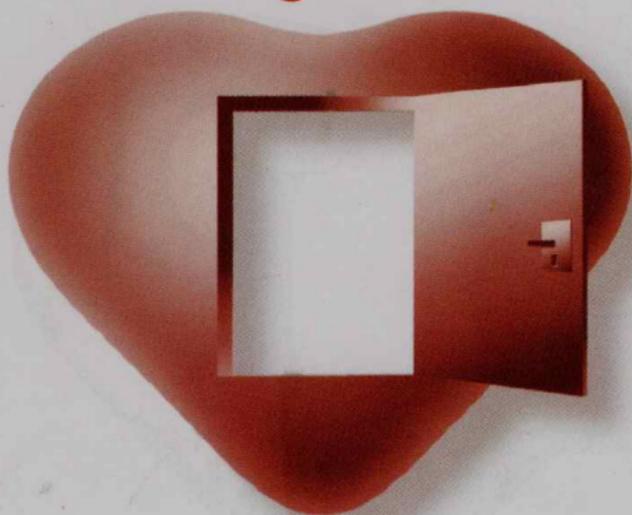


Abra a  
porta  
do seu  
coração...



e entre na batalha pela  
Saúde da Mulher  
(DSTs e AIDS)

## QUE TAL TESTAR O SEU GOSTAR DE SI MESMA?

Responda e veja o que a auto-estima tem a ver com as DSTs e a AIDS:

- Você às vezes sente que não serve para nada?
- Você acha que não merece ser feliz ou ter sucesso?
- Você costuma se comparar a outras pessoas e sair perdendo?
- Quando as coisas dão errado, você se culpa?

Se respondeu **sim** a qualquer uma dessas perguntas, você provavelmente anda com o amor-próprio abalado.

### Que nota de 0 a 10 você daria a si mesma?

Preste atenção: o tanto que você se gosta pode afetar o que você pensa e faz na vida:

- o modo como você se cuida e como os outros tratam você;
- suas escolhas amorosas e profissionais;
- como você dá e recebe amor;
- como você busca soluções para os problemas de sua vida;
- e principalmente...

**... como você vem cuidando de sua saúde e se prevenindo das DSTs e AIDS.**

## TESTE SEUS CONHECIMENTOS SOBRE AS DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS

Responda, sem continuar lendo, e depois confira...

- 1• O que são DSTs?
- 2• Quais são as DSTs mais comuns?
- 3• Nós, mulheres, podemos pegar e transmitir as DSTs?
- 4• O que podemos fazer para não ter DSTs?

### AGORA CONHEÇA AS RESPOSTAS:

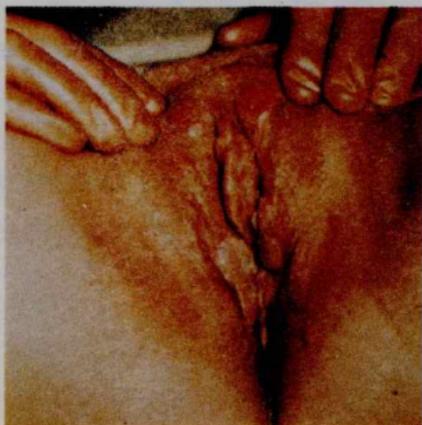
1• **DSTs** - Doenças Sexualmente Transmissíveis (doenças venéreas), são infecções causadas por microorganismos (fungos, bactérias, vírus) que ficam principalmente nos órgãos genitais.

### 2• OS PRINCIPAIS TIPOS DE DSTs

São conhecidos mais de 30 tipos diferentes de DSTs. As mais comuns em nosso meio, e seus sintomas, são:

#### **SÍFILIS (Cancro Duro)**

Ferida sem dor, caroços e ínguas na virilha, manchas em várias partes do corpo.



