beba álcool. Mesmo um pouco de álcool prejudicará ainda mais o fígado e fá-lo-á sentir-se pior. Não usar paracetamol (acetaminofeno) ou medicamentos que o tenham como ingrediente porque pode ser prejudicial para um fígado inflamado. Se necessário, tome ibuprofeno ou aspirina em vez de paracetamol. Há mais informação sobre cuidados com o fígado e hepatite no capítulo Dor Abdominal, Diarreia e Parasitas, páginas 17 a 19.

### **PREVENÇÃO**

Usar sempre preservativo durante a relação sexual, e não partilhar agulhas ou outros materiais quando injectar drogas. Usar tinta fresca e certificar-se de que os instrumentos para a tatuagem, escarificação, piercing, ou corte na pele são sempre esterilizados antes do uso porque o vírus da hepatite C pode viver em superfícies abertas ou em líquido durante 3 semanas. A hepatite C pode mesmo ser transmitida através da partilha de escovas de dentes ou lâminas de barbear. Não os partilhe com outras pessoas.

A vacina que previne a hepatite B é uma série de 3 injeções para lactentes, geralmente administradas juntamente com outras vacinas durante os primeiros 6 meses de vida. Se a mãe tiver sido vacinada, um bebé não apanhará o vírus durante o parto. As crianças mais velhas e os adultos que não foram vacinados quando eram bebés ainda podem ser vacinados.



Pode não haver sinais de hepatite B e hepatite C, mas estas infecções causam sérios danos no fígado.

## HIV

O HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana) é uma ITS que pode passar de uma pessoa para outra através das relações sexuais, agulhas contaminadas e sangue infectado. O HIV não se transmite através do contacto diário, como apertar as mãos, abraçar, ou beijar, de viver, brincar, ou comer juntos, ou de dormir uns ao lado dos outros. Também não é transmitido por comida, água, insectos, assentos das sanitas, ou partilha de copos. Embora as pessoas pensem frequentemente que o HIV e a SIDA são a mesma coisa, a SIDA é uma doença que se desenvolve mais tarde, depois da pessoa ter sido infectada pelo HIV durante algum tempo sem fazer tratamento.

No início o HIV não apresenta sinais. Alguém que parece e se sente completamente saudável pode ter e transmitir o HIV. Os primeiros sinais da doença podem levar anos a aparecer. A única forma de ter certeza se tem ou não HIV é fazer um teste de HIV. Os testes estão disponíveis em muitos centros de saúde de forma gratuita ou a baixo custo.

O tratamento do HIV/SIDA (medicamentos anti-retrovirais) está mais disponível e tem menos efeitos adversos. Embora não estejam curadas, as pessoas que tomam medicamentos contra o HIV não desenvolverão SIDA, mas permanecerão saudáveis e terão uma vida normal e longa. O medicamento limita o vírus no seu corpo e isto ajuda a evitar que o HIV passe para outras pessoas.

Se pensa que pode ter uma hipótese de contrair o HIV, faça o teste para que possa iniciar o tratamento o mais rapidamente possível. Para mais informações sobre o HIV, ver o capítulo sobre HIV e SIDA (em desenvolvimento).



O fim do HIV virá quando as pessoas vivendo com HIV forem tratadas como qualquer outra e os medicamentos anti-retrovirais estiverem disponíveis para todos.

# Como Sentir-se Melhor Enquanto se Cura Da ITS

Quanto mais cedo começar o tratamento da sua ITS, mais cedo se sentirá melhor. Tome todo o medicamento que lhe foi prescrito, mesmo que comece a sentir-se melhor antes de terminar os comprimidos. Para obter alívio do desconforto de uma ITS antes de estar curado:

**Se tiver feridas ou comichão nos órgãos genitais,** sente-se numa bacia com água limpa e quente durante 15 minutos, 2 ou mais vezes por dia. Se tiver uma infecção por fungos, pode adicionar uma pequena quantidade de sumo de limão, vinagre, iogurte (sem açúcar ou sabores), ou leite azedo (fermentado) à água quente.



**Se tiver herpes doloroso ou outras feridas nos genitais,** experimente um destes tratamentos:

- Envolve um pedaço de gelo num pano limpo. Coloque-o directamente sobre a ferida durante 20 minutos, assim que sentir que a ferida está a aumentar.
- Faça uma compressa embebendo um pano em chá preto arrefecido e coloque-o sobre a ferida. Uma compressa feita de solução de acetato de alumínio também acalma.
- Sente-se numa bacia ou banheira com água limpa e fresca.
- Misture água e bicarbonato de sódio ou amido de milho numa pasta e coloque-a sobre a zona dolorosa.



**Se tiver úlceras genitais e forem dolorosas ao urinar,** deite água limpa sobre a área genital enquanto urina. Ou sente-se numa bacia com água fria enquanto urina.

**Se tiver dores,** tome um medicamento para as dores como aspirina, ibuprofeno, ou paracetamol (acetaminofeno).



**Use roupa interior e calças largas.** Isto permite que o ar circule pelos genitais, o que ajudará a sarar.

**Lave a sua roupa interior uma vez por dia e seque-a ao sol.** Isto mata os germes que podem causar infecções.

**Não tenha relações sexuais até que se sinta melhor e os sinais tenham desaparecido.** Se tiver relações sexuais, use preservativo com lubrificação.

## ITS e Gravidez

Quando uma mulher grávida tem uma ITS, o seu bebé pode ser exposto à infecção através do sangue da mãe durante a gravidez, durante o parto quando o bebé passa pela vagina, ou no leite materno.

Uma ITS não tratada ou não controlada pode prejudicar tanto a mulher como o seu bebé. Os bebés podem nascer antes do tempo (prematturos) ou muito pequenos, podem nascer doentes ou ficar doentes mais tarde. Testar para a ITS pode dizer-lhe que não a tem e não precisa se preocupar com ela, ou pode ajudá-la a ter o tratamento correcto durante a gravidez ou no parto. O tratamento pode curar a mãe e o filho, e tratar também o parceiro da mulher.



### Gonorreia e clamídia

A gonorreia e a clamídia podem passar para o bebé durante o parto e causar infecções nos olhos, cegueira ou problemas graves nos pulmões. Para prevenir as infecções nos olhos, aplique pomada de eritromicina nos olhos do bebé imediatamente após o parto (ver Recém-nascido e Aleitamento Materno, página 27).

### Sífilis

A sífilis pode passar para o bebé no útero, causando um nascimento prematturo, deformações ou morte. Faça o teste e o tratamento durante a gravidez.

