

Orientações para mulheres cis profissionais do sexo



Barbara Henker
Brenda Machado de Andrade
Bruna Schaurich Mativi
Eduarda Brollo Berni
Janine Veiga Gomes
Júlia Gomes Rangel
Luísa Almansa Goulart
Nathália Bordin Mendes
Paula Somavilla
Talia Patatt Simonetti
Vitória Benedetti
Hedioneia Maria Foletto Pivetta

2023



Orientações para mulheres cis profissionais do sexo

Barbara Henker
Brenda Machado de Andrade
Bruna Schaurich Mativi
Eduarda Brollo Berni
Janine Veiga Gomes
Júlia Gomes Rangel
Luísa Almansa Goulart
Nathália Bordin Mendes
Paula Somavilla
Talia Patatt Simonetti
Vitória Benedetti
Hedioneia Maria Foletto Pivetta

1.^a Edição

Santa Maria
Pró-Reitoria de Extensão - UFSM
2023

**Reitor**

Luciano Schuch

Vice-Reitora

Martha Bohrer Adaime

Pró-Reitor de Extensão

Flavi Ferreira Lisbôa Filho

Pró-Reitora Adjunta de Extensão**Geoparques**

Jaciele Carine Vidor Sell

Cultura e Arte

Vera Lucia Portinho Vianna

Desenvolvimento Regional e Cidadania

Victor de Carli Lopes

Articulação e Fomento à Extensão

Rudiney Soares Pereira

Daniel Luís Arenhardt

Subdivisão de Apoio a Projetos de Extensão

Alice Moro Neocatto

Subdivisão de Divulgação e Eventos

Taís Drehmer Stein

Revisão Textual

Matheus Lenarth Cardoso

Projeto Gráfico e Diagramação

Natássia Gabaia

Stephanie Goulart

069 Orientações para mulheres cis profissionais do sexo [recurso eletrônico] / Barbara Henker ... [et al.]. – 1. ed. – Santa Maria, RS : UFSM, Pró-Reitoria de Extensão, 2023.
1 e-book : il. – (Série Extensão)

ISBN 978-65-85653-21-3

1. Saúde sexual 2. Sexualidade 3. Educação em Saúde 4. Profissional do sexo I. Henker, Barbara

CDU 613.88-055.3

Ficha catalográfica elaborada por Lizandra Veleda Arabidian - CRB-10/1492
Biblioteca Central - UFSM



Esta obra está licenciada com uma Licença [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)
Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

CONSELHO EDITORIAL

Prof^a. Adriana dos Santos Marmorini Lima

Universidade do Estado da Bahia - UNEB

Prof. José Pereira da Silva

Universidade Estadual da Paraíba - UEPB

Prof. Leonardo José Steil

Universidade Federal do ABC - UFABC

Prof^a. Lucilene Maria de Sousa

Universidade Federal de Goiás - UFG

Prof^a. Maria Lucila Reyna

Universidad Nacional del Litoral - UNL

Prof^a. Maria Santana Ferreira dos Santos Milhomem

Universidade Federal do Tocantins - UFT

Prof. Odair França de Carvalho

Universidade de Pernambuco - UPE

Prof^a. Olgamir Amancia Ferreira

Universidade de Brasília - UnB

Prof. Olney Vieira da Motta

Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy
Ribeiro - UENF

Prof. Roberto Ángel Medici

Universidad Nacional de Entre Ríos - UNER

Prof^a. Simone Cristina Castanho Sabaini de Melo

Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP

Prof^a. Tatiana Ribeiro Velloso

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia - UFRB

CÂMARA DE EXTENSÃO

Flavi Ferreira Lisboa Filho

Presidente

Jaciele Carina Vidor Sell

Vice-Presidente

José Orion Martins Ribeiro

PROPLAN

Marcia Regina Medeiros Veiga

PROGRAD

Michele Forgiarini Saccol

CCS

Monica Elisa Dias Pons

CCSH

Andre Weissheimer de Borba

CCNE

Suzimary Specht

Politécnico

Marta Rosa Borin

CE

Thiago Farias da Fonseca Pimenta

CEFD

Marcia Henke

CTISM

Adriano Rudi Maixner

CCR

Graciela Rabuske Hendges

CAL

Ana Beatris Souza de Deus Brusa

CT

Tanea Maria Bisognin Garlet

Palmeira das Missões

Fabio Beck

Cachoeira do Sul

Evandro Preuss

Frederico Westphalen

Regis Moreira Reis

TAE

Elisete Kronbauer

TAE

Suélen Ghedini Martinelli

TAE

Isabelle Rossatto Cesa

DCE

Daniel Lucas Balin

DCE

Jadete Barbosa Lampert

Sociedade

PARECERISTA AD HOC

Daiani Oliveira Cherubim

Cartilha aprovada em sessão ordinária da Câmara de Extensão no dia 17/08/2022. O conteúdo desta cartilha é de total responsabilidade de seus autores, que se comprometem com as informações e imagens nela contidas, não respondendo a Pró-Reitoria de Extensão por reclamações de terceiros. A essa premissa, excetua-se apenas as ilustrações da capa e folha de rosto, pertencentes ao projeto gráfico desenvolvido pela PRE.

