

Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs) e o HIV

O que é uma DST?

Doenças Sexualmente transmissíveis (DSTs) são infecções que podem ser passadas de uma pessoa para outra através do sexo vaginal, anal ou oral. Algumas DSTs podem até ser transmitidas por contato físico próximo.

Quem pode pegar uma DST ?

O mais importante a se saber sobre DSTs, é que qualquer um que faça sexo pode pegá-las: se você é novo ou velho, homem ou mulher, heterossexual ou homossexual você tem chances iguais de pegar um DST. Você também não precisa necessariamente ter vários parceiros sexuais para pegar uma.

Quais são os tipos diferentes de DST?

Há mais de vinte e cinco tipos de DST, as mais comuns são:

- Infecção por camídia
- Gonorréia
- Verrugas genitais
- Herpes
- Sífilis
- HIV
- Pediculose do púbis
- Hepatite B

A boa notícia é que a maioria das DSTs (com exceção do HIV) podem ser tratadas rapidamente se descobertas cedo. Se uma DST é deixada sem tratamento, ela pode se tornar dolorosa e desconfortável podendo até causar sérios problemas de saúde como infertilidade na mulher, problemas no coração e cérebro e até levar a morte. Também é importante lembrar que ter uma DST não-tratada pode por a pessoa em um maior risco de pegar HIV.

O que causam DSTs?

DSTs são causadas por vírus, bactérias e parasitas. Herpes e Verrugas são causados por vírus enquanto camídia, gonorréia e sífilis por bactérias e a pediculose do púbis por parasitas.

Como eu sei que tenho um DST?

Se você tem uma DST você pode ter sintomas mostrando que algo está errado, mas geralmente não há sintomas. Nem todos infectados apresentam sintomas e nem toda DST mostram sinais claros. Sintomas de algumas infecções aparecem e desaparecem mesmo com a infecção mantida, por isso é importante buscar acompanhamento

médico se você teve uma relação sem as proteções cabíveis e você acha q pode ter contraído uma infecção mesmo se você não apresenta sintoma algum. Os sintomas mais comuns de uma DST são:

- Secreção incomum líquida da vagina ou pênis – pode ser pastosa ou aguada, **escura, clara, verde ou amarela**. Pode apresentar cheiros.
- **Dor** ao urinar.
- **Coceira, erupções, inchaço, úlceras ou feridas** nos órgãos genitais e ao redor ou no anus.
- **Dor** nos órgãos genitais.
- **Dor** no abdome ou virilha.
- **Sangramento** após relações sexuais.
- **Dor e/ou sangramento** durante a relação sexual.
- **Dor** nos testículos.

Se você não apresenta nenhum sinal ou sintoma você pode procurar ajuda se:

- Se você teve relação sexual sem proteção com um novo parceiro recentemente.
- Você ou seu parceiro faz sexo com outro parceiro sem preservativos.
- Seu parceiro sexual tem algum sintoma.

Sintomas parecem de dois a quatorze dias, mas podem levar até um mês para aparecer (às vezes até mais). A infecção por HIV não apresenta sintomas - em alguns casos durante anos. Na infecção por HIV o teste só a detecta após três meses.

Como voce pode pegar uma DST?

A maneira comum é através do **sexo**. Fluidos vaginais, semem e sangue carregam a infecção.

O homem não precisa ejacular para infectar seu parceiro. Uma pequena quantidade de semem pode sair do pênis antes ou mesmo sem ejacular. Também não é necessário fazer o “sexo completo” para pegar uma DST. Algumas infecções são passadas com apenas o contato das partes genitais (quando o pênis toca a vulva ou a vagina). DSTs e herpes podem ser passadas via sexo oral (ao lambar ou beijar partes genitais dos parceiros).

DSTs comuns e seus tratamentos

HIV e AIDS

HIV significa Vírus da deficiência Imunológica Humana. É um vírus que enfraquece o sistema imunológico, o que acarreta doenças incomuns que normalmente não podem ser tratadas. Essas infecções são chamadas de “infecções oportunistas” e incluem infecções respiratórias como a tuberculose, infecções gastro-intestinais como a diarreia.

AIDS significa Síndrome adquirida da deficiência imunológica. Uma pessoa com HIV que desenvolve doenças e infecções como as descritas acima é considerada no estágio

da AIDS. Eventualmente, essas doenças e infecções fazem a pessoa adoecer e a levam à morte.

O HIV está presente em fluidos corporais como o sêmen, sangue, leite materno e fluido vaginal. Qualquer prática que permita esses fluidos penetrar pela pele, membranas mucosas ou na corrente sanguínea de outra pessoa pode causar uma infecção por HIV. Embora a pele normalmente haja como barreira para esse tipo de penetração, invasões podem ocorrer por cortes, úlceras ou machucados.