### Herpes

O herpes pode passar para o bebé durante o parto se a mãe tem feridas nos genitais. Se foi recentemente diagnosticada de herpes ou tem feridas, o melhor é ter o parto num hospital. Eles podem fazer o parto através de uma operação (cesariana) e tratar o bebé após o parto.

### Verrugas

As verrugas geralmente não passam ao bebé, mas elas podem incomoda-la durante a gravidez. Trate as verrugas (ver páginas 40 e 41) ou aguarde até ao parto para trata-las. Porque as verrugas podem sangrar durante o parto, consulte um profissional de saúde sobre as suas opções para ter o parto no hospital.



## Hepatite B

A mulher grávida pode passar a sua hepatite B ao seu bebé. O bebé necessitará da vacina HepB imediatamente após o parto e outro tratamento para prevenir a infecção por hepatite B.

## HIV

Testar para o HIV quando grávida significa que você pode obter medicamentos para prevenir a sua passagem para o bebé. Os medicamentos para o HIV (anti-retrovirais) protegerão a mãe e o bebé.

# Prevenir Infecções de Transmissão Sexual

As infecções de transmissão sexual (ITS) são transmitidas de pessoa para pessoa durante as relações sexuais. Isto acontece quando há contacto com a pele ou fluidos da vagina, pênis, ânus, ou boca. Qualquer pessoa pode contrair uma ITS, mas elas são menos susceptíveis de se transmitir quando as pessoas praticam sexo seguro, tratam e curam infecções, e trabalham para mudar as condições que permitiram que as ITS se tornassem um problema grave.

É **mais provável** que contraia uma ITS se:

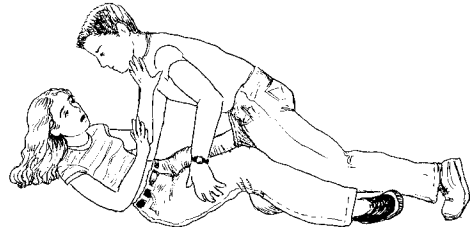
- o seu parceiro tiver sinais de uma ITS. Eles podem facilmente passar-lhe a ITS, ou poderiam já tê-la passado, mesmo que você não tenha sinais.
- tiver mais do que um parceiro.
- tiver um novo parceiro que possa ter uma ITS do seu parceiro anterior.
- o seu parceiro tem outros parceiros que podem ter ITS.
- você e seu parceiro não usam preservativos.
- tem relações sexuais com alguém que partilha agulhas usadas para administrar medicamentos, ou se partilham agulhas para injectar drogas.

**Onde há testes disponíveis, teste frequentemente se há possibilidade de contrair uma ITS.** O teste de ITS a cada 6 a 12 meses é uma boa ideia tanto para mulheres como para homens que tem relações sexuais sem proteção com mais do que um parceiro, com um parceiro que tem relações sexuais com outros, ou uma pessoa que injecta drogas.

## As mulheres têm maior risco

As mulheres enfrentam mais obstáculos para se protegerem das ITS e receberem tratamento adequado, especialmente nas comunidades onde:

- o casamento prematuro é comum.
- é negada informação e serviços de saúde sexual as mulheres.
- se espera que os homens tenham muitas parceiras.
- é negada educação as mulheres e raparigas.
- ninguém fala sobre abuso sexual ou como parar com isso.
- mulheres estão em situações onde é difícil ou perigoso recusar relações sexuais.
- trabalho sexual (prostituição) é criminalizado.
- sexo e sexualidade são considerados vergonhosos, mesmo pensando que são normais e ninguém fala sobre sexo abertamente.



## Sexo seguro

What is safer sex and how can you make sex more safe for O que é sexo seguro e como pode tornar o sexo mais seguro para si? Isto pode não ser fácil, mas muitas vezes existe algo que pode fazer. Praticar sexo seguro pode evitar que tenha ou transmita uma ITS.

Aqui estão algumas formas de ter sexo seguro:

- **Não ter relações sexuais.** Isto também é designado abstinência sexual. Se não tiver relações sexuais, não terá uma ITS. Todos podem fazer isto durante pouco tempo, mas para a maioria das pessoas esta escolha não é o que desejam para o resto das suas vidas.
- **Tenha relações sexuais com apenas um parceiro.** Escolha uma pessoa que conhece bem e tenha certeza que apenas tem relações sexuais consigo. Façam testes juntos para se certificarem de que nenhum de vocês tem uma ITS de um parceiro anterior. Ser fiel um ao outro e evitar outras formas de apanhar uma ITS irá proteger a ambos.
- **Não tenha relações sexuais com alguém que tenha sinais de ITS.** Ajude-os a serem testados e tratados antes de ter relações sexuais com eles. A menos que a pessoa seja testada, é difícil saber quem tem uma ITS e quem não tem. As ITSs podem transmitir-se mesmo que a pessoa não tenha sinais.
- **Fazer sexo sem penetração da vagina ou do ânus.** Existem muitas formas de dar e obter prazer sem penetração, incluindo beijar, esfregar, ou massajar diferentes partes do corpo, e tocar os genitais um do outro com as mãos (masturbação mútua) ou com a boca (sexo oral).
- **Usar sempre preservativos.** Coloque sempre um preservativo de látex antes que os genitais do seu parceiro toquem os seus, mesmo com um parceiro de longa duração. Os preservativos femininos protegem melhor contra as ITSs porque cobrem mais a área genital. Se estiver a tentar engravidar, só tenha relações sexuais sem preservativo durante o seu período fértil. Use preservativos masculinos ou femininos durante o sexo oral. Use também preservativo com brinquedos sexuais que mais do que uma pessoa tenha partilhado.