## **GONORRÉIA**

*Ardência ou formigamento ao urinar, corrimento de cor amarelada, esverdeada ou com sangue, gotas de pus.*



## **CONDILOMA ACUMINADO (Cavalo de Crista ou Crista de Galo)**

*Verrugas na região genital ou anal.*



## **CANCRO MOLE (Cavalo)**

*Várias feridas dolorosas com pus nos órgãos sexuais, dor, íngua, caroços na virilha que podem soltar pus. Na mulher: corrimento, dores ao urinar, fazer cocô e na relação sexual.*



### **LINFOGRANULOMA VENÉREO (Mula)**

*Febre, dor muscular, caroços aumentados na virilha com saída de pus, pequena ferida nos órgãos sexuais.*



### **HERPES GENITAL**

*Pequenas bolhas nas partes externas dos órgãos sexuais, ardência e coceira.*



### **VAGINOSES (Clamídia)**

*Corrimento discreto ou abundante, leve ardência ao urinar.*

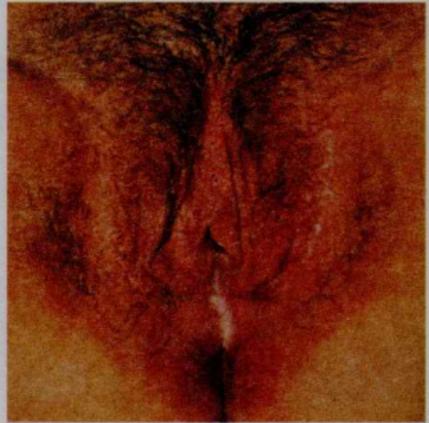


**CANDIDÍASE**

Coceira forte, corrimento de cor branca sem cheiro, dor, órgãos genitais avermelhados, ardência ao urinar.

**TRICOMONÍASE**

Corrimento amarelado com mau cheiro, coceira, dor durante o ato sexual, ardência ao urinar.



### **3• NÓS, MULHERES, PODEMOS PEGAR E TRANSMITIR AS DSTs:**

- através da relação sexual (vaginal, anal, oral) com parceiros(as) infectados(as);
- ao introduzir na vagina objetos infectados (buchas, folhas, gazes, panos, etc.);
- mulheres grávidas podem transmitir a doença para o feto, que poderá nascer morto ou com problemas graves;

- duchas vaginais com vinagre, água e sal, lisofórmio, permanganato de potássio, podem provocar pequenos arranhões nas paredes da vagina, retirando a proteção natural e facilitando a contaminação.

#### **4• RECOMENDAÇÕES**

- Evite ter relações sexuais com pessoas que tenham feridas, verrugas ou pus nos órgãos genitais;
- Use sempre camisinha com seus clientes, parceiros, namorados e marido;
- Cuide de sua saúde, com uma alimentação saudável;
- Mantenha cuidados higiênicos, lavando as mãos e os órgãos genitais antes e depois das relações sexuais;
- Faça exames médicos periódicos;
- Mulheres grávidas devem fazer exame pré-natal para impedir que Doenças Sexualmente Transmissíveis passem para o feto.

#### **Você sabia...**

que nós, mulheres, estamos mais sujeitas a pegar DSTs e vir a sofrer as consequências mais graves, tais como: doenças nos ovários, útero, gravidez nas trompas, câncer de colo e esterilidade?

**VOCÊ PODE EVITAR AS DSTs,  
BASTA SE PREVENIR**

## AIDS E O HIV

### O QUE É AIDS?

#### **Síndrome de Imunodeficiência Adquirida**

**Síndrome:** Conjunto de sintomas ou sinais de uma doença, que podem aparecer ao mesmo tempo ou não.

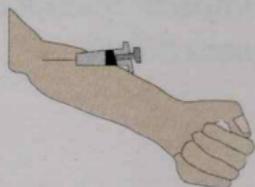
**Imunodeficiência:** Incapacidade do corpo de defender-se de doenças

**Adquirida:** Que se pega, não se nasce com ela

**HIV:** Vírus da AIDS

### COMO AS MULHERES PEGAM E TRANSMITEM O VÍRUS DA AIDS?

- Através de relações sexuais (oral, anal, vaginal);



- Através de agulhas e/ou seringas contaminadas;

- Através de sangue contaminado;



- Através da mãe infectada por HIV transmitido durante a gravidez ou parto, ou na amamentação;



## **PORQUE AS MULHERES ESTÃO MAIS SUJEITAS A PEGAR AIDS?**

- Há mais quantidade de vírus HIV no esperma que nas secreções vaginais;
- A vagina fica com o esperma por um tempo prolongado;
- A presença de doenças venéreas (DST) ou infecções vaginais aumentam as chances de contágio;
- Durante os períodos fértil e menstrual as chances de contágio aumentam devido às mudanças hormonais e internas do útero;
- Na menopausa, a vagina fica mais seca, facilitando a formação de ferimentos ;
- Logo, em todas as fases da vida da mulher ela pode pegar AIDS.