APRESENTAÇÃO

A integralidade enquanto princípio do Sistema Único de Saúde (SUS) busca garantir ao indivíduo uma assistência à saúde que o contemple em todos os níveis de atenção; entretanto, para suprir a atenção integral à saúde é necessário avaliar as generalidades de cada público. Quando se trata de pessoas profissionais do sexo, percebe-se que a atenção à saúde das mesmas é muitas vezes negligenciada pelo sistema de saúde e pelas próprias trabalhadoras. Dentre os riscos vivenciados pelas mulheres que exercem essa atividade, destacam-se ambiente de trabalho inseguro, suscetibilidade às violências (sexual, psicológica, verbal e física), o uso de drogas ilícitas, bem como as Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) contraídas a partir das relações sexuais desprotegidas. Ademais, estas sofrem preconceito e discriminação por parte da sociedade e, por vezes, dos profissionais de saúde que, seja por falta de interesse ou entendimento da vida dessas mulheres, as taxam como responsabilizadas pela disseminação de ISTs, devido ao comportamento que foge às regras e aos costumes sociais. É nítida a falta de meios de informações acerca das condições de vida e saúde dessas mulheres.

Diante do exposto, o objetivo dessa cartilha é transmitir conhecimento e orientar a população alvo (profissionais do sexo), em específico as que residem no município de Santa Maria-RS, por conter informações dos locais que podem procurar ajuda caso necessário. Também aborda métodos de proteção para uma relação sexual segura, principais ISTs que podem ser contraídas e seus meios de contaminação. Os tópicos abordados no decorrer da cartilha também são de extrema importância para a aprendizagem de acadêmicos e profissionais da saúde.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AD	Álcool e Drogas
AIDS	Síndrome da Imunodeficiência Adquirida
CAPS	Centro de Atenção Psicossocial
CBO	Classificação Brasileira de Ocupações
HIV	Vírus da Imunodeficiência Humana
HPV	Papilomavírus Humano
HSV	Herpes Simplex Virus
HUSM	Hospital Universitário de Santa Maria
DST	Doença Sexualmente Transmissível
ISTs	Infecções sexualmente transmissíveis
MTE	Ministério do Trabalho e Emprego
PA	Pronto Atendimento
PEP	Profilaxia Pós-Exposição
PrEP	Profilaxia Pré-Exposição
SUS	Sistema Único de Saúde
UPA	Unidade de Pronto Atendimento

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	PRÁTICAS SEXUAIS SEGURAS: PRESERVATIVOS MASCULINOS E FEMININOS	11
3	HIGIENIZAÇÃO: DUCHA HIGIÊNICA E ACESSÓRIOS/ BRINQUEDOS SEXUAIS	16
4	INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS E SEUS MEIOS DE CONTAMINAÇÃO	21
5	PrEP e a PEP - PROFILAXIA PRÉ E PÓS EXPOSIÇÃO	27
6	VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER: LEIS E TIPOS DE VIOLÊNCIA.....	31
7	ACESSOS AOS SERVIÇOS DE SAÚDE	36
8	REDUÇÃO DE DANOS/UTILIZAÇÃO DE DROGAS ILÍ- CITAS.....	40
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	43
	REFERÊNCIAS.....	44
	SOBRE OS AUTORES	50

INTRODUÇÃO

1

Em 2007, o Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), tornou oficial a categoria “profissional do sexo”, através da inclusão da atividade do profissional do sexo na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO), sob o código 5198-05, o qual visa descrever as atividades desenvolvidas no mercado de trabalho brasileiro, tendo como parâmetro o cenário cultural, econômico e social do país. Entretanto, apesar do seu reconhecimento, essas mulheres, nos dias atuais, ainda permanecem como grupo vulnerável, às margens da sociedade, onde, frequentemente, não são vistas como deveriam (GOMES, 2010).

Isso acontece porque, embora o trabalho sexual não seja criminalizado, há uma série de leis, crenças e atitudes que são usadas para perseguir e controlar profissionais do sexo. O estigma moralista atribuído ao trabalho sexual, assim como demais preconceitos marginalizantes, pode interferir no acesso de suas protagonistas aos serviços de saúde, assim como a informações qualificadas para sua vivência de trabalho. Essa dificuldade, entre outras questões, fere os direitos assegurados pela Constituição Brasileira (PRADA, 2015).

Com o intuito de promover a difusão de conhecimento, de forma acessível e localizada, elaboramos esta Cartilha de Orientações para Mulheres Cis Profissionais do Sexo. Tendo em vista a diversidade de formas de entender-se e tornar-se mulher e consequente variabilidade de demandas, o presente material tem como foco mulheres cis, ou seja, pessoas com vagina que se identificam enquanto mulheres.