O HIV é principalmente transmitido por relações sexuais anais ou vaginais sem preservativos ou pelo contato sangue-sangue (geralmente ocorrido quando pessoas dividem equipamentos infetáveis). Algumas vezes o HIV pode ser transmitido por sexo oral, especialmente se a pessoa tiver uma DST não tratada. Há mais riscos de transmissão por sexo oral desprotegido se você possui machucados na boca ou na gengiva ou mesmo se você tem alguma infecção (incluindo DSTs) na boca ou garganta que causa inflamação.

Uma mãe com HIV positivo pode passar o vírus ao bebê através da placenta antes ou durante o nascimento ou mesmo pelo leite materno.

Sintomas

Como o HIV não tem sintomas iniciais, e quando aparecem são facilmente confundidos com um resfriado comum ou apenas garganta inflamada. Geralmente a maioria de pessoas com HIV aparentam e se sentem saudáveis por muito tempo (10 anos ou mais) e podem nem saber quem tem o vírus. **Mesmo assim podem passar o vírus a seus parceiros.** Após um tempo outros sintomas como herpes bucais podem aparecer.

E quanto mais tempo passar é mais provável o aparecimento de infecções oportunistas. Contudo, pode levar anos para a pessoa desenvolver a AIDS completamente no sangue. O período entre o desenvolvimento da AIDS e a morte pode ser curto (6 meses) ou mais longo (2 anos ou mais). Sinais e sintomas que podem ajudar a diagnosticar a AIDS podem ser:

- Febre por mais de um mês.
- Diarréia por mais de um mês.
- Graves ou recorrentes infecções de pele.
- Úlceras anais ou genitais por mais de um mês.
- Genital or anal ulcers for more than one month.
- Demência associada ao HIV.

Uma ou mais dessas infecções podem aparecer.

Tratamento

Ainda não há cura para o HIV e a AIDS, mas sim tratamentos para melhorar e prolongar a vida de quem possui o vírus. Estes tratamentos podem ter efeitos colaterais desagradáveis e não funcionar para todos.

Prevenção

Usando preservativos para o sexo anal, oral e vaginal ajuda a impedir que a doença se espalhe mais. Se você usa drogas injetáveis, usar seringas e agulhas novas diminuem seus riscos de contração. Há uma grande evidencia que uma pessoa com alguma DST não tratada tem mais chances de contrair e transmitir o HIV. Isso ocorre porque DST podem causar fissuras na pele ou nas membranas mucosas, ou seja, se alguém possui alguma DST não tratada e pratica sexo desprotegido, corre ainda mais risco de contrair o HIV.

Fazer check-ups regulares da sua saúde sexual também diminui seu risco de contrair HIV.

CLAMÍDIA

A clamídia é uma infecção muito comum que afeta tanto o homem quanto a mulher e é transmitida através do sexo desprotegido podendo afetar o anus, pênis, nuca, garganta e olhos.

Uma clamídia não tratada pode deixar uma pessoa mais contagiosa ao HIV, uma vez que fissuras nas membranas mucosas das áreas afetadas são causadas e aumentam o número de células infectadas com o HIV. Ter clamídia também pode deixar alguém mais vulnerável ao HIV, se exposto ao vírus.

Clamídia pode ser passada de mãe para filho no nascimento podendo afetar os olhos da criança e gerar pneumonia.

Sintomas

Os sintomas da clamídia geralmente aparecem com uma ou três semanas de infecção. Contudo é fato a maioria das pessoas quem a tem não sabem da infecção. Cerca de 50% dos homens e 70% das mulheres com clamídia não apresentam sintoma algum. Os sintomas podem passar despercebidos por semanas e quando notados podem ser :

- Secreção do pênis ou da vagina.
- Testículos inchados e doloridos.
- Dores durante o sexo
- Secreção vaginal durante o sexo.
- Sangramentos entre os períodos férteis.
- Na mulher, pode causar dores abdominais ou nas costas.
- Se alguém é infectado pelo anus, podem haver feridas.

A clamídia deixada sem tratamento pode resultar em uma inflamação pélvica nas mulheres, podendo causar uma gravidez indevida, infertilidade, e até mesmo a morte em casos críticos. No homem é menos provável a geração de complicações sérias, porém o não tratamento pode causar infertilidade. Homens e mulheres podem desenvolver artrite.

Tratamento

A clamídia é facilmente tratada com antibióticos. O tratamento normalmente é feito com uma ingestão de doxycycline por sete dias ou uma dose única de azithromycin. É importante consumir todo o medicamento prescrito para garantir a total erradicação da infecção. É provável que você seja avisado de evitar a prática do sexo (mesmo com preservativos) até seu tratamento estar completo – para evitar re-infecção.

