

**GUIA PRÁTICO**

# Doenças sexualmente transmissíveis



## **GUIA COMPLETO**

# **Conteúdos**

### **03 INTRODUÇÃO**

### **04 O QUE SÃO DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS**

- 05** Sintomas
- 05** Tratamento

### **06 PRINCIPAIS DOENÇAS**

- 06** Gonorreia
- 06** Clamídia
- 07** Vírus do Papiloma Humano (HPV)
- 08** Herpes genital
- 08** Pediculose púbica
- 08** Tricomoníase
- 09** Escabiose
- 09** Molusco contagioso
- 09** Sífilis
- 10** Hepatite B
- 11** VIH/SIDA

### **12 CUIDADOS A TER**

- 13** Rastreios



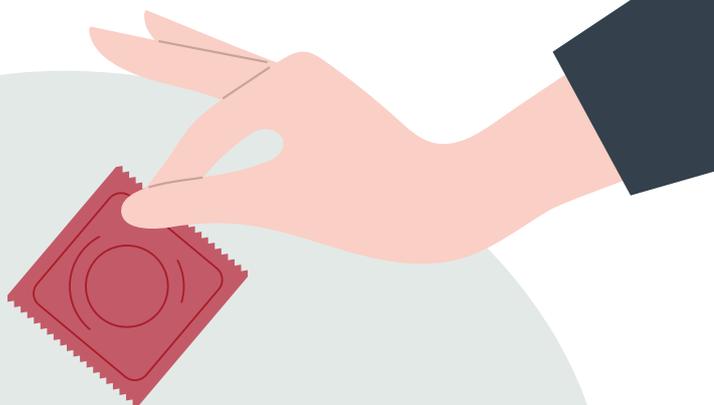
## INTRODUÇÃO

# Doenças sexualmente transmissíveis: tudo o que precisa de saber

A Organização Mundial da Saúde estima que, anualmente, em todo o mundo, haja mais de 250 milhões de pessoas que contraem uma nova doença sexualmente transmissível. Isso espelha um aumento crescente deste tipo de infecções que são um grave problema de saúde pública.

Há dezenas de doenças sexualmente transmissíveis. Algumas com origem em vírus (como a infecção pelo Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH), pelo Vírus do Papiloma Humano e pelo herpes genital); bactérias (como as que causam a gonorreia e a sífilis); e parasitas (como a *Trichomonas vaginalis* que provoca a tricomoníase).

Conheça algumas das principais doenças sexualmente transmissíveis e quais os cuidados que deve ter para preveni-las.



## O QUE SÃO DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS

As doenças sexualmente transmissíveis, também conhecidas como infeções sexualmente transmissíveis ou doenças venéreas, correspondem a doenças infecciosas causadas por múltiplos agentes patogénicos.

A transmissão destas doenças, como o próprio nome indica, ocorre geralmente por via sexual (vaginal, anal ou oral). Contudo, em alguns casos, o contágio pode acontecer através do contacto com fluidos corporais, como sangue e tecidos infetados, ou ainda durante a gravidez e o parto.

Estas doenças fragilizam a saúde e prejudicam a qualidade de vida, aumentando o risco de:

- **Infeção pelo vírus da imunodeficiência humana (VIH);**
- **Cancro do colo do útero, do pénis ou do ânus;**
- **Problemas de saúde nos recém-nascidos;**
- **Doença inflamatória pélvica;**
- **Orquite;**
- **Epididimite;**
- **Infertilidade;**
- **Aborto ou nados mortos;**
- **Parto prematuro;**
- **Cirrose;**
- **Cancro do fígado;**
- **Doenças neurológicas;**
- **Doenças cardiovasculares;**
- **Gravidez ectópica;**
- **Neoplasias.**

Além disso, o surgimento destas doenças está, normalmente, associado a comportamentos como:

- **Iniciar mais precocemente a vida sexual;**
- **Trocar frequentemente de parceiros sexuais ou ter muitos parceiros sexuais em simultâneo;**
- **Não ter perceção do risco comportado por estas doenças;**
- **Não usar preservativo;**
- **Desconhecer o risco de algumas práticas sexuais.**