A literatura consultada (BONADIMAN; MACHADO; LÓPEZ, 2012) indica que as maiores dificuldades observadas no exercício da profissão do sexo percorrem questões relativas à Saúde Sexual e Reprodutiva e à Saúde Mental, além de questões estruturais violentas. Evidências indicam que o risco de contração de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), por profissionais do sexo, está intimamente ligado à marginalização do trabalho sexual, o que aumenta o risco de abuso policial e de exploração. Essa cartilha, então, propõe-se à orientar acerca dessas dificuldades e oferecer um mapeamento de uma rede de cuidados e proteção no Município de Santa Maria - Rio Grande do Sul, que podem ser favoráveis às profissionais do sexo, e formas de acessá-la.

PRÁTICAS SEXUAIS SEGURAS: PRESERVATIVOS MASCULINOS E FEMININOS

2

VOCÊ SABE COMO SE PROTEGER?

Práticas sexuais seguras são importantes para evitar contrair e transmitir ISTs, que podem comprometer de modo significativo o seu trabalho, saúde e bem-estar sexual, além de evitar a gravidez indesejada. É importante ressaltar que o uso de métodos de proteção durante o ato sexual, seja vaginal, oral ou anal, são maneiras para assegurar sua própria segurança e a dos seus clientes, pois independentemente de ser com parceiro fixo ou não, é necessário estar consciente de que a proteção rotineira é o único meio possível para prevenir doenças sexuais (BRASIL, 2006).

Nesse tópico serão abordados os cuidados para a colocação e armazenamento do preservativo masculino e feminino, como se pode realizar a ducha higiênica anal e/ou vaginal de forma segura e os modos de higienização de brinquedos sexuais utilizados para apimentar as relações sexuais e aumentar o prazer.

CAMISINHA MASCULINA (PRESERVATIVO MASCULINO OU EXTERNO)

É um método de barreira. A camisinha masculina é eficaz para proteger de ISTs, como por exemplo o HIV e também gravidez. É importante que seja usada em todas as relações sexuais, antes de qualquer contato do pênis com a vagina, com ânus ou boca (BRASIL, 2008).

A camisinha é usada no momento da penetração e durante o sexo oral e não atrapalha no prazer. Porém, os clientes podem pensar o contrário disso, afirmando que a camisinha atrapalha no prazer, nessa situação você pode buscar alternativas para tornar o momento de colocar a mesma mais prazeroso, como ficar em uma posição que permita ao cliente uma visão interessante, você pode sentar sobre o cliente, de costas para ele e assim colocar a camisinha, nesse momento pode realizar movimentos sensuais com o corpo. Também, pode oferecer preservativos com cores, funções, sabores, texturas, e tamanhos para o cliente comprar e assim tornar o uso da camisinha mais agradável.

Pode-se também colocar a camisinha masculina com a boca, mas é importante que isso seja feito da forma certa para evitar que rasgue, saia ou fure. Vamos ao passo a passo para realizar a colocação da camisinha com a boca de **maneira correta** (IRRESISTÍVEL, 2018).

a) Abra a embalagem do preservativo e retire a camisinha da embalagem.

b) Gire a camisinha em sua boca, sem usar os dentes, dê 3 a 4 voltas com os lábios na ponta da camisinha. Isso dará firmeza para acomodar e evitará que haja acúmulo de ar na ponta, assim também evitará que ele saia na hora de colocar com a boca.

c) Sem soltar da sua boca, com um pouco de firmeza, comece a deslizar o preservativo com seus lábios para que ele deslize o máximo possível para que possa cobrir o pênis. É possível que não possa deslizá-lo por completo no pênis do cliente, mas não tenha pressa, pode usar as mãos também.

Treine antes! Faça o mesmo processo acima, mas o seu modelo será seus próprios dedos, basta juntar dois dedos, pode ser o indicador e o médio, que assim já vai dar para fazer o teste.

QUAL A MANEIRA CORRETA DE COLOCAR A CAMISINHA MASCULINA?

1) Rasgue cuidadosamente a embalagem com a mão e retire a camisinha. Nunca use os dentes para não correr o risco de furar a camisinha;

2) Coloque a camisinha apenas quando o pênis estiver ereto. Aperte a ponta para retirar o ar e desenrole a camisinha até a base do pênis.

3) Depois da relação, retire a camisinha do pênis ainda ereto, com cuidado para não vazarem;

4) Depois de usada, dê um nó e jogue no lixo. Nunca utilize a mesma camisinha mais de uma vez e também não use duas camisinhas ao mesmo tempo, pois ela pode se romper ou estourar.

Troque de camisinha para fazer sexo oral, vaginal e anal. Caso não haja a troca de camisinha entre o sexo vaginal e anal, há grande chance de ocorrer infecção vaginal, além do risco de ISTs.