Beijar é seguro



Tocar é seguro



Sexo oral é menos seguro que tocar — mais seguro com preservativo



Sexo vaginal é mais arriscado que o oral — mais seguro com preservativo



Sexo anal é muito arriscado — mais seguro com preservativo

## Falar de sexo com o seu parceiro

A maioria das pessoas é ensinada a não falar sobre sexo, mesmo com as pessoas com quem fazem sexo. Aqui estão algumas sugestões:

- **Concentre-se na segurança.** Se você quer sexo seguro, o seu parceiro pode pensar que não confia nele. Mas a questão é a segurança, não a confiança, porque uma pessoa pode ter uma ITS sem o saber. Sexo mais seguro é uma boa ideia para o casal, mesmo que ambos os parceiros tenham relações sexuais apenas um com o outro.
- **Concentre-se na prevenção da gravidez indesejada.** Se não quiser ter um filho agora, você e o seu parceiro podem falar sobre como os preservativos previnem as ITS e impedem a gravidez.
- **Pratique conversando com um amigo.** Peça a um amigo que finja ser seu parceiro e depois pratique o que quer dizer. Pense em como o seu parceiro poderia responder, e pratique para cada possibilidade. É provável que ambos se sentirão nervosos falando sobre sexo, pense nas formas de tornar a conversa mais fácil para cada um de vocês.
- **Não espere até que vocês estejam quase a ter relações sexuais para falar sobre isso!** Escolha um momento em que ambos estão relaxados e se sentem bem sobre um e outro. Se você parou de ter sexo porque tem um novo bebê, ou está sendo tratada por uma ITS, tente falar antes de ter sexo outra vez. Se você e o seu parceiro vivem longe um do outro ou devem viajar muito, fale sobre como proteger a sua saúde sexual antes de estarem juntos.
- **Aprenda mais sobre os riscos e como ter sexo seguro.** As pessoas que não sabem muito sobre ITS, como elas se transmitem e os seus efeitos na saúde a longo termo, não compreendem os riscos envolvidos no sexo não seguro. A informação pode ajuda-lo a convence-los da necessidade de praticar sexo seguro.





## Tratamento como prevenção

A maioria das ITS pode ser curada com tratamento, especialmente quando o tratamento inicia o mais cedo possível. Ter uma ITS torna a infecção por HIV ou outra ITS mais provável, mas após o tratamento, as pessoas geralmente não transmitem ITS a outras.

**Trate imediatamente.** Os profissionais de saúde conhecem a sua comunidade e se uma pessoa veio procurar ajuda para uma ITS é provável que regresse para receber outros cuidados. Isso irá ajudá-los a decidir com que tratamento ou tratamentos iniciar.

**Trate os parceiros.** Quando uma pessoa descobre que tem uma ITS, outras pessoas com quem teve relações sexuais precisarão ser testadas e tratadas. Se lhe for difícil falar com antigos parceiros, os profissionais de saúde e os programas de ITS podem ajudar a contactar as pessoas para que estas sejam testadas. Se conseguir falar com ex-parceiros em segurança, insista que eles evitem todo o contacto sexual até que sejam testados, tratados e curados.

**Tratar as mulheres grávidas rapidamente** previne que a infecção se transmita e os problemas que podem causar ao bebé (ver página 20).

### Medicamentos preventivos para algumas ITS

A Profilaxia Pós Exposição (PrPE) é uma forma de usar os medicamentos para tratar o HIV, o chamado tratamento anti-retroviral, para prevenir que uma pessoa apanhe uma infecção por HIV. Quando uma pessoa é exposta ao HIV (por exemplo, por violação ou sexo sem preservativo, ou por agulhas de seringas ou contacto com sangue), tomar medicamentos contra o HIV o mais rápido possível dentro de 3 dias pode prevenir a infecção pelo HIV. Quando as pessoas expostas ao HIV são negativas, a toma diária dos medicamentos contra o HIV (anti-retrovirais) para prevenir a infecção, chama-se Profilaxia Pré-Exposição (PrEP). Ver o capítulo sobre HIV e SIDA (em desenvolvimento) para mais informações.

Uma série completa de vacinas contra a hepatite B e a imunoglobulina para a hepatite B (HBIG), iniciada cedo possível após a exposição, pode prevenir a infecção pela hepatite B

### Os programas de rastreio, testes e tratamento de ITS devem estar em todo lado

Quando os centros de saúde fornecem testes e tratamento de ITS como parte dos serviços de planeamento familiar, consultas pré-natais, e outros serviços de saúde, os testes e tratamento tornam-se mais acessíveis a todos. Todos, especialmente os jovens, precisam de serviços acessíveis, económicos e respeitados. Acrescentar serviços as clínicas baseadas em escolas ou realizar eventos especiais para oferecer testes e aconselhamento em feiras de rua, bares, salões de dança, ou qualquer outro lugar onde as pessoas não vão regularmente para obter cuidados de saúde. Qualquer lugar onde a pessoa vá é um bom local para ter informações e serviços sobre ITS.

## Como os profissionais de saúde fazem a diferença na prevenção e cuidados das ITS

**Mostre como é normal falar sobre sexo.** Todos se preocupam se algo parece errado com os seus órgãos genitais. As pessoas muitas vezes têm medo de procurar ajuda, especialmente se o problema parecer estar relacionado com ter relações sexuais. Mostre compaixão para com as pessoas nesta situação. Trate-as bem e elas sentir-se-ão aliviadas e não envergonhadas por terem vindo até si. A sua atitude positiva ajuda não só essa pessoa, mas também as outras que possam não procurar testes ou tratamento por medo de serem julgadas.

**A informação sobre saúde é privada.** Quando uma pessoa lhe vem pedir ajuda, mantenha em sigilo o que lhe disse. Se não o fizer, ela pode não voltar a procurar tratamento novamente no sistema de saúde.

**A crítica não cura.** Respostas honestas a perguntas, juntamente com os testes e medicamentos necessários, são a melhor forma de ajudar. Se não conseguir tratar a ITS ajude a encontrar cuidados de baixo custo nas proximidades.

**Respeite a sexualidade das pessoas.** Lembre-se que a pessoa que ajuda podem ser gay, lésbica, ou bissexual, mesmo que não lhe fale sobre isso. Encontre palavras adequadas para parceiros sexuais que podem servir tanto um homem como uma mulher. Dê também as boas vindas aos transgénero e respeite o que lhe dizem sobre ser homem, mulher, ou ter outro nome para o seu género. Durante um exame genital, não mostre surpresa se a pessoa não tiver as partes do corpo que associa ao seu sexo. Concentre-se em como tratar a condição da pessoa, e só fale sobre o seu género se quiser. A saúde de todos é melhor quando se pode ajudar qualquer pessoa com um problema de saúde.



**Ajudar os jovens.** As ITS são um problema sério e crescente para os jovens, especialmente para as meninas. Os jovens são mais propensos a falar com outros da sua idade que partilham os seus valores, planos e escolhas. Muitas vezes os jovens não podem contar com o apoio das famílias. Pode apoiar os jovens fornecendo locais de encontro que sejam seguros, onde ninguém os julgue, e onde possam encontrar informação correcta sobre saúde, sexo, serviços de saúde sexual, e as suas outras preocupações.