## Sintomas

Por norma, as doenças sexualmente transmissíveis são silenciosas e as suas manifestações costumam ser leves. No entanto, há sinais que são um alerta, como é o caso de:

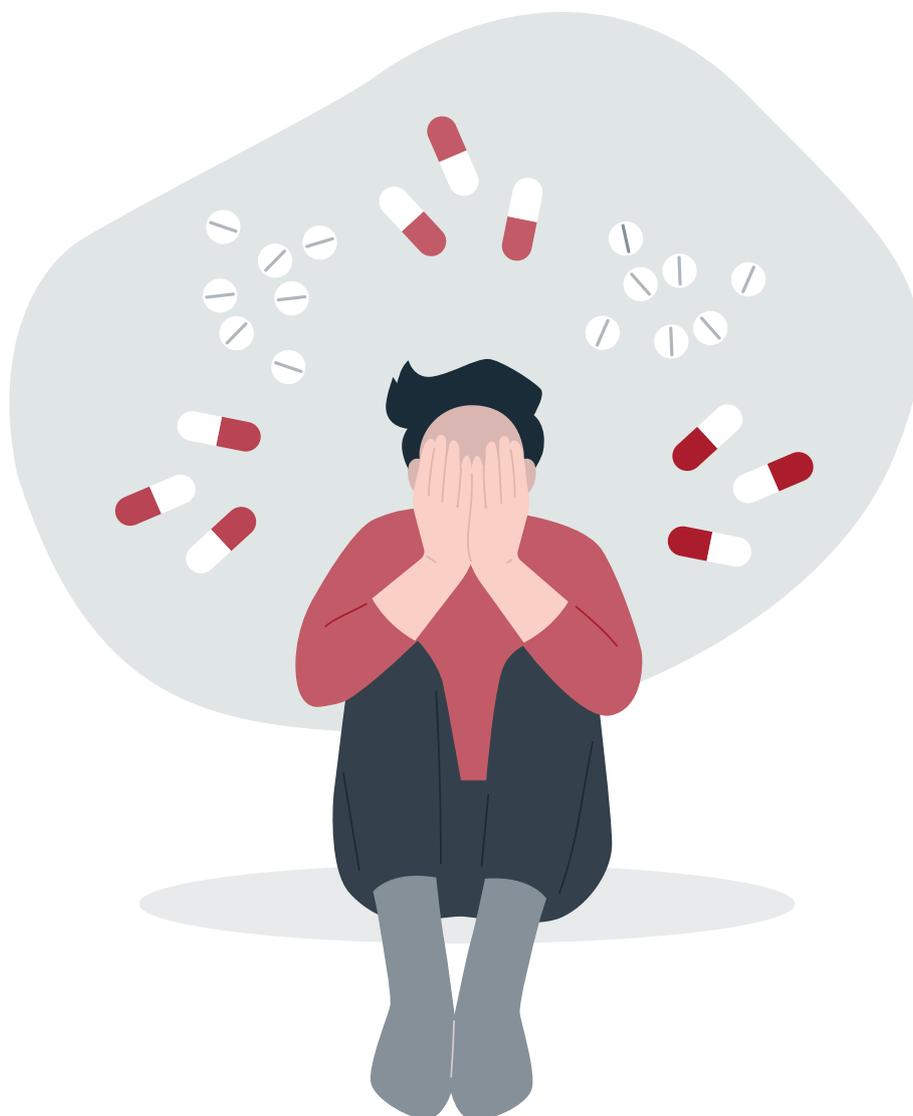
- Prurido;
- Lesões genitais;
- Ardor;
- Corrimento vaginal excessivo;
- Febre;
- Dores abdominais;
- Erupções na pele;
- Edema nos órgãos genitais.