É um método de barreira. A camisinha feminina é eficaz para proteger de IST e também gravidez, quando usada em todas as relações sexuais antes do contato do pênis com a vagina. Pode ser colocada na vagina imediatamente antes da penetração ou até oito horas antes da relação sexual. É encontrada gratuitamente nos serviços de saúde. A camisinha feminina, quando bem colocada, não incomoda nem diminui o prazer sexual (BRASIL, 2008).

QUAL A MANEIRA CORRETA DE COLOCAR A CAMISINHA FEMININA?

Para colocar a camisinha feminina é recomendado utilizar uma das seguintes posturas: em pé, com um dos pés apoiados em uma cadeira, sentada com as pernas afastadas, agachada ou deitada. Vamos ao passo a passo para colocar a camisinha feminina. É normal haver deslocamento da camisinha com a movimentação do pênis.

1) Abra a embalagem com cuidado - nunca com os dentes, para não furar a camisinha. Segure a argola menor com o polegar e o indicador;

- 2) Aperte a argola e introduza na vagina com o dedo indicador. Empurre e certifique-se de que a argola esteja bem no fundo da vagina;
- 3) A argola maior fica para fora da vagina. No momento da penetração, segure a argola maior com uma das mãos;
- 4) Após a relação, enrole a argola maior e retire o preservativo com cuidado. Jogue no lixo.

QUAIS CUIDADOS DEVO TER COM A CAMISINHA FEMININA E A MASCULINA?

GUARDAR EM LOCAL SECO E FRESCO	NÃO DEIXAR EXPOSTA AO SOL E AO CALOR	NÃO ABRIR A EMBALAGEM COM UNHAS, DENTES OU TESOURAS
SEMPRE QUE POSSÍVEL VERIFICAR A DATA DE VALIDADE	VERIFICAR SE A EMBALAGEM NÃO ESTÁ FURADA OU RASGADA	NÃO UTILIZAR DUAS CAMISINHAS AO MESMO TEMPO, ISSO AUMENTA O RISCO DE ROMPIMENTO

ONDE POSSO ENCONTRAR A CAMISINHA FEMININA E MASCULINA?

As camisinhas são encontradas nas Unidades Básicas de Saúde, ou seja, nos postos de saúde de Santa Maria, você pode ir no mais próximo e pegar gratuitamente, também pode aproveitar e pegar gel lubrificante (POSTOS, 2022). Além das Unidades Básicas de Saúde, há a Casa Treze no Centro de Santa Maria, que distribui preservativos, lubrificantes e informativos.

HIGIENIZAÇÃO: DUCHA HIGIÊNICA E ACESSÓRIOS/BRINQUEDOS SEXUAIS

3

DUCHA HIGIÊNICA

Como fazer de maneira segura a ducha higiênica antes do sexo anal.

A) ENCHER A “DUCHA” COM ATÉ 150ML DE ÁGUA EM TEMPERATURA AMBIENTE	B) ESPALHAR LUBRIFICANTE NA ENTRADA DO ÂNUS;
C) INTRODUIZIR A “DUCHA” COM CUIDADO	D) APERTAR A DUCHA, E ESPERAR SENTADA NO VASO SANITÁRIO PARA QUE A ÁGUA ESCORRA PARA FORA

- Se na primeira tentativa a água já sair limpa, não é necessário repetir a ducha. A ducha **não pode ser repetida mais de 3 vezes**, pois pode afetar a flora intestinal;.
- A ducha higiênica deve ser preferencialmente realizada com o **equipamento adequado e próprio para introdução no canal do reto**, que pode ser encontrado em farmácias e drogarias e deve ser bem limpa antes e após cada aplicação, inclusive antes da primeira vez que o produto for usado. Não é recomendado realizar a ducha higiênica com chuveirinho de banho, laxante ou supositório, objetos pontiagudos e garrafa pet (GIRALDO, 2012, ROMANELLI, 2020; GLOBO, 2021).

Como lavar a ducha?

Mergulhe todo o conjunto da ducha em água quente (em torno de 90°C) durante 5 minutos. Aspire água quente com a ponta da ducha duas ou três vezes, jogando a água fora. Quando for guardar, mantenha a ducha sempre limpa e seca.

Evitar compartilhar os equipamentos utilizados durante a ducha higiênica para evitar risco de contaminação.

Nota sobre o uso de duchas vaginais higiênicas

O uso recorrente de duchas vaginais higiênicas pode levar a um desequilíbrio da flora e do pH vaginal, além de danificar a mucosa, facilitando o aparecimento de vulvovaginites e contaminação por IST. Portanto, se você perceber algum cheiro desagradável, não é recomendado fazer a ducha para tentar limpar, pois pode ser um sintoma de IST, sendo assim, é importante você procurar um médico para melhor ser avaliada.

Também ressaltamos aqui que a ducha higiênica deve ser realizada somente com água, pois se for realizada com vinagre, sabonete ou antisséptico, por serem substâncias fortes, podem destruir os lactobacilos vivos, que são importantes para a regulação natural do pH da vagina.

Fazer a ducha higiênica não evita a gravidez, pois após a ejaculação, o esperma chega rapidamente ao fundo do canal vaginal.