## **COMO VOCÊ PODE PREVENIR A AIDS?**

- a)** Nas relações com seus clientes, namorados, parceiros, marido, **USAR SEMPRE A CAMISINHA.**
- b)** Procurar serviço médico para tratar adequadamente das Doenças Sexualmente Transmissíveis.
- c)** Usar seringa individual e descartável. Se a seringa for de uso de outras pessoas, é preciso fazer a desinfecção.
- d)** Exigir nas transfusões, sangue devidamente examinado.

## OS SINTOMAS DE UMA PESSOA DOENTE DE AIDS PODEM SER:

- Suores durante o sono;
- Carços, ínguas ou gânglios inchados;
- Diarréia prolongada, por mais de um mês;
- Febre prolongada, por mais de um mês;
- Rápida perda de peso, sem motivo aparente;
- Lesões esbranquiçadas (sapinho) na boca ou infecção vaginal causadas por fungos da espécie *cândida*, resistente ao tratamento;
- Aparecimento do Sarcoma de Kaposi. No início surgem pontos violáceos na pele, e logo se transformam em tumores.

**Atenção:** O médico é a pessoa mais indicada para diagnosticar a AIDS. Muitos sintomas da AIDS também são frequentes em outras doenças.

## TESTE PARA HIV

No Brasil há três testes para o HIV: **ELISA**, **Western Blot** e **Imunofluorescência**. Quando decidir fazer o teste para saber se tem o HIV, procure assistência médica e psicológica e conte com o apoio de parentes e amigos

## PARA NÃO PEGAR AIDS BASTA PREVENIR

- Use sua imaginação criando jeitos amorosos de colocar e tirar a camisinha;
- Tenha sempre camisinha à disposição. Não espere pela iniciativa do parceiro;
- Afinal de contas, a CAMISINHA faz parte do seu gostar de si mesma.

## ONDE BUSCAR AJUDA

### DSTs

- **Policlínica Central**

Rua Carijós, 528 • Centro • Tel. 201-6700, ramal 20

### AIDS

- **Hospital Eduardo de Menezes (COAS)**

Av. Dr. Cristiano Rezende, 223 • Bairro Bom Sucesso •  
Tel. 383-8000

- **Centro de Referência de Doenças Infectocontagiosas -  
DIP Orestes Diniz**

Alameda Álvaro Celso, 241 • Tel. 222-7900

- **Hospital da Baleia (Ambulatório de Clínica Médica) •**

Bairro Saudade • Tel. 481-1711, ramal 141

- **Grupo Solidariedade**

R. Itatiaia, 280 • Bairro Bonfim • Tel. 442-0566

- **GAPA**

R. Tamoios, 671 • Conj. 14 • Tel. 271-2126

- **Grupo Vhiver**

R. São Paulo, 684 • Sl. 1301-A • Centro • Tel. 226-7504 e  
463-2526

Procure uma Monitora de Saúde do Projeto **"Na Batalha pela Saúde"**. Ela está treinada para colaborar na solução de problemas de saúde da mulher. Ela pode ser encontrada perto de você ou no **MUSA**, à rua Prof. Galba Veloso, 290 - Santa Tereza, tel. 467-5875.



1995

Realização:

  
**MUSA**

**Mulher e Saúde**

*Centro de Referência de  
Educação em Saúde da Mulher*

**R. Prof. Galba Veloso, 290 - Santa Tereza  
Belo Horizonte - Telefax: 467-5875**

Apoio:

**- Ministério da Saúde - PN-DST/AIDS  
- John D. and Catherine T. - MacArthur  
Foundation**