Todos têm relações sexuais. O seu trabalho como profissional de saúde não é julgar ou tomar decisões pelas pessoas, mas sim tratá-las agora e apoiar a sua capacidade de fazer escolhas mais seguras e saudáveis para si próprios.

### Para tornar os serviços mais úteis para os jovens:

- Disponibilizem os vossos serviços onde os jovens vão, tais como escolas, mercados, e centros comunitários.
- Reserve horas “apenas para jovens” num centro de saúde no final da tarde, à noite, ou fins-de-semana.
- Assegure aos jovens que os profissionais de saúde os tratarão com respeito e não partilharão as suas informações com mais ninguém.
- Treine os jovens como conselheiros de pares.
- Torne os serviços e preservativos gratuitos ou tão baratos quanto possível.

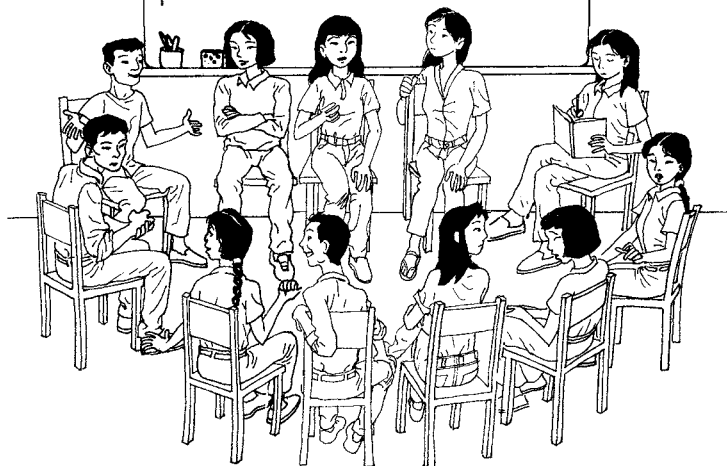


### Treino dos profissionais de saúde

Discuta:

5 formas de fazer com que as pessoas se sintam bem-vindas

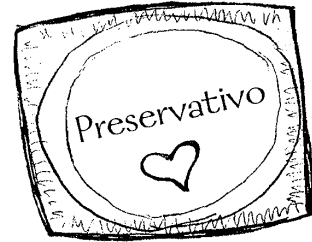
5 formas de falar sem criticar a pessoa



## Pare a vergonha e o estigma sobre a ITSs

**Partilhe informação sobre preservativos e como usa-los.** Muitas unidades sanitárias, programas governamentais e organizações não-governamentais, fornecem preservativos gratuitos a pessoas que necessitam deles. Veja o capítulo Planeamento Familiar (p. 8) para mais informação sobre como usar preservativos masculinos e femininos.

**Trabalhe com a sua comunidade.** Fale e ensine sobre sexo. É mais provável as pessoas prevenirem as ITS quando podem falar abertamente sobre sexo e têm acesso a informação, serviços e preservativos assim como testar e tratar as ITS. O manual da Hesperian *Guía práctica para promover la salud de las mujeres* tem muitas actividades e ideias para iniciar discussões e resolver os problemas relacionados com a saúde sexual.



Onde se ensina que o sexo é vergonhoso, é mais difícil procurar ajuda para uma ITS. Se casais do mesmo sexo, têm relações sexuais (entre 2 homens, ou entre 2 mulheres) forem discriminados ou vivem escondidos, as pessoas terão mais dificuldade em falar com os seus parceiros sobre sexo seguro, testes, ou ver um profissional de saúde.

O estigma ou a discriminação contra trabalhadores do sexo, pessoas que usam drogas injectáveis, têm a pele escura, ou são membros de uma classe ou casta considerada “inferior”, tornam difícil para a comunidade prevenir as ITS.

Os centros de saúde podem ajudar a diminuir o estigma de ter uma ITS, fornecendo testes e tratamento como parte de rotina dos cuidados de saúde para todos, adultos e jovens. Para que as pessoas se sintam confortáveis com os testes de ITS, precisam saber que serão tratadas com respeito e privacidade.

A longo prazo, as ITS podem ser melhor prevenidas lutando por condições sociais e económicas mais justas. Quando as famílias não precisam se separar para encontrar trabalho, quando as pessoas não precisam de trocar os seus corpos por comida, abrigo ou dinheiro, e quando os jovens têm acesso à educação e a um futuro, haverá menos casos de infecções de transmissão sexual.

# Infecções de Transmissão Sexual: Medicamentos

A maioria das ITS pode ser tratada com sucesso com antibióticos. São também utilizados medicamentos anti-fúngicos e medicamentos para aliviar a dor. Embora não curáveis, o HIV e o herpes podem ser controlados com medicamentos que o ajudarão a sentir-se melhor e a manter-se saudável. Para saber mais sobre medicamentos para o HIV, ver o capítulo HIV e SIDA (em desenvolvimento).

Os medicamentos para as ITS só funcionam quando se tomam todos os medicamentos de acordo com o recomendado. Mesmo que os sinais desapareçam, não será curado até que todos os medicamentos tenham tempo para funcionar. Se os sinais não começarem a desaparecer até 3 dias depois de tomar os medicamentos, consulte um profissional de saúde. A dor ou corrimento vaginal também pode ser causado por outro problema, ou pode precisar de um medicamento diferente.

**Nota: Todas as doses apresentadas são para adultos e crianças com mais de 12 anos de idade.**

## Antibióticos

Os antibióticos são medicamentos que combatem a infecção por bactérias. Antibióticos diferentes combatem bactérias diferentes. Os antibióticos com a mesma composição química são da mesma família. É importante conhecer as famílias de antibióticos porque:

1. Os antibióticos da mesma família podem frequentemente tratar os mesmos problemas. Isto significa que você pode utilizar um medicamento diferente da mesma família.
2. Se você é alérgico a um antibiótico de uma família, você também pode ser alérgico aos outros antibióticos da mesma família. Isto significa que terá de tomar um medicamento de uma família diferente.

Os antibióticos devem ser administrados até completar o tratamento. Parar antes de completar os dias de tratamento, mesmo que se sinta melhor, pode fazer com que a infecção volte de forma grave que é mais difícil de tratar. No entanto, se houver efeitos adversos graves do antibiótico, como diarreia frequente ou uma erupção cutânea que provoca comichão que se alastra rapidamente pelo corpo e poderá ser necessário parar de usar o antibiótico. Para ajudar na decisão, consulte imediatamente um profissional de saúde.

## Amoxicilina

---

Amoxicilina é um antibiótico da família das penicilinas utilizada para tratar as ITS e outras infecções. Devido ao surgimento de resistência a mesma, é menos útil do que anteriormente.