## Tratamento

O tratamento destas doenças varia muito de caso para caso, podendo passar pela toma de medicamentos ou por terapêuticas como os condilomas genitais. Estas intervenções podem ter em vista a cura ou, pelo menos, o controlo da doença.

Entre as doenças sexualmente transmissíveis curáveis estão as que são causadas por bactérias, fungos e parasitas, como é o caso da clamidiose, candidíase vaginal, gonorreia, micoplasmose, sífilis e tricomoníase.

Já as infeções provocadas por vírus, como os da hepatite B, Herpes simplex, imunodeficiência humana (VIH) e papiloma humano (HPV), não têm cura.



## PRINCIPAIS DOENÇAS

**Existem muitas doenças sexualmente transmissíveis, umas mais frequentes do que outras. Conheça as características de algumas delas.**

### Gonorreia

Esta é uma das doenças sexualmente transmissíveis mais prevalentes em todo o mundo.

Na sua origem, está uma bactéria, a *Neisseria gonorrhoeae*, a qual provoca a uretrite, ou seja, a inflamação da uretra. Esta bactéria costuma desenvolver-se em zonas do corpo como o colo do útero, o útero, as trompas de Falópio e a uretra.

Trata-se de uma doença habitualmente assintomática, sobretudo na sua fase inicial de evolução. Consideram-se sinais de alerta: corrimento uretral purulento e com odor; ardor ao urinar; e prurido uretral.

A terapêutica indicada para esta infeção passa pela toma de antibióticos. Se não for tratada atempadamente, esta doença pode causar infertilidade e/ou doença inflamatória pélvica.

### Clamídia

Na Europa, a infeção por *Chlamydia trachomatis* é também e cada vez mais frequente, sobretudo em jovens entre os 16 e os 25 anos.

Esta também é, muitas vezes, uma doença assintomática ou com sintomas muito semelhantes aos da gonorreia. Contudo, o não tratamento desta doença pode ter como consequências a infertilidade, a doença inflamatória pélvica e a prostatite.

Para tratar este problema, é necessária a toma de antibióticos.

## Vírus do Papiloma Humano (HPV)

Este vírus atinge a pele e as mucosas, criando lesões em todo o corpo. Trata-se de uma doença bastante prevalente, sobretudo entre os adolescentes.