Para realizar a higiene da vagina, então, você pode usar água e sabonete neutro na parte externa, utilizando apenas os dedos para essa limpeza. Mesmo assim, não é recomendado higienizar a região mais do que três vezes ao dia (KRISTINA; SANTOS, 2021).

ACESSÓRIOS E BRINQUEDOS SEXUAIS

Você sabe como usar e higienizar os acessórios e brinquedos sexuais?

Os acessórios e brinquedos sexuais servem para apimentar a relação sexual. Eles podem aumentar a sensibilidade, retardar a ejaculação, estimular o clitóris e até mesmo promover orgasmos mais intensos.

Devem ser higienizados corretamente, pois a limpeza adequada ajuda a manter cada tipo de material em bom estado. Mas além disso, é importante higienizar esses itens pois a região íntima é muito sensível e qualquer bactéria ou microorganismo que esteja em um aparelho mal limpo pode causar problemas (DELAS, 2017).

Cada tipo de acessório deve ser higienizado de acordo com o material que é feito:

Acessórios e brinquedos sexuais à prova de água

- Esses são os que possuem baterias ou pilhas, mas mesmo assim ser expostos à água. Pode lavar com água e sabão sem nenhum problema. Alguns exemplos são os vibradores, estimuladores de próstata e dildos, que é um objeto em formato que imita um pênis (exemplo na foto).

Acessórios e brinquedos sexuais de borracha ou látex e de Soda-Lime Glass ou ABS Plastic

- Estes tipos de brinquedos porosos são mais sensíveis a temperaturas elevadas, correndo o risco de ficarem deformados. Devem ser lavados com um produto adequado evitando usar água muito quente;
- Existem os pênis de borracha, vibradores, estimuladores femininos duplos, do ponto G e do clitóris e também os anéis penianos.

Acessórios e brinquedos sexuais que imitam a pele humana

- Devem ser limpos da mesma forma que os de borracha ou látex, mas tendo o cuidado de se usar uma quantidade muito reduzida de sabão;
- São os pênis desse material, vibradores, estimuladores masculinos e femininos.

Acessórios e brinquedos sexuais de silicone, aço inoxidável ou vidro borossilicato

- Como não são porosos, estes acessórios podem ser limpos;
- Com um produto adequado e água bem quente caso desejem! Se quiserem mesmo ter a certeza que eles ficam extremamente bem desinfectados então é fervê-los durante 2 minutos;
- Alguns exemplos são os plugs anais, dildos, vibradores e algemas;

- Além de uma boa higiene, é importante guardar de forma adequada. E não esqueça, antes de usar é importante higienizar também.

Também destacamos aqui o uso de alimentos e objetos, como frutas, legumes e velas, introduzidos na vagina e ânus: é muito importante colocar camisinha sobre os alimentos e objetos, pois assim evita possíveis ardências, coceiras, infecções urinárias e infecções por bactérias e fungos que podem estar na superfície deles. Também é importante ter cuidado ao utilizar esses objetos e alimentos, pois podem acabar machucando a vagina e o ânus (QUEER, 2021).

INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS E SEUS MEIOS DE CONTAMINAÇÃO

4

VOCÊ CONHECE AS PRINCIPAIS ISTS E SEUS MEIOS DE CONTAMINAÇÃO?

Geralmente as ISTs (doenças sexualmente transmissíveis) podem se manifestar por meio de feridas, corrimentos e verrugas anogenitais, entre outros possíveis.

Sintomas, como dor pélvica, ardência ao urinar, lesões de pele e podem ser transmitidas durante uma relação sexual se não há proteção adequada. Entretanto, é importante ressaltar que nem sempre há lesões, principalmente nos homens, os quais podem ser assintomáticos (significa que a pessoa tem a doença, mas não tem sintomas), com isso, pode transmiti-la sem saber (UFPI, 2020).

ISTs como sífilis, herpes genital, clamídia, gonorreia, HIV, HPV e hepatites B e C são algumas das mais populares. A seguir, conheceremos como se dará cada uma delas.

SÍFILIS: Causada por uma bactéria altamente transmissível, geralmente começa com uma ferida indolor e quando não tratada adequadamente, desenvolve-se outros estágios.

Os sintomas vão depender da fase no qual se encontra.

Fase primária: apresenta-se na forma de uma ferida, geralmente única, no local de entrada da bactéria (vulva, vagina, colo uterino, ânus, boca, ou outros locais da pele), aparecendo entre 10 a 90 dias após o contágio. Normalmente é indolor e não coça.

Fase secundária: podem ocorrer manchas no corpo, abrangendo palmas das mãos e plantas dos pés. Aparecendo entre seis semanas e seis meses após a cicatrização da ferida inicial.

Fase latente: neste período não se apresenta nenhum sinal ou sintoma.

Fase terciária: pode surgir entre 1 a 40 anos depois do início da infecção e pode resultar em danos para cérebro, nervos, olhos ou coração.