Prevenção

Usar preservativos no sexo vaginal, anal e oral é uma maneira efetiva de se evitar a gonorréia e de não a passar para outros. Check-ups da sua saúde sexual permitem uma identificação da gonorréia e outras DST's no início da infecção.

GONORRÉIA

É causada por uma bactéria encontrada principalmente no sêmen e nos fluídos vaginais. Essa bactéria pode também se alojar em outras partes do corpo como garganta, vagina, anus, pênis e uretra. Gonorréia pode ser passada por sexo anal, vaginal ou oral desprotegido e pode afetar o anus, pênis, garganta e nuca.

A Gonorréia não tratada pode deixar uma pessoa com HIV mais contagiosa uma vez que de acordo com o progresso da gonorréia, o número de células infectadas pelo HIV nas áreas genitais e boca aumenta. Tendo gonorréia também deixa uma pessoa que não contém o HIV mais propensa a contraí-lo.

Gonorréia também pode ser passada da mãe para o bebê durante o nascimento que pode causar uma infecção nos olhos da criança, podendo resultar em cegueira se não tratada.

Sintomas

Os sintomas da gonorréia geralmente aparecem entre dois e dez dias após a infecção. Contudo as pessoas podem não perceber que estão infectadas uma vez que os sintomas nem sempre aparecem ou aparecem moderados. Um em cada dez homens e uma em cada duas mulheres com gonorréia não apresentam sintoma algum. Gonorréia na garganta raramente apresenta sintomas. Se aparecer sintomas, eles geralmente são:

- Secreções brancas, amarelas ou verdes da cabeça do pênis ou da vagina podendo conter fortes cheiros. As vezes a secreção pode ser sangrenta.
- Dor ao urinar.
- Inchaço e dor nos testículos e/ou na próstata.
- Se a infecção for no anus, pode haver irritação e secreções mucosas ou sangrentas..
- Gonorréia na garganta pode causar feridas na mesma.
- Nas mulheres pode causar dores abdominais.

Se deixada sem tratamento, a gonorréia pode causar outros sérios problemas de saúde como uma inflamação pélvica que pode causar dores, infertilidade e gravidez onde o

feto se desenvolve fora do útero. No homem, a gonorréia pode causar uma dolorosa inflamação nos testículos e na próstata gerando infertilidade. Em alguns casos a gonorréia pode se espalhar para o sangue gerando febre e pode afetar articulações causando artrite e inchaço. Em casos extremos a infecção pode causar inflamação nas membranas do cérebro, do coração e na medula espinhal (meningite).

Tratamento

O tratamento é simples e efetivo necessitando apenas uma dose de antibióticos. É muito importante não fazer sexo desprotegido por sete dias após o tratamento, pois você pode ser re-infectado ou passar para alguém.

Prevenção

Usar preservativos no sexo vaginal, anal e oral é uma maneira efetiva de se evitar a gonorréia e de não a passar para outros. Check-up's da sua saúde sexual permitem uma identificação da gonorréia e outras DST's no início da infecção.

HERPES

Herpes são causadas por dois tipos do vírus da herpes. Uma forma é a aparição de bolhas ao redor da boca enquanto a outra causa verrugas em volta ou nas áreas genitais. A herpes é geralmente passada pelo contato direto com essas verrugas. Uma vez contraído o vírus da herpes, você o terá para toda a vida, porém os sintomas podem ser controlados por tratamentos.

Sintomas

Assim como as verrugas, a herpes também gera:

- Dores no estomago, costas, pernas e pés.
- Coceira na área afetada antes das verrugas aparecerem.

Tratamento

Seu sistema imunológico deve ser capaz de manter o vírus sobre controle, mas há antivirais que ajudam no tratamento da infecção. Cremes especiais podem ajudar a eliminar as verrugas, e outros medicamentos podem impedir o surgimento delas.

Prevenção

Evitar contato com verrugas abertas e usar preservativos para todo tipo de sexo previnem a infecção e a transmissão do herpes.

Sífilis

A sífilis é uma infecção complexa causada por uma bactéria. A doença geralmente ocorre em três estágios: Sífilis primária, secundária e terciária. Cada estágio tem seus próprios sintomas. Nos estágios primários e secundários a doença é extremamente contagiosa.

A sífilis pode ser passada através do contato com as feridas da sífilis durante o sexo desprotegido. Também pode ser transmitida por contato físico nas fissuras e lesões, que podem aparecer em qualquer lugar do corpo, ou no contato com sangue contaminado. Sífilis pode ser transmitida de mãe para filho.

É provável que uma pessoa no estágio primário ou secundário não tratado leve a pessoa com HIV a se tornar mais contagiosa. Ter sífilis também pode expor mais uma pessoa com HIV negativo. Pessoas com HIV positivo pode ter mais dificuldades para curar a sífilis causando danos no coração, cérebro e levar a morte.