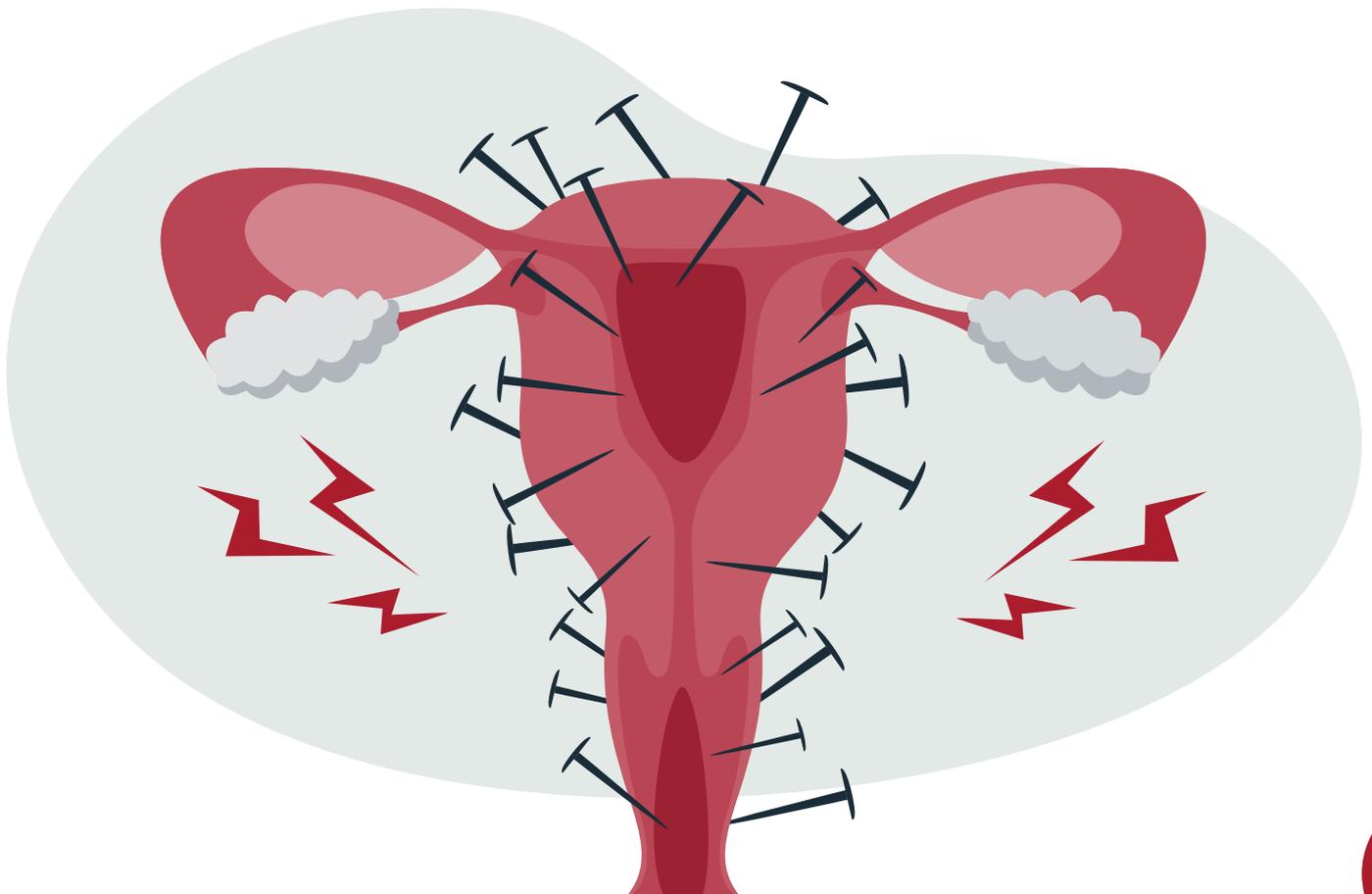
Há centenas de diferentes serotipos de HPV, que são responsáveis pelo aparecimento de diversas patologias. Existem serotipos considerados de alto risco, os quais são, geralmente, responsáveis pelos câncros genitais; e há ainda serotipos de baixo risco, os quais provocam doenças benignas.

Este vírus infeta acima de tudo jovens que se encontram a iniciar a sua vida sexual. Por norma, esta é uma doença assintomática que, habitualmente, se resolve num ou dois anos. No entanto, se se tratar de uma infeção de alto risco, o prognóstico da doença pode não ser tão favorável, dada a possibilidade de evolução para cancro de colo de útero, assim como para formas mais invasivas.

Os principais sintomas, no caso de uma infeção de baixo risco, são condilomas acuminados ou verrugas/cravos genitais, irregulares, que podem surgir na pele e/ou mucosas da área genital e/ou anal, como por exemplo nos grandes lábios, vulva, vagina e colo do útero e, nos homens, no forro do pénis, sulco balanoprepucial, glândula e meato urinário. Em algumas situações, as verrugas podem surgir na cavidade oral.

Para diagnosticar este problema, aconselha-se a realização de uma citologia ou Papanicolau e colposcopia, além de uma biópsia e/ou pesquisa do ADN do HPV e identificação do serotipo. Em alguns casos, sugerem-se ainda técnicas de anoscopia e retoscopia.

Quando o organismo não consegue eliminar, autonomamente, o vírus, podem ser feitos tratamentos que acabam com as lesões causadas por este vírus. Alguns desses tratamentos são a aplicação de medicamentos nas lesões, a crioterapia, a eletrocoagulação, o laser ou até a excisão cirúrgica.



## Herpes genital

Esta infeção é provocada pelo vírus Herpes simplex (tipos 1 e 2) e afeta a área genital e o ânus (pele e mucosas). Esta infeção pode ser assintomática ou manifestar-se por meio de:

- **Lesões genitais;**
- **Ardor;**
- **Prurido;**
- **Feridas;**
- **Dor;**
- **Febre;**
- **Mal-estar**
- **Pequenas manchas vermelhas, bolhas ou vesículas.**

Apesar de não ter cura, os efeitos do herpes podem ser controlados, através da toma de medicamentos antivíricos.

## Pediculose púbica

Na origem desta doença está um parasita, o *Phthirus pubis*, o qual afeta os pêlos púbicos e das coxas, mas também os das axilas, tronco, barba ou pestanas.

O sintoma mais prevalente é o prurido nas zonas afetadas, assim como o surgimento de pequenas manchas vermelhas, lesões e feridas.

Para tratar esta infeção, recomenda-se o recurso a medicamentos tópicos inseticidas, loções ou cremes, os quais devem ser colocados nas regiões afetadas. Além disso, deve lavar a 60°C a roupa de vestir, toalhas e lençóis.

Convém ainda acrescentar que o uso do preservativo não previne esta infeção.

## Tricomoniase

Esta é outra doença sexualmente transmissível relativamente comum e que é causada por um parasita designado *Trichomonas vaginalis*.

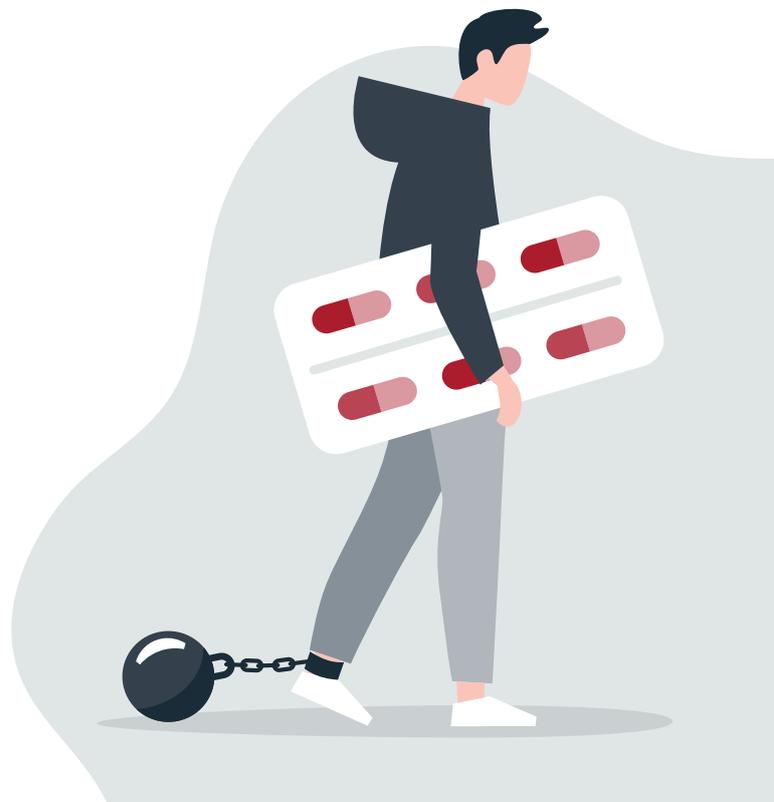
Nas mulheres, entre os possíveis sintomas desta infeção estão:

- **Corrimento com cheiro forte e cor alterada;**
- **Hemorragias durante ou após o ato sexual;**
- **Prurido na zona da vagina;**
- **Inchaço das virilhas;**
- **Necessidade frequente de urinar;**
- **Ardor.**

Nos homens, entre os possíveis sintomas estão:

- **Corrimento da uretra;**
- **Necessidade frequente de urinar;**
- **Ardor;**
- **Irritação no pénis.**

Embora não tenha cura, os sintomas desta doença podem ser atenuados com a toma de antibióticos.



## Escabiose

Apesar de não ser unânime, a escabiose também pode ser considerada uma doença sexualmente transmissível, uma vez que também pode ser passada por via sexual.

Na sua origem, está um parasita, o *Sarcoptes scabiei* var. *Hominis*. Ele provoca uma erupção na pele, que causa muito prurido.

As lesões costumam afetar sobretudo dedos das mãos, punhos, mamas, nádegas e pênis que podem exibir pequenas borbulhas, pele vermelha, escoriações e linhas elevadas.

Caso estas lesões infetem, podem dar origem a uma outra doença, desta feita de origem bacteriana.

Para tratar estas lesões, é necessário aplicar na pele loções ou cremes inseticidas, capazes de eliminar o ácaro causador da infeção. Além disso, recomenda-se lavar toda a roupa usada com água a  $\geq 60^{\circ}\text{C}$  de temperatura.

## Molusco contagioso

A infeção de adultos pelo *Molluscum contagiosum* tem quase sempre origem sexual.

O sintoma mais característico desta doença são pequenas pápulas/vesículas, de cor branca ou rosada, que normalmente surgem na púbis e área genital. Em alguns casos, pode haver lugar a inflamação e a prurido.

O tratamento possível consiste na aplicação de agentes tópicos na pele, os quais eliminam as lesões, de modo a que elas não se alastrem mais pelo corpo

## Sífilis

Esta é uma doença capaz de infetar todos os órgãos e tecidos do corpo. Na sua origem, está a bactéria *Treponema pallidum*, a qual entra no corpo através das membranas mucosas, alcançando os gânglios linfáticos, o que faz com que se consiga espalhar por todo o corpo.

Alguns sinais de alerta são o aparecimento de uma úlcera dura e indolor na vagina, no colo do útero ou sobre o pênis. Semanas depois, é comum surgir febre, dores articulares, falta de apetite, suores e perda de peso.

O principal órgão afetado é a pele, que exibe erupções cutâneas, sobretudo nas palmas das mãos e nas plantas dos pés.

O principal método de tratamento é a penicilina, que deve ser administrada por via intramuscular. Contudo, há alternativas em casos de alergia a esta medicação ou a derivados.



## Hepatite B

Convém esclarecer que o vírus da hepatite B não se transmite através do suor ou da saliva, nem através do toque, dos abraços, dos beijos ou da partilha de objetos como talheres.

Além disso, na maior parte das situações, o organismo consegue eliminar autonomamente este vírus. Porém, quando não o consegue fazer, podem surgir complicações de saúde, nomeadamente neoplasias hepáticas.

Assim, é importante estar atento a sintomas como debilidade, cansaço, erupções na pele, febre, urina escura, fezes claras e dores abdominais e articulares.

O tratamento desta doença na fase aguda passa por descanso e por uma alimentação saudável que não inclua bebidas alcoólicas. Pode também ser necessário tomar medicamentos capazes de eliminar as células infetadas.

Esta doença já pode ser prevenida através da toma de uma vacina, assim como através do uso de preservativo.



## VIH/SIDA

Uma das doenças sexualmente transmissíveis mais conhecidas é o Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (SIDA), o qual é causado pelo Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH).

Este vírus ataca o sistema imunitário, destruindo as células defensoras do corpo, tornando-o mais vulnerável a outras doenças e infecções.

Os principais sintomas de infecção por VIH são em tudo semelhantes aos de uma gripe, sendo eles:

- **Febre;**
- **Suores;**
- **Dores de cabeça, musculares e articulares;**
- **Aumento dos gânglios linfáticos.**

Posteriormente, os sintomas podem desaparecer, sendo que o vírus permanece no organismo, continuando a prejudicar o funcionamento do sistema imunitário e causando:

- **Fadiga;**
- **Perda de peso;**
- **Suores noturnos;**
- **Falta de apetite;**
- **Diarreia.**

Numa fase mais avançada, a doença provoca uma imunodeficiência grave, que favorece o aparecimento de outras infecções e de tumores. Nesta etapa da doença, diz-se que o paciente está com SIDA.