Transmissão: se dá através do contato de secreções com as mucosas, por transfusão de sangue ou por contato direto com sangue contaminado e também pode ser transmitida durante a gestação e o parto, de mãe para filho. Quando diagnosticada precocemente não costuma causar maiores danos à saúde, logo possui cura rapidamente.

Tratamento: o indicado pelos médicos é feito à base de penicilina, um antibiótico comprovado cientificamente eficaz.

HERPES GENITAL: IST causada pelo vírus herpes simples (HSV), caracterizada pelo surgimento de pequenas bolhas e úlceras dolorosas na região genital (MARQUES, 2019).

Principais sintomas: começam a surgir entre 10 a 15 dias após ter relação sexual desprotegida com uma pessoa portadora do vírus, são eles: bolhas vermelhas ou cor-de-rosa na região genital que se rompem após cerca de 2 dias, com isso ocorre a liberação de um líquido transparente e são origem de pequenas feridas. A pele da região fica áspera, causando um desconforto como dor, queimação, formigamento e coceira intensa, também pode ter ardência ao urinar ou dificuldade.

Transmissão: se dá através da relação sexual, anal ou oral desprotegida, que acontece ao entrar em contato direto com o líquido liberado pelas bolhas formada pelo vírus.

Tratamento: deve-se ser sempre orientado por um ginecologista, normalmente, inclui a ingestão de comprimidos antivirais.

A infecção pode ser tratada e controlada. Vale ressaltar que, mesmo que a pessoa esteja sem sintomas, as lesões podem voltar se caso a imunidade estiver baixa. Para fortalecer é importante investir em uma alimentação adequada (legumes, frutas), praticar exercícios físicos, cuidar da rotina do sono, evitar álcool e cigarro, etc. (MARQUES, 2019).

CLAMÍDIA: É uma infecção causada pela bactéria *Chlamydia Trachomatis* e pode ser assintomática, entretanto, os sintomas podem surgir de 1 a 3 semanas após a relação sexual sem proteção (ALMEIDA, 2021; BRASIL, 2022; SEDICIAS, 2020).

Mesmo sem a presença de sinais e sintomas pode ocorrer a transmissão. Os principais sintomas são dor ou ardor ao urinar, corrimento vaginal (semelhante a pus), dor ou sangramento durante o contato íntimo, dor na região pélvica, sangramento fora do período menstrual.

Transmissão: se dá através do contato íntimo sem proteção com uma pessoa infectada.

Tratamento: é feito por meio do uso de antibióticos. A Clamídia possui cura, mas se houver infecção novamente o tratamento deve ser repetido, pois o corpo não cria imunidade contra a bactéria.

GONORREIA: Infecção bacteriana sexualmente transmissível, se não tratada pode levar a infertilidade, ademais, pode-se acometer o colo do útero, reto, entre outras regiões.

Sintomas, como dor ao urinar e secreção suspeita e anormal, além de dor na região pélvica são as principais características da doença (BRASIL, 2022).

Transmissão: se dá via contato sexual, oral, anal e com secreções contaminadas.

Já o **tratamento**, diagnosticado pelo médico, é feito com o uso de antibióticos.

HIV/AIDS: O HIV pode levar ao surgimento da AIDS, sendo este o agente que ataca o sistema de defesa do organismo. Entretanto, estar infectado pelo HIV, não quer dizer possuir AIDS.

Sintomas: os principais são febre, mal-estar, dores de cabeça, cansaço, dores no corpo, perda de apetite e peso, diarreia, aumento dos nódulos do sistema linfático, entre outros sintomas característicos.

Transmissão: se dá via contato com sangue infectado, secreções, leite materno, no parto, além do compartilhamento de giletes, seringas etc.

Tratamento: é executado após o resultado de teste positivo. Realizado com o uso de antirretrovirais, visto que sua ação é reduzir e evitar a multiplicação do vírus no nosso organismo. O mesmo deve ser seguido rigorosamente para que seja realmente efetivo.

HPV: É causada pelo Papilomavírus Humano.

Sintomas: um dos principais é o aparecimento de lesões em forma de verrugas na região genital que também são conhecidas como “crista de galo”, podem surgir na vulva, nos pequenos e grandes lábios, no ânus e no colo do útero. Além de outros sintomas, como, vermelhidão local, ardor no local da verruga, coceira na região genital, presença de lesões nos lábios, bochechas ou garganta (infecção causada por meio da relação sexual oral).

Transmissão: se dá através do contato íntimo sem proteção com uma pessoa portadora do vírus, seja oral, anal ou vaginal, e, do contato com a mão contaminada e compartilhamento de brinquedos sexuais. É altamente infectante, por isso, basta o contato com as lesões verrucosas ou planas do HPV para que exista infecção. O tempo de incubação do vírus varia de 1 mês a 2 anos e durante este período, apesar de não haver sintomas, já é possível a transmissão do vírus.

Tratamento: irá depender do estágio da doença, e as verrugas podem desaparecer por conta própria, o tratamento que visa eliminá-las.