### Efeitos adversos

A amoxicilina pode causar diarreia, erupção cutânea, náusea, ou vômitos. Pode causar infecção por fungos em mulheres ou erupções cutâneas nas fraldas em crianças.

### Importante

Não utilizar se for alérgico a medicamentos da família das penicilinas.

Se não começar a melhorar em 3 dias, poderá necessitar de um medicamento diferente.

### Como usar

Tomar com as refeições.

#### Clamídia:

- ➔ Dar 500 mg por via oral 3 vezes por dia durante 7 dias. Não usar amoxicilina para tratar a clamídia, a menos que não haja disponível azitromicina ou doxiciclina.

#### Doença Inflamatória Pélvica (DIP):

- ➔ Dar 500 mg por via oral 3 vezes por dia durante 14 dias (dar também ceftriaxona ou espectinomicina para tratar a DIP, ver página 43). Não utilizar amoxicilina para tratar DIP, a menos que não haja disponível nenhum dos seguintes: azitromicina, doxiciclina, ou eritromicina.

## Azitromicina

---

A azitromicina é um antibiótico da família dos macrólidos utilizado para tratar muitas ITS. A azitromicina é segura durante a gravidez e a amamentação.

### Efeitos adversos

A azitromicina pode causar diarreia, náuseas, vômitos, e dores abdominais.

### Importante

Não utilize este antibiótico se tiver alergias à eritromicina ou outros antibióticos da família dos macrólidos.

### Como usar

#### Gonorreia, clamídia, ou cancroide:

- ➔ Dê 1 grama (1000 mg) por via oral apenas 1 vez (dose única). (Para tratar a gonorreia, dê também ceftriaxona ou outro medicamento, ver página 42).

#### Doença inflamatória pélvica (DIP):

- ➔ Administre 1 grama (1000 mg) por via oral em dose única. Administrar uma segunda dose 1 semana mais tarde. (Para tratar a PID, dar também ceftriaxona ou espectinomicina, ver página 43).

## Penicilina Benzatínica

---

A penicilina benzatínica é um antibiótico de acção prolongada da família das penicilinas utilizado para tratar a sífilis e o cancroide. É sempre administrada como uma injeção intramuscular.

### Importante

Não tomar se for alérgico a medicamentos da família da penicilina. Tenha epinefrina à mão sempre que injectar a penicilina. Ter atenção às reacções alérgicas e ao choque alérgico que podem começar dentro de 30 minutos.

### Como usar

A injeção pode ser dolorosa. Misture com lidocaína 1%, se souber como fazê-lo.

#### Sífilis:

- ➔ Se houver uma ferida ou erupção cutânea ou outro sinal de sífilis nas fases iniciais, aplique por via intramuscular, 2,4 milhões de unidades internacionais em dose única. Uma pessoa que teve um resultado negativo do teste da sífilis e depois em menos de um ano tem um resultado positivo a sífilis também precisa de uma dose.

Se é provável que a pessoa tenha tido sífilis durante mais de um ano ou tenha problemas mentais ou outros que surgem muitos anos após a sífilis, uma única dose não será suficiente. Quando um teste mostra sífilis e é possível que a infecção tenha pelo menos 2 anos ou mais, aplique por via intramuscular, 2,4 milhões de unidades internacionais uma vez por semana durante 3 semanas. Ajude a pessoa a fazer os testes e tratamentos correctos com um profissional de saúde experiente.

## Cefixima

---

A cefixima é um antibiótico da família das cefalosporinas utilizado para tratar muitas infecções, incluindo a gonorreia.

### Efeitos adversos

A cefixima pode causar dor de estômago, diarreia, e dores de cabeça.

### Importante

Não tome se for alérgico a medicamentos da família das cefalosporinas. Vigie para o surgimento de reacção alérgica. Esteja sempre preparado para tratar o choque e as reacções alérgicas.

As pessoas que têm problemas hepáticos (do fígado) devem ter cuidado ao tomar cefixima.

### Como usar

#### Gonorreia:

- ➔ Dê 400 mg por via oral uma única vez apenas (dose única) (Para tratar a gonorreia, dê também azitromicina ou outro medicamento, ver página 42.)

## Ceftriaxona

---

A ceftriaxona é um antibiótico da família das cefalosporinas que é administrado por via intramuscular ou endovenosa. É usada para tratar muitas infecções incluindo a gonorreia e a doença inflamatória pélvica (DIP).

### Importante

Não tome se você é alérgico aos medicamentos da família das cefalosporinas. Vigie para o surgimento de reacção alérgica. Esteja sempre preparado para tratar o choque e as reacções alérgicas ao injectar antibióticos.

### Como usar

A injeção pode ser dolorosa. Misture com lidocaína a 1% se sabe como fazê-lo.

#### Gonorreia em adultos:

- Administre por via intramuscular 250 mg apenas uma vez (dose única) (Para tratar a gonorreia, dê também azitromicina ou outro medicamento, ver página 42.)

#### Doença Inflamatória Pélvica (DIP):

- Administre por via intramuscular 250 mg apenas uma vez (dose única) (Para tratar a DIP, dê também doxiciclina ou outro medicamento, ver página 43.)

#### Cancróide:

- Administre por via intramuscular 250 mg em dose única

## Ciprofloxacina

---

A ciprofloxacina é um antibiótico da família das quinolonas que é usado em diferentes infecções incluindo cancroide.

### Efeitos Adversos

A ciprofloxacina pode causar náusea, diarreia, vômitos ou dor de cabeça.

### Importante

Não use se estiver grávida, amamentando ou tive menos de 16 anos de idade.

Não tome com produtos derivados do leite.

### Como usar

Beba um copo de água após tomar este medicamento.

#### Cancróide:

- Dê por via oral 500 mg, 2 vezes por dia durante 3 dias. Dê durante 7 dias se a pessoa também tiver HIV.



## Clindamicina

---

A clindamicina é um antibiótico usado para diferentes infecções incluindo vaginose bacteriana.

### Efeitos adversos



Náusea, vômitos e diarreia podem surgir dentro de poucas semanas de uso de clindamicina. Se você tiver erupção cutânea, pare de usa-la e procure um profissional de saúde.

### Importante

Se você estiver a amamentar e este medicamento provocar diarreia no seu bebê, pare de usá-lo.

Usar por mais de 30 dias pode levar a infecções fúngicas, e causar dano a pessoas com problemas renais e do fígado. O creme vaginal pode fragilizar os preservativos até 3 dias após uso.

