FAQS (Perguntas Frequentes)
IST –infeções Sexualmente Transmissíveis

O que são IST – Infeções Sexualmente Transmissíveis?

São infeções provocadas por bactérias, vírus, parasitas e fungos, cujo contágio é feito principalmente através de relações sexuais. São transmitidas por contacto sexual (vaginal, anal ou oral) ou por contacto com fluidos corporais (sangue e tecidos infetados) em transfusões e transplantes ou transmitidos de mãe para filho durante a gravidez e o parto.

Que implicações podem ter na saúde ao longo do tempo?

Com o tempo as IST aumentam o risco para certas doenças tais como:

- ✓ Infertilidade;
- ✓ Cancro do foro ginecológico (incluindo a vulva, vagina, colo e corpo do útero, e os ovários e trompas de Falópio);
- ✓ Aborto;
- ✓ Parto Prematuro e problemas nos recém-nascidos;
- ✓ Cirrose e cancro do fígado;
- ✓ Morte prematura.

Quais são as IST mais frequentes?

As IST mais frequentes são:

- ✓ **Clamidíase genital,** causada pela bactéria *Chlamydia trachomatis*;
- ✓ **Condilomas anogenitais**, causados pelo vírus do papiloma humano (**HPV**);
- ✓ **Gonorreia**, causada pela bactéria *Neisseria gonorrhoeae*;
- ✓ **Hepatite B**, causada pelo vírus da hepatite B;
- ✓ **Herpes genital**, causada pelo vírus *Herpes simplex* tipo 2;
- ✓ **Micoplasmose genital,** causada pela bactéria *Mycoplasma genitalium*;
- ✓ **Tricomoníase**, causada pelo parasita *Trichomonas vaginalis*;
- ✓ **Sífilis**, provocada pela bactéria *Treponema pallidum*;
- ✓ **Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH)**, podendo conduzir ao Síndrome da Imunodeficiência adquirida (SIDA)

Como se transmitem as IST?

- ✓ Através das relações sexuais desprotegidas (Vaginal, Anal e Oral);
- ✓ Partilha de Material com Sangue;
- ✓ Contactos Pele com Pele;
- ✓ Transmissão Vertical (de mãe para filho).

As IST têm cura?

Nem todas as IST têm cura. As que são causadas por bactérias, fungos e parasitas, **são curáveis**.
As IST que não têm cura, mas são tratáveis são: as infeções causadas pelos vírus da hepatite B, vírus *Herpes simplex*, vírus da imunodeficiência humana (VIH) e vírus do papiloma humano (HPV).

No geral quais são as queixas mais frequentes?

- ✓ Bolhas, vermelhão, úlceras ou lesões na região genital
- ✓ Corrimento vaginal ou uretral alterado
- ✓ Dor na relação sexual ou a urinar
- ✓ Comichão, ardor ou dor na região genital

NOTA: Muitas vezes são assintomáticas e continuam a ser contagiosas!

Quais os sintomas das diversas IST?

IST	Sinais e Sintomas
Gonorreia	• Inflamação: uretra (homem) e colo do útero (mulher); • Ardor ao urinar • Secreção purulenta amarelada.
Sífilis	• Úlceras/feridas genitais indolores e duras • Posteriormente surgem lesões na pele e mucosas
Clamídia	• Corrimento e prurido • Dor ou sensação de ardor a urinar • Casos graves: homem – uretrite; mulheres – cervicite; ambos proctite (infeção no reto)
HPV - VÍRUS DO PAPILOMA HUMANO	• HPV baixo grau - Condilomas, verrugas genitais • HPV alto grau – lesões pré-malignas ou mesmo cancros na região anal ou genital
Herpes Genitais	• Vesículas dolorosas nos órgãos genitais; • As lesões podem ocorrer nos seguintes locais: No prepúcio, glande e cabeça do pênis em homens. Nos lábios, clitóris, períneo, vagina e colo do útero em mulheres.
Hepatite B	• Inflamação hepática (fígado) • Amarelecimento da pele e olhos • Febre, perda de apetite e cansaço

Acho que tenho uma IST. E agora?

Se tem sintomas, deve ser visto por um **médico**:

- ✓ Ir à **Unidade de Saúde**
- ✓ Ligar ao **SNS24** para marcar consulta (**Nº 808242424**)

Se teve **contacto sexual de risco** ou **gostava de ser testado:**

- ✓ Ir ao Centro de Saúde
- ✓ Ir a um Centro de testagem - Site da **Rede de Rastreio** apresenta vários lugares onde se pode ser testado gratuitamente para HIV, Hepatite B e C e Sífilis (https://www.redederastreio.pt/);
- ✓ AutoTeste (VIH)

Tenho uma IST. E agora?

- ✓ Cumprir o tratamento médico recomendado, mesmo após os sintomas/sinais desaparecerem.
- ✓ Evitar ter relações sexuais durante o tratamento para evitar nova transmissão ao próprio ou aos parceiros.
- ✓ Informar os parceiros sexuais anteriores do diagnóstico para que estes possam ser testados.
- ✓ Procurar realizar rastreio oportunístico de outras IST.