Uma medida eficaz de prevenção do HPV é a vacinação, disponível gratuitamente nos postos de saúde, deve ser administrada em duas doses, após a primeira dose a próxima deve ser feita em seis meses (ALMEIDA, 2019; BRASIL 2022).

HEPATITE B e C: A hepatite B é uma doença infecciosa que agride o fígado e é causada pelo vírus B da hepatite HBV, que está presente no sangue e secreções. Já a Hepatite C é um processo infeccioso e inflamatório, causado pelo vírus C da hepatite (HCV), e que pode se manifestar na forma aguda ou crônica.

Sintomas: São doenças silenciosas que nem sempre apresentam sintomas, porém, quando aparecem podem incluir cansaço e mal-estar, dor abdominal, febre, tontura, enjojo e vômitos, pele e olhos amarelados, urina clara e fezes escuras.

Transmissão: As hepatites B e C transmitem pela relação sexual (oral, vaginal, anal) e também através de sangue contaminado.

Hepatite B não possui cura, porém tem tratamento, e é disponibilizado pelo SUS, eficaz na redução de complicações e risco da doença. Já no caso da hepatite C, não existe vacina para o tratamento, entretanto, o SUS possui medicamentos disponíveis tanto para hepatite C e B. Sendo assim, as práticas de relações sexuais devem sempre levar em conta a segurança e a proteção, além disso, é necessário buscar mais informações e acompanhamento da equipe de saúde para uma educação sexual eficaz e saudável.

PrEP e a PEP - PROFILAXIA PRÉ E PÓS EXPOSIÇÃO

5

PREP- PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO

A Profilaxia Pré-Exposição consiste em um tratamento preventivo antirretroviral de uso contínuo, indicado para pessoas que não vivem com HIV, sendo uma forma do organismo estar preparado para bloquear qualquer tentativa de entrada do vírus, assim, diminuindo as chances de infecção pelo HIV. Este medicamento é fornecido gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS), para isso é necessário ir a uma Unidade de Saúde realizar consultas regulares para a retirada do remédio e fazer o acompanhamento com teste rápido de HIV, sífilis e hepatite dos tipos B e C.

O tratamento consiste na ingestão de um comprimido por dia. Após a administração, a PrEP começa a ter efeito 7 dias para relação anal e 20 dias para relação vaginal. O tratamento de pré-exposição é indicado para pessoas com maiores chances de contato com o HIV, quem tenha usado diversas vezes a Profilaxia Pós-Exposição ou apresente repetidamente Infecção Sexualmente Transmissível (IST). A medicação pode ter alguns efeitos adversos, principalmente nos primeiros meses de uso, como dor de cabeça, perda de apetite, dor de estômago e/ou dor nas costas, sendo necessário ressaltar que mesmo com os efeitos adversos é importante continuar com o tratamento para diminuir possíveis chances de contrair o HIV.

Outro fator importante de salientar é a necessidade do uso de métodos de proteção para prevenir as outras ISTs e o uso de contraceptivos devido este medicamento não prevenir a gravidez. Este tratamento não garante 100% de proteção contra o HIV (BRASIL, 2021; FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2022).

Atualmente para se informar mais sobre a PrEP deve-se procurar a **Casa Treze de Maio**.

Casa Treze de Maio: aberta de segunda-feira a sexta-feira, das 7h30min às 11h30min e das 13h às 16h30min, com exceção da quarta-feira pela manhã, localizada na Rua Riachuelo, nº 364, Centro, telefone (55) 3921-1263.

PEP - PROFILAXIA- PÓS EXPOSIÇÃO

A PEP é oferecida de maneira gratuita pelo SUS, como uma estratégia para evitar infecções pelo HIV. Ela é recomendada em casos de relações sexuais consentidas que apresentem risco de infecção pelo vírus, além de outros casos como violência sexual. Ao procurar atendimento para realização da PEP, será realizado um acolhimento, ou seja, uma conversa com um profissional de saúde, neste momento serão realizados testes rápidos para HIV e teste rápido de gravidez em mulheres de até 49 anos, recomenda-se também a realização de testes rápidos de sSífilis e hHepatites B e C. O acolhimento deve ser realizado em local adequado, com privacidade, neste momento devem ser tiradas dúvidas que podem surgir durante o atendimento, lembrando que o profissional deve sempre ser ético, sem preconceitos.

A medicação deve ser iniciada o quanto antes, no máximo até 72h após a exposição (relação anal ou vaginal sem uso de preservativo). A medicação é utilizada uma vez ao dia, sendo dois comprimidos ao dia preferencialmente no mesmo horário, que pode ser escolhido conforme melhor adaptação, o uso é feito durante 28 dias. Deve-se sempre completar os 28 dias de tratamento, pois a adesão ao tratamento é de extrema importância para que este seja efetivo. Atualmente existem estudos que demonstram haver poucos efeitos adversos na utilização da PEP, podem ocorrer dores de cabeça, náuseas e cansaço, estes sintomas podem ser tratados com medicações simples e costumam desaparecer em alguns dias, casos estes sintomas persistam por vários dias é recomendado procurar atendimento. Durante a utilização da PEP é possível realizar um acompanhamento na Casa Treze de Maio, onde serão realizados exames de sangue e mais alguns testes rápidos para IST. Durante o uso da PEP, recomenda-se o uso de preservativo. É muito importante que a medicação seja utilizada da maneira correta, por isso, antes de sair do serviço tire todas as dúvidas com o profissional de saúde.