A principal abordagem terapêutica passa pela toma de fármacos antirretrovíricos.

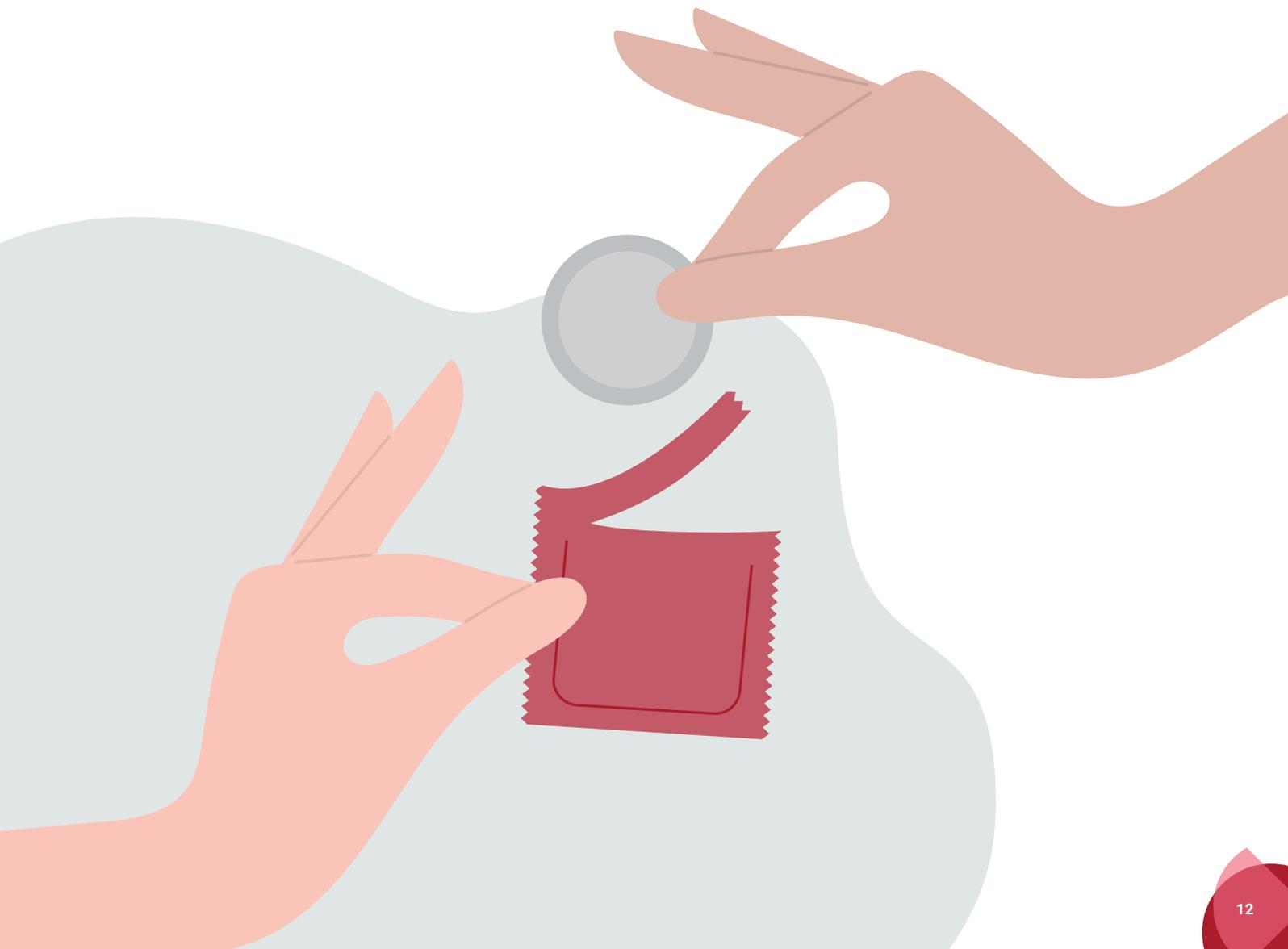
Para prevenir esta infecção, é essencial usar preservativo e não partilhar objetos pessoais.