Sintomas

Sífilis primária :

- Uma ferida vermelha pode aparecer na vagina, nuca, pênis, boca testículos ou anus. Essa ferida (chamada chacra) não causa dor e pode ser curada facilmente.
- Glândulas perto desse chacras podem inchar.

Sífilis secundária (geralmente ocorre após seis meses de exposição ao vírus):

- Físsuras na pele
- Glandulas inchadas
- Febre
- Náuseas
- Perda de cabelo
- Feridas marrons nas mãos e pés

Sífilis terciária (geralmente leva dez anos de infecção para aparecer):

- Danos no coração
- Danos no cérebro (neurosífilis)
- Danos no sistema nervoso

Tratamento

Sífilis é geralmente tratada com um coquetel de antibióticos – penicilina é geralmente a droga escolhida. Pessoas com HIV geralmente recebem doses maiores de medicamento e por mais tempo. Para evitar contaminar outros ou de ser re-infectado é necessário evitar a prática de sexo até o tratamento estar completo e você receber alta do vírus. Exames de sangue devem ser feitos para se assegurar que a doença está totalmente curada.

Prevenção

Usar preservativo em todas as formas de sexo o protege de contrair sífilis e evita de o vírus de espalhar mais. Deve também ser evitado o contato com qualquer ferida aberta. A proteção contudo, não é total, pois lesões e fissuras podem estar em qualquer parte do corpo e pessoas com a vida sexual ativa deve regularmente fazer check-up's de saúde sexual, o que servirá de teste para várias DST's.

Verrugas Genitais

Verrugas genitais são causadas por um vírus extremamente comum presente embaixo da pele. Esse vírus é conhecido como Vírus do Papiloma Humano. Um grupo desse vírus pode levar ao câncer cervical ou anal. O risco é maior em pessoas com HIV positivo, pois há mais chances de o vírus ser reativado devido a perdas imunológicas. Uma vez com vírus, você o terá para o resto da vida, mas isso não significa que você continuará tendo verrugas.

Verrugas genitais podem ser passadas através do sexo desprotegido. O contato físico muito próximo também podem transmiti-las.

Sintomas

Sintomas geralmente aparecem após algumas semanas de infecção. A verruga se parece com uma verruga proveniente de qualquer outra infecção - Pequena levemente rugosa. Estas verrugas crescem se não forem tratadas e tomam forma de couve-flor. Verrugas podem coçar e verrugas no reto podem sangrar. Contudo, pessoas que contraem o vírus das verrugas podem não ter nenhum sintoma e não perceber o surgimento das verrugas. Nas mulheres, as verrugas podem aparecer dentro ou fora da vagina e no homem podem aparecer na cabeça ou no corpo do pênis, e em volta do anus.

Tratamento

Apesar da infecção do vírus não poder ser curada, as verrugas podem ser tratadas. As verrugas podem ser congeladas ou queimadas quimicamente visando seu desaparecimento. Cirurgias a laser ou cremes estimuladores do sistema nervoso podem também ser opções. Estes tratamentos podem demorar muito tempo para ser efetivo, e você pode precisar ser submetido a varias sessões, além de ser desconfortáveis as vezes. Para evitar uma re-infecção qualquer parceiro sexual deve também ser tratado. Preservativos devem ser usados assim que verrugas forem percebidas e durante o tratamento e é aconselhável não fazer sexo sem preservativos durante três meses após o desaparecimento das verrugas.

Prevenção

Evitar o contato com as verrugas e o uso de preservativos em todo tipo de prática sexual o previne de contrair ou transmitir verrugas genitais. Pessoas sexualmente ativas devem se submeter a check-up's de sua saúde sexual, podendo detectar não só estas verrugas como outras DST's.

FONTES USADAS NESTE DOCUMENTO

- *Chlamydia* (Family Planning Association, 2003)
- *Gonorrhoea* (Family Planning Association, 2003)
- *Introduction to HIV and Aids* (2005)
- *Love S.T.I.NGS: A Beginner's Guide to Sexually Transmitted Infections* (Family Planning Association, 2004)
- *Lovelif: Sexual Health for Young People*, (Health Promotion England, 1999, 2000)
- *NAM Factsheet 54*, (January 2004)
- *Science & Success in Developing Countries: Holistic Programs that Work to Prevent Teen Pregnancy, HIV & Sexually Transmitted Infections* (Advocates for Youth, 2005)
- *Sexually Transmitted Infections: Where to Go for Help and Advice*, (Family Planning Association, 2003)
- *Teachers Guide: School Health Education to prevent AIDS and STD – A Resource package for curriculum planners* (World Health Organisation and United Nations Educational, Scientific and Cultural Organisation, 1994)
- *The Good Sexual Health Guide*, (Lesbian and Gay Foundation, August 2004)