### Como usar



Apresenta-se em cápsulas para administrar por via oral e como creme vaginal.

#### Vaginose bacteriana:

- Dê 300 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 7 dias  
OU  
A noite, insira 5 g de creme a 2% (1 aplicador cheio) profundamente na vagina durante 7 dias

## Doxiciclina

---

A doxiciclina é um antibiótico da família da tetraciclina usado para tratar várias ITS. Ela pode ser usada em vez da tetraciclina e é fácil de usar porque é tomada menos vezes ao dia.

### Efeitos adversos



A doxiciclina pode provocar diarreia ou irritação no estômago. Algumas pessoas ficam com erupção cutânea após estar expostas muito tempo ao sol.

### Importante

Não tome se é alérgico aos antibióticos da família das tetraciclina.

Não tome doxiciclina se está grávida e procure evitar se estiver a amamentar.

### Como usar



Evite leite, comprimidos de ferro e antiácidos 2 horas antes ou depois de tomar doxiciclina.

Não tome imediatamente antes de se deitar (dormir). Sente-se enquanto toma os comprimidos e beba muita água para prevenir a irritação que este medicamento pode causar ao engolir.

**Gonorreia ou clamídia:**

- Dê 100 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 7 dias (isto irá tratar a clamídia mas também na gonorreia, um medicamento adicional pode ser necessário, ver página 42.)

**Sífilis primária:**

- Dê 100 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 14 dias. É melhor usar penicilina benzatínica para a sífilis, a menos que não esteja disponível ou a pessoa seja alérgica a penicilina.

**Doença Inflamatória Pélvica (DIP):**

- Dê 100 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 14 dias. (Para tratar a DIP, dê também ceftriaxona ou espectinomicina, ver página 43.)

## Eritromicina

---

A eritromicina é um antibiótico da família dos macrólidos usado para tratar muitas infecções, incluindo algumas ITS. É segura para usar durante a gravidez e está amplamente disponível, mas para a maioria das ITS já não é tão eficaz como os outros antibióticos.

**Efeitos adversos**

A eritromicina pode provocar irritação no estômago, náusea, vômitos e diarreia.

**Importante**

Não use se é alérgico aos antibióticos da família dos macrólidos.

**Como usar**

A eritromicina funciona melhor quando tomado 1 hora antes ou 2 horas depois da refeição. Se irritar muito o estômago, tome com um pouco de comida. Não parta os comprimidos porque eles são cobertos por uma película para protegê-los contra os sucos fortes do estômago antes que comecem a funcionar no intestino.

**Clamídia:**

- Dê 500 mg por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias

**Cancróide:**

- Dê 500 mg por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias

**Sífilis:**

- Dê 500 mg por via oral, 4 vezes por dia durante 15 dias. É melhor usar penicilina benzatínica para a sífilis, a menos que não esteja disponível ou a pessoa seja alérgica a penicilina. Ou, se disponível, a doxiciclina funcionará melhor para a sífilis que a eritromicina.

**Doença Inflamatória Pélvica (DIP):**

- Dê 500 mg por via oral, 4 vezes por dia durante 14 dias. (Para tratar DIP, dê também ceftriaxona ou espectinomicina, ver página 43.)

## Metronidazol

---

O metronidazol é um antibiótico usado para tratar infecções vaginais tais como vaginose bacteriana (VB), tricomoníase, ou DIP.

### Efeitos adversos



O metronidazol pode provocar um sabor metálico na boca, urina escura, irritação no estômago ou náusea e dor de cabeça.

### Importante

Não tome este medicamento se tiver icterícia (olhos amarelos) ou outros problemas do fígado.

Pare de tomar se sentir dormência, ardor, formigueiro, ou dor nos braços, mãos, pernas, ou pés.

Não beba bebidas alcoólicas, nem mesmo uma cerveja, enquanto estiver a tomar metronidazol. Isso fará com que sinta muitas náuseas.

### Como usar



Apresenta-se como óvulos vaginais ou comprimidos para tomar por via oral.

#### Vaginose bacteriana ou Tricomonas:

- ➔ Dê 2 gramas (2000 mg) por via oral, apenas uma vez (dose única) (não recomendado para as mulheres grávidas)  
OU  
Dê 400 a 500 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 7 dias  
OU  
Insira profundamente na vagina um óvulo vaginal de 500 mg, a cada noite durante 7 noites

#### Doença Inflamatória Pélvica (DIP):

- ➔ Dê 400 a 500 mg por via oral, 3 vezes por dia durante 14 dias. (Para tratar DIP, dê também outros 2 medicamentos, ver página 43.)

## Espectinomicina

---

A Espectinomicina é um antibiótico aminociclitol utilizado para tratar a gonorreia e a DIP, mas não funciona para a gonorreia na garganta. É especialmente útil para pessoas alérgicas às penicilinas e cefalosporinas.

### Efeitos adversos



Pode causar arrepios, dor e vermelhidão no local da injeção, tonturas e náusea.

### Como usar



Apresenta-se em frascos de 2 g para injeção.

### Doença Inflamatória Pélvica (DIP) ou gonorreia:

- Administre por via intramuscular 2 g (2000 mg) em dose única. (Para tratar DIP, dê também doxiciclina ou outro medicamento, ver página 43).

## Tetraciclina

---

A tetraciclina é um antibiótico da família das tetraciclinas, usada para tratar muitas infecções incluindo clamídia. A doxiciclina funciona para as mesmas infecções, pode custar menos e é mais fácil de tomar.

### Efeitos adversos



Se você passa tempo ao sol, ela pode causar erupção cutânea. Pode causar diarreia ou irritação no estômago.

### Importante ▲

Não tome se é alérgico aos antibióticos da família das tetraciclinas.

Não use tetraciclina se está grávida ou a amamentar.

### Como usar



Evite leite, comprimidos de ferro e antiácidos 2 horas antes ou depois de tomar tetraciclina.

### Clamídia:

- Dê 500 mg por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias

## Tinidazol

---

O tinidazol é um antibiótico similar ao metronidazol, usado para tratar algumas infecções vaginais.

### Efeitos adversos



O tinidazol pode provocar sabor metálico, irritação no estômago ou náusea ou dor de cabeça.

### Importante

Não tome este medicamento se estiver grávida.

Não beba bebidas alcoólicas, mesmo uma cerveja, enquanto estiver a tomar tinidazol ou por mais 3 dias após terminar o tratamento. Isso fará com que você sinta muita náusea.