## CUIDADOS A TER

Há várias medidas que podem ser adotadas para prevenir a contaminação por uma doença sexualmente transmissível. Entre essas medidas, estão:

- Usar preservativo durante as relações sexuais;
- Vacinar-se contra as infecções pelos vírus do papiloma humano (HPV) e vírus da hepatite B;
- Tomar medicamentos que diminuem o risco de se ser infectado pelo vírus da imunodeficiência humana.



## Rastreios

Outra forma importante de controlar a saúde e diagnosticar precocemente uma doença sexualmente transmissível é fazendo rastreios de infeções sexualmente transmissíveis. Para isso, basta fazer uma análise de sangue ou de urina.

Estes rastreios são especialmente recomendados a:

- **Mulheres com menos de 25 anos e sexualmente ativas;**
- **Mulheres com mais de 25 anos, com mais do que um parceiro sexual e que não usam preservativo;**
- **Mulheres grávidas;**
- **Homens que praticam sexo com outros homens, com homens infetados pelo vírus da imunodeficiência humana ou que não usam preservativo;**
- **Pessoas infetadas pelo vírus da imunodeficiência humana.**

Em síntese, e como grande parte das doenças sexualmente transmissíveis podem ser prevenidas, tome precauções, pratique sexo seguro, usando para isso preservativo, e evite contrair uma infeção por via sexual.



## FONTES

(Consultadas a 18.06.2022)

[Direção-Geral da Saúde. Como prevenir doenças sexualmente transmissíveis](#)

[Centro de Informação do Medicamento. Infecções Sexualmente Transmissíveis não HIV](#)

[Farmácias Portuguesas. Infecções Sexualmente Transmissíveis – o que são, exatamente?](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Infecções Sexualmente Transmissíveis](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Vírus do Papiloma Humano - HPV](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Herpes Genital](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Tricomoníase](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Pediculose Púbica](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Escabiose](#)

[Associação para o Planeamento da Família. Molusco Contagioso](#)

[IPDJ. Infecções Sexualmente Transmissíveis](#)

**AVISO:** Este Guia Prático é um espaço meramente informativo. A Medicare recomenda sempre a consulta de um profissional de saúde para diagnóstico ou tratamento, não devendo nunca este documento ser considerado substituto de diagnóstico médico.

## FICHA TÉCNICA

### EDITORA

Vânia Dias

### AUTORA

Teresa Santos

### REVISÃO DE MÉDICA CONVIDADA

Dra. Sofia Bezerra

### DESIGN

Adclick

### DEPARTAMENTO DE MARKETING MEDICARE

Paginação e revisão das normas gráficas da marca

### MEDICARE

Sede social

Rua Rodrigues Sampaio nº 103

1150-279 Lisboa

Apoio ao cliente: 219 441 113

Email: [info@medicare.pt](mailto:info@medicare.pt)

Site: [medicare.pt/mais-saude/](http://medicare.pt/mais-saude/)

### EDIÇÃO

Adclick

Julho de 2022

## SUGESTÕES

Contribua com sugestões de melhoria através do nosso [Formulário Online](#)

A Medicare não é uma entidade prestadora de serviços de saúde sendo os mesmos prestados a nível nacional por parceiros especializados. Medicare é uma marca registada da MED&CR – Serviços de Gestão de Cartões de Saúde, Unipessoal, Lda., pessoa coletiva 513 361 715, que gere planos de saúde que disponibilizam o acesso a uma rede exclusiva de parceiros especializados na prestação de cuidados de saúde.

**TEMOS  
O PLANO  
CERTO  
PARA SI.**

PARA MAIS INFORMAÇÕES

**219 441 113**

[info@medicare.pt](mailto:info@medicare.pt)

[medicare.pt](http://medicare.pt)