

QUAIS SÃO?

- Vírus da imunodeficiência humana (VIH)
- Sífilis
- Gonorreia
- Clamídia
- Herpes genital
- Papiloma vírus humano (HPV)
- Hepatite B
- Tricomoníase

Muitas **não dão sintomas**.

Sem tratamento, podem causar:

- Dores pélvicas
- Infertilidade
- Complicações na gravidez
- Aumento do risco de VIH

PORQUÊ FAZER O RASTREIO?

- Identificar e tratar antes de haver complicações.
- **Interrompe a transmissão** ao testar e tratar os parceiros infetados.
- Prioridade para quem tem **risco aumentado** (jovens, homens que têm sexo com homens, pessoas com múltiplos parceiros sexuais, história prévia de IST, grávidas, pessoas em contexto prisional ou com consumo de drogas).



Sinais de alerta

- Ardor/dor ao urinar
- Secreções anormais genitais
- Feridas/úlceras/verrugas
- Dor pélvica/anal
- Sangramento anal
- Febre ou mal-estar

COMO SE TESTA?

Teste de urina ou zaragatoa ("escovagem")
uretral, vaginal, anal ou garganta para gonorreia, clamídia, tricomoníase

Análises de sangue
VIH, sífilis, hepatites B e C



Se o teste for positivo

- **Tratamento imediato** (antibióticos/antivíricos conforme a IST)
- **Não se automedique!**
- **Avisar e tratar parceiros** recentes (pode existir encaminhamento e apoio para notificação)
- **Abstinência/uso de preservativo** até **7 dias após** terminar o tratamento (conforme orientação)

COMO DEVO PROTEGER-ME?

Os **anticoncepcionais orais** (ex: pílula) **não protegem** contra IST!

<p><u>PRESERVATIVO</u> e lubrificante à base de água em todas as relações (os oleosos danificam o látex)</p>	<p><u>MENOS PARCEIROS</u> e mais relações mutuamente monogâmicas com parceiros testados</p>	<p><u>VACINAS</u> HPV (conforme idade/indicação) Hepatite B (e hepatite A em populações específicas)</p>	<p><u>PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO</u> PrEP para o VIH para pessoas com risco elevado (ex: múltiplos parceiros sexuais)</p>
--	--	---	---

<p>ONDE POSSO FAZER RASTREIO E TRATAMENTO?</p>	<p>Centro de Saúde e Consulta de Planeamento Familiar</p>	<p>Consulta de Infeciologia</p>	<p>Serviços comunitários e de testagem (anónimos e gratuitos em muitos locais)</p>
---	--	--	---



Fale sobre saúde sexual!

- **Educação, comunicação aberta e acesso facilitado** a cuidados reduzem estigma e atrasos no diagnóstico.
- O contacto com os profissionais de saúde é sempre **confidencial!**