Onde me posso testar gratuitamente?

No CONCELHO DA AMADORA:

- ✓ **AJPAS – ASSOCIAÇÃO DE INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA, DESENVOLVIMENTO SOCIAL E DE SAÚDE**
  Na AJPAS – Rastreios Comunitários (anónimos e gratuitos)
  Existe um mapa mensal de rastreios que abrange todas as Freguesias da Amadora e de Sintra.
  Praça Gil Eanes, 2ª – Brandoa
  TEL: 214925168 / TM: 968805347
  Mail: ajpas@ajpas.pt
  Instagram : (@ajpas_amadoraesintra)
  Facebook.com/AJPAS

No CONCELHO DE SINTRA:

- ✓ **AHSeAS - ASSOCIAÇÃO HUMANITÁROA DE SAÚDE E APOIO SOCIAL**
  Praça do Relógio, 11 – A
  2635-457 Rio de Mouro
  TEL: 211395124 / TM: 914098836
  Facebook: AHSeAS

No GAT – Grupo de Ativistas em Tratamento. Onde?

- ✓ **GAT Afrik –** Av. Paris, 4, 1º dto. / 1000-228 Lisboa / TM: 913892106 / gatportugal.org

- ✓ **GAT Almada –** Rua Luís de Camões, 14 – 2810-252 Almada / TM: 910250553
- ✓ **GAT Checkpoint LX –** Travessa Monte do Carmo, 2 – 1200-277 Lisboa/TM: 910 693158 / ckeckpointlx.com
- ✓ **GAT IN Mouraria –** Calçada de Santo André, 79 – 1100-496 Lisboa / TEL: 211953273 / gatportugal.org
- ✓ **GAT Intendente –** Rua Antero de Quental, 8 A / 1150-063 Lisboa / TM: 919613093

Que rastreios são feitos na gravidez?

Durante a gravidez são feitos os seguintes rastreios de ISTs:

- ✓ Sífilis;
- ✓ Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH);
- ✓ Vírus da Hepatite B;
- ✓ Vírus Papiloma Humano (HPV).

O que é o Vírus Papiloma Humano (HPV)? Como prevenir?

O vírus do papiloma humano, também conhecido por HPV, é responsável por um elevado número de infeções que, na maioria das vezes, não apresentam sintomas e são de regressão espontânea. Esta é uma das infeções de transmissão sexual mais comuns a nível mundial.

A citologia, conhecida como teste Papanicolau ajuda a identificar alterações precoces das células do colo do útero, permitindo o seu tratamento e vigilância. Pode ser feita no Centro dr Saúde ou por um ginecologista.

A prevenção do vírus do papiloma humano pode ser feita através de várias medidas como:

- ✓ fazer a vacina do vírus do papiloma humano, consoante recomendação médica utilização correta e consistente do preservativo
- ✓ falar com o parceiro(a) sobre as infeções de transmissão sexual e a sua prevenção
- ✓ realização regular por parte da mulher da citologia, vulgarmente conhecida como teste papanicolau, e/ou teste de HPV-DNA, se recomendado e disponível, mesmo que tenha feito a vacina. (www.sns.pt)

Como posso evitar ter uma IST?

- ✓ O **preservativo** é o único método contracetivo que protege contra ISTs!
- ✓ Deve ser usado durante o sexo oral, vaginal e anal.
- ✓ Existe um **preservativo externo (masculino) e um preservativo interno (feminino)**.
- ✓ Podem pedir preservativos gratuitos no centro de saúde e em algumas instituições.

Quais são as vacinas que existem ao nível das IST?

Existem vacinas para o HPV e para a Hepatite B.

Quais são os cuidados a ter com o preservativo?

- ✓ Usar sempre que tiver sexo e colocar antes de iniciar a relação;
- ✓ Verificar se está dentro do prazo de validade;
- ✓ Verificar se tem defeitos ou se está rasgado;
- ✓ Armazenar num lugar fresco e seco;
- ✓ Quando usar lubrificante, optar por lubrificantes de água ou silicone para não aumentar risco de rutura.

NOTAS IMPORTANTES:

- ✓ **Prevenir**: Usar preservativo durante a relação sexual;
- ✓ **Testar**: Após iniciar vida sexual, quando muda de parceiro, quando tem sintomas;
- ✓ **Tratar**: Se tiver sintomas, deve recorrer logo ao médico para prevenir complicações!

WWW.AJPAS.PT

ajpas@ajpas.pt

@ajpas_amadoraesintra

Praça Gil Eanes 2 A – 2650-441 Amadora
Freguesia – Encosta do Sol / Concelho – Amadora

+351 21 4925168 / +351 968 805 347

Ficha Técnica

Autoria – AJPAS

Data: março 2025

Versão: Primeira

Citar como: FAQS IST