### Como usar



Beba um copo de água após tomar este medicamento.

#### Tricomonas ou vaginose bacteriana:

- ➔ Dê 2 gramas (2000 mg) por via oral em dose única.  
OU
- Dê 500 mg por via oral, 2 vezes por dia durante 5 dias

Na tricomoníase, trate também o parceiro sexual da pessoa mas isso não é necessário se você sabe que é vaginose bacteriana.

# Medicamentos Anti-fúngicos

## Clotrimazol

---

O clotrimazol é um medicamento anti-fúngico usado para tratar candidíase e outras infecções fúngicas na vagina, pênis, boca e pele.

### Efeitos adversos

O clotrimazol pode irritar a pele. Pare de usar se tiver uma erupção cutânea.

### Como usar

Apresenta-se como creme e óvulo vaginal.

#### Infecções fúngicas na vagina

- ➔ Se usar o creme a 1%: Insira 5 g do creme profundamente na vagina todas as noites durante 7 dias  
OU  
Se usar o creme a 2%: Insira 5 g do creme profundamente na vagina 3 noites  
OU  
Se usar óvulo vaginal, aplique um profundamente na vagina todas as noites, incluindo durante a menstruação. Insira 100 mg durante 7 noites, 200 mg durante 3 noites, ou 500 mg por apenas 1 noite.

#### Infecções no pênis:

- ➔ Aplique creme a 1% na pele afectada do pênis, durante 7 noites

## Violeta de Genciana (VG, cloreto de metil-rosanilínio)

---

A violeta de genciana solução aquosa é um desinfectante usado para ajudar a combater as infecções da vagina, boca e pele.

### Importante

A violeta de genciana torna tudo muito púrpura. Desvanece-se na pele em poucos dias, mas pode manchar permanentemente a roupa.

### Como usar

#### Infecções fúngicas da vagina:

- ➔ Mergulhe algodão limpo no líquido a 1% de e coloque no interior da vagina durante 3 noites. Não se esqueça de retirar o algodão todas as manhãs. Se a infecção não começar a melhorar dentro de alguns dias, tente outra coisa.

## Miconazol

---

O miconazol é um medicamento anti-fúngico utilizado para tratar leveduras e outras infecções fúngicas da vagina, do pénis e da pele.

### Efeitos adversos



O miconazol pode irritar a pele. Pare de usar se surgir erupção cutânea.

### Como usar



Apresenta-se como creme ou óvulo vaginal.

#### Infecções da vagina:

- ➔ Se usar creme a 2%: Insira 5 g na vagina todas as noites durante 7 dias  
OU  
Se usar óvulos: aplique um profundamente na vagina todas as noites, incluindo durante a menstruação. Insira 100 mg durante 7 dias, ou 200 mg durante 3 dias.

#### Infecções por fungos no pénis:

- ➔ Aplique o creme de 2% na área afectada da pele do pénis, duas vezes por dia durante 7 a 14 dias.

## Nistatina

---

A nistatina é um medicamento anti-fúngico utilizado para tratar infecções por fungos na vagina, pénis, boca e pele.

### Efeitos adversos



A nistatina pode causar irritação na pele. Pare de usar se surgir erupção cutânea

### Como usar



Apresenta-se como creme e óvulo vaginal

#### Infecções fúngicas na vagina:

- ➔ Se usar creme: insira o creme dentro da vagina duas vezes por dia durante 10 a 14 dias.  
OU  
Se usar óvulos: primeiro ponha um pouco de água e depois insira 100.000 UI do óvulo profundamente na vagina, a cada noite durante 14 noites, incluindo durante a menstruação.

#### Infecções fúngicas do pénis

- ➔ Aplique o creme na área afectada da pele do pénis, duas vezes por dia durante 7 a 14 dias

# Medicamentos Anti-virais

## Aciclovir

---

O aciclovir é um medicamento utilizado para combater o herpes vírus. O aciclovir não cura o herpes, mas torna as feridas menos dolorosas.

### Efeitos adversos

O aciclovir pode por vezes causar dores de cabeça, tonturas, náuseas e vômitos.

### Importante

Não tome se tem problemas nos rins.

### Como usar

Inicie aciclovir assim que os sinais comecem a aparecer.

#### Primeira infecção de herpes genital:

- Dê 200 mg por via oral, 5 vezes por dia durante 7 dias  
OU  
Dê 400 mg por via oral, 3 vezes por dia durante 7 dias

#### Se já teve infecção por herpes:

- Dê 200 mg por via oral, 5 vezes por dia durante 5 dias  
OU  
Dê 400 mg por via oral, 3 vezes por dia durante 5 dias

Se tiver 6 ou mais episódios num ano, fale com um profissional de saúde experiente para ver se a toma de aciclovir por um período mais longo ajudará.

# Medicamentos para Verrugas Genitais

## Podofilox

---

O podofilox apresenta-se como um líquido para tratar verrugas em torno dos genitais e como um gel para tratar as verrugas em torno do ânus ou dos genitais. Não confundir com podofilina, também utilizada nas verrugas genitais, mas mais nociva se não for usada correctamente. O podofilox é mais seguro de usar.

O profissional de saúde pode aplicá-lo pela primeira vez na unidade sanitária para mostrar como fazê-lo. A pessoa pode precisar de ajuda na utilização de podofilox se as verrugas forem difíceis de ver ou de alcançar. Aplique o líquido com um cotonete ou o gel com um dedo. Lavar as mãos após a utilização. Esperar até secar antes de usar a roupa.



## Efeitos adversos

O podofilox pode causar irritação na pele, tornando-a fina, provocando fissuras e hemorragia.

## Importante

Não use se estiver grávida ou a amamentar.

Se ocorrer uma irritação severa da pele, não volte a usar outra vez.

## Como usar

### Verrugas genitais:

- ➔ Use líquido ou gel para tratar as verrugas duas vezes por dia (de manhã e à noite) durante 3 dias. Depois pare de usar durante 4 dias. Repetir os 3 dias de tratamento e 4 dias sem tratamento até um total de 4 semanas. Pare quando as verrugas tiverem desaparecido. Se as verrugas permanecerem após 4 semanas, não continuar a utilizar o podofilox. Consulte um profissional de saúde para um tratamento diferente.

## Ácido tricloroacético e ácido bicloroacético

---

O ácido tricloroacético e ácido bicloroacético são ácidos aplicados directamente nas verrugas genitais para as encolher. Um profissional de saúde experiente pode fazer isto para evitar queimaduras graves.