Locais que oferecem a PEP em Santa Maria:

Pronto Atendimento Municipal (PA Patronato): aberto 24h, todos os dias da semana, localizado na Avenida Jornalista Maurício Sirotski Sobrinho, número 70 no bairro Patronato, telefone (55) 3223-9927. Este serviço realiza o acolhimento (consulta) e a entrega da medicação.

Unidade de Pronto Atendimento 24h (UPA): aberta 24h, todos os dias da semana, localizada na **rua Ari Lagranha Domingues, nº 188 no bairro Nossa Senhora do Perpétuo Socorro**, telefone (55) 3028-9167. Este serviço realiza o acolhimento(consulta) e a entrega da medicação.

Casa Treze de Maio: aberta de segunda-feira a sexta-feira, das **7h30min às 11h30min e das 13h às 16h30min**, com exceção da quarta-feira pela manhã, localizada na **Rua Riachuelo, nº 364, Centro**, telefone (55) 3921-1263. Para a retirada da PEP na Casa Treze de Maio é necessária uma prescrição médica, que deve ser retirada em uma Unidade Básica de Saúde (postinho).

Hospital Universitário de Santa Maria (HUSM): aberto 24h, localizado na **Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Avenida Roraima, nº 1000, prédio 22, em Camobi**, telefone (55) 3213-1400. A PEP é oferecida no HUSM apenas em casos de violência.

VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER: LEIS E TIPOS DE VIOLÊNCIA

6

VOCÊ CONHECE A LEI Nº 10778/03?

No ano de 2003, a Lei 10.778 foi regulamentada pelo Decreto 5.099 de 2004, determinando a notificação compulsória no território nacional dos casos de violência contra as mulheres que forem atendidas em serviços de saúde, sejam públicos ou privados. Isso quer dizer que as mulheres que sofrerem qualquer tipo de agressão podem ser atendidas na Central de Atendimento à Mulher ou na Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher, sendo este o primeiro passo para reconhecer a violência contra as mulheres como discussão de saúde pública.

No entanto, mesmo que saibamos que existem locais para o atendimento, muitas mulheres continuam sofrendo vários tipos de violência: físicas, psicológicas ou sexuais, independentemente da sua etnia,; religião,; cultura, desenvolvimento econômico e social (TIPOS DE VIOLÊNCIA, 2022). Pensando que a sua atividade como profissional do sexo, muitas vezes, é estigmatizada, você pode ser vítima em razão da sociedade ter a concepção de que a atividade exercida não é apenas ilícita, mas também moralmente reprovável, te expondo à violência praticada por clientes e até mesmo policiais, e isso pode dificultar a denúncia.

Nessa situação de risco, você vivencia alguns cenários de agressão, abusos, humilhações e ofensas o que acaba incluindo você e as outras profissionais do sexo em um grupo de pessoas vulneráveis (NORONHA; JUNQUEIRA, 2022). Além disso, a submissão, uso de drogas ilícitas e bebidas alcoólicas trazem vulnerabilidade para vocês e podem estar inseridas nos cenários acima...

E A LEI Nº 11.340 SANCIONADA EM 7 DE AGOSTO DE 2006 JÁ OUVIU FALAR?

É mais conhecida como Lei Maria da Penha, criada não apenas para punir os agressores ou para proteger você que é vítima, mas também para conceituar os tipos de violência doméstica e familiar que podem ocorrer diariamente e muitas vezes, e não notarmos que estamos no círculo da violência. Foram criadas políticas públicas de prevenção, assistência e proteção às vítimas, medidas protetivas de urgência e promoção de programas educacionais com perspectiva de gênero, raça e etnia. Além disso, a lei prevê a instituição de Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher (BRASIL, 2022)

TIPOS DE VIOLÊNCIA

Como você pode denunciar e buscar ajuda?

Central de Atendimento à Mulher – Ligue 180 presta uma escuta e acolhida qualificada às mulheres em situação de violência.

O serviço também fornece informações sobre os direitos da mulher, como os locais de atendimento mais próximos e apropriados para cada caso:

Casa da Mulher Brasileira, Centros de Referências, Delegacias de Atendimento à Mulher (Deam), Defensorias Públicas, Núcleos Integrados de Atendimento às Mulheres, entre outros.

A ligação é gratuita e o serviço funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana. São atendidas todas as mulheres que ligam relatando sofrer eventos de violência.

Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM - Santa Maria/RS).

Endereço: Rua Duque de Caxias, 1196 - