



## COMO USAR O PRESERVATIVO (MASCULINO)



• Abra a embalagem com cuidado, nunca com os dentes para não furar a camisinha. Coloque a camisinha somente quando o pênis estiver ereto



• Desenrole a camisinha até a base do pênis com a ponta apertada para retirar o ar. Só use lubrificantes à base de água, evite vaselina e outros lubrificantes à base de óleo



• Após a ejaculação, retire a camisinha com o pênis ainda ereto, fechando a abertura com a mão para evitar que o esperma vazze da camisinha



• Dê um nó no meio da camisinha e jogue-a no lixo. Nunca use a camisinha mais de uma vez, usar a camisinha duas vezes não previne contra doenças e gravidez, e nunca use uma camisinha sobre a outra.



## COMO USAR O PRESERVATIVO (FEMININO)



• Fique uma posição confortável e segure a camisinha com o anel externo pendurado para baixo;



• Aperte o anel interno e introduza na vagina. Com o dedo indicador, empurre a camisinha o mais fundo possível (a camisinha deve cobrir o colo do útero);



• O anel externo deve ficar 3 cm para fora da vagina - não estranhe, pois essa parte que fica para fora serve para aumentar a proteção.

**Responsável Técnico:**  
Dr Daniel Soares de Souza Dantas  
CRM 146.492  
Especialidade: Infectologista



**CRUZ AZUL**  
Saúde e Educação

Av. Lins de Vasconcelos, 356 - Cambuci  
CEP 01538-900 - São Paulo - SP  
Tel. 11 3348-4000  
[www.cruzazulsp.com.br](http://www.cruzazulsp.com.br)  
f Cruzazuldesaopaulo



**AIDS**  
SAIBA MAIS E PREVINA-SE



Cruz Azul de São Paulo





## IST

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST's) são causadas por vírus, bactérias ou outros microrganismos. São transmitidas, principalmente, por meio do contato sexual (oral, vaginal, anal) sem o uso de camisinha masculina ou feminina com uma pessoa que esteja infectada. A transmissão de uma IST pode acontecer, ainda, da mãe para a criança durante a gestação, o parto ou a amamentação.

**Tipos mais comuns de IST:** HIV/Aids, Vírus do Papiloma Humano-HPV, Gonorreia, Hepatite B, Sífilis, Herpes genital.



## A AIDS

A Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (**Aids**) é a fase mais avançada da infecção pelo HIV pois ataca o sistema de defesa do organismo, o que provoca a queda da imunidade, facilitando a infecção por microorganismo que não causam doenças em pessoas com boa imunidade, os chamados agentes oportunistas.

Essa infecção se dá pela presença do vírus da imunodeficiência humana (**HIV**). Trata-se de um retrovírus que agride o sistema de defesa do organismo provocando a morte dos linfócitos, que são as principais células de defesa do nosso corpo. **É importante ressaltar que ter o vírus (HIV) não significa ter Aids.**



## TRANSMISSÃO/CONTÁGIO

- Relação sexual sem o uso de camisinha.
- Transmissão Vertical - Da mãe para o filho durante a gestação, parto ou amamentação.
- Uso compartilhado de seringas.
- Transfusão sanguínea.



## FASES E SINTOMAS DA DOENÇA

- **Infecção aguda** - o período varia de 3 a 6 semanas a partir da exposição ao vírus. Os sintomas são inespecíficos como febre, mal estar e gripe.
- **Período assintomático** - período que pode durar muitos anos, sem sintomas.
- **Fase tardia** - Nesta fase, as células de defesa (linfócitos) já foram em sua maioria destruídos. A baixa imunidade favorece o aparecimento de diversas doenças, entre elas: tuberculose, pneumonia, toxoplasmose, diarreia, infecções fúngicas do organismo, que podem ser fatais.



## PREVENÇÃO

Apesar do aumento às informações e medidas de controle, a Aids ainda é responsável por um elevado número de mortes em todo o mundo. A melhor forma de proteção é a prevenção. O uso de preservativo (feminino e masculino) é a maneira mais eficaz de prevenir a doença, além das outras infecções sexualmente transmissíveis - como a sífilis, gonorreia, clamídia etc, e a distribuição é realizada na rede pública de saúde sem custo!

A medida preventiva mais recente é a Profilaxia Pré-Exposição (PrEP) que consiste no uso contínuo de antirretrovirais em pacientes sem HIV mas com alto risco de infecção

Além disso, existe a PEP (Profilaxia Pós-Exposição), tratamento com Terapia Antirretroviral para evitar a sobrevivência e a multiplicação do HIV no organismo de uma pessoa. Para funcionar, a PEP deve ser iniciada logo após a exposição de risco, em até 72 horas. PEP não serve como substituta à camisinha.



## DIAGNÓSTICO

Saber do diagnóstico precocemente aumenta a sobrevida dos soropositivos. O diagnóstico é realizado através de teste sanguíneo, o exame laboratorial ou teste rápido.



## TRATAMENTO

O tratamento depende de alguns fatores que serão identificados pelo médico e envolve diversas medicações específicas chamadas de antirretrovirais. Eles devem ser tomados continuamente e repetidamente com o objetivo de deixar o vírus indetectável no sangue, o que evita a transmissão

Os pacientes que necessitam de tratamento medicamentoso também recebem acompanhamento psicológico, assistência social, nutricional, entre outros, todos disponíveis nos centros de referência específicos.

No Brasil, os tratamentos são fornecidos de forma gratuita e podem ser encontrados na Rede Pública de Saúde, SUS e Centros de Testagem e Aconselhamento (CTA).

Mais informações você encontra no site [www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br) ou pelo disque saúde 136.