## Efeitos adversos

O ácido tricloroacético e o ácido bicloroacético irão ferir ou destruir a pele normal quando lhe tocarem.

## Importante

Use muito cuidadosamente. Ela vai queimar e pode causar uma cicatriz.

## Como usar

Apresentam-se como líquidos em dosagens de 10 a 35%.

### Verrugas genitais:

- ➔ Primeiro proteja a área à volta da verruga com vaselina. Depois, utilize um cotonete ou pano limpo enrolado até um ponto fino para aplicar pequenas quantidades de ácido tricloroacético ou ácido bicloroacético apenas às verrugas pouco a pouco até ficarem brancas. Aplicar uma vez por semana durante 1 a 3 semanas, conforme necessário.

Vai doer durante 15 a 30 minutos. Se tocar na pele saudável, lave-a imediatamente com água e sabão.

Se o tratamento estiver a funcionar, aparecerá uma ferida dolorosa onde a verruga costumava estar. Pare o tratamento. Se houver muita irritação, aguarde mais tempo antes do próximo tratamento. As feridas devem sarar dentro de uma semana ou duas. Manter as feridas limpas e secas e esteja atento à infecção.

## Combinação de Medicamentos para Tratar Gonorreia e Clamídia

A gonorreia e a clamídia ocorrem frequentemente juntas, pelo que ambas são tratadas ao mesmo tempo, mesmo que não se saiba qual delas é. Para o fazer, utilize 2 medicamentos, um de cada secção abaixo. Para cada secção, as melhores escolhas são listadas em primeiro lugar e por ordem a melhor depois disso. Por exemplo, a melhor combinação é ceftriaxona e azitromicina.

Trate também o parceiro da pessoa com os mesmos medicamentos.

Medicamento	Quanto dar	Como usar
ceftriaxona	250 mg	Por via intramuscular, em dose única
<b>ou</b> cefixima	400 mg	Por via oral, em dose única
<b>ou</b> espectinomicina	2 gramas (2000 mg)	Por via intramuscular, em dose única
<b>E</b>		
azitromicina	1 grama (1000 mg)	Por via oral, em dose única
<b>ou</b> doxiciclina <i>(não use doxiciclina se está grávida e evite usar se estiver a amamentar)</i>	100 mg	Por via oral, 2 vezes por dia durante 7 dias
<b>ou</b> eritromicina	500 mg	Por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias
<b>ou</b> tetraciclina <i>(não use tetraciclina se está grávida ou a amamentar)</i>	500 mg	Por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias
<b>ou</b> amoxicilina <i>(a amoxicilina pode ser usada se você está grávida e a azitromicina e eritromicina não estão disponíveis)</i>	500 mg	Por via oral, 3 vezes por dia durante 7 dias

## Combinação de Medicamentos para Tratar Doença Inflamatória Pélvica

Esta infecção é geralmente causada por uma mistura de micróbios, por isso são necessários pelo menos 2 e por vezes 3 medicamentos para a curar. Escolha 1 medicamento das duas primeiras secções abaixo. Dê também metronidazol. Para cada secção, as melhores escolhas são listadas em primeiro lugar e por ordem de melhor depois disso. Por exemplo, a melhor combinação é ceftriaxona e doxiciclina. Após 48 horas, se os medicamentos não estão a ajudar ou se os sinais forem graves (ver página 11), procure ajuda médica.

Trate o parceiro da pessoa para gonorréia e clamídia (ver página 42).

Medicamento	Quanto dar	Como usar
ceftriaxona	250 mg	Por via intramuscular, em dose única
<b>ou</b> espectinomicina	2 gramas (2000 mg)	Por via intramuscular, em dose única
<b>E</b>		
doxiciclina <i>(não use doxiciclina se está grávida e evite usar se estiver a amamentar)</i>	100 mg	Por via oral, 2 vezes por dia durante 14 dias
<b>ou</b> azitromicina <i>(tome azitromicina com alimentos, seguro durante a gravidez)</i>	1 grama (1000 mg)	Por via oral como dose única, e a segunda dose 1 semana mais tarde
<b>ou</b> eritromicina <i>(seguro durante a gravidez)</i>	500 mg	Por via oral, 4 vezes por dia durante 14 dias
<b>ou</b> amoxicilina <i>(a amoxicilina pode ser usada se estiver grávida e a azitromicina e eritromicina não estão disponíveis)</i>	500 mg	Por via oral, 3 vezes por dia durante 14 dias
<b>E</b>		
metronidazol	400 a 500 mg	Por via oral, 3 vezes por dia durante 14 dias
<b>IMPORTANTE!</b> Não beber bebidas alcoólicas durante o período em que estiver a tomar metronidazol.		

## Combinação de Medicamentos para Tratar Sífilis e Cancróide

Nem sempre é possível distinguir entre cancroide e sífilis. Se não tiver a certeza se a pessoa tem uma ou outra ou ambas, é melhor tratar ambas ao mesmo tempo. Escolha 1 medicamento de cada caixa. Para cada secção, os medicamentos de eleição estão listados em primeiro lugar e por ordem de melhor depois disso. Por exemplo, a combinação de eleição é penicilina benzatínica e a azitromicina. Se utilizar eritromicina para tratar a sífilis, não utilize azitromicina ou eritromicina para o cancroide.

Medicamento para tratar sífilis. Use um.	Quanto dar	Como usar
Penicilina benzatínica <i>(pode ser usada na gravidez)</i>	2.4 milhões de unidades	por via intramuscular, em dose única
<b>ou</b> doxiciclina <i>(não use doxiciclina se está grávida e evite usar se estiver a amamentar)</i>	100 mg	por via oral, 2 vezes por dia durante 14 dias
<b>ou</b> eritromicina <i>(use apenas se está grávida ou a amamentar e é alérgica a penicilina. Tratará a sífilis na mãe, mas após o parto o bebé necessitará um tratamento adicional)</i>	500 mg	por via oral, 4 vezes por dia durante 15 dias
<b>E</b>		
Medicamento para tratar cancroide. Use um.	Quanto dar	Como usar
azitromicina	1 grama (1000 mg)	Por via oral, dose única
<b>ou</b> ceftriaxona	250 mg	Por via intramuscular, dose única
<b>ou</b> ciprofloxacina <i>(não use se está grávida ou a amamentar ou tiver menos de 16 anos de idade)</i>	500 mg	Por via oral, 2 vezes por dia durante 3 dias
<b>ou</b> eritromicina	500 mg	Por via oral, 4 vezes por dia durante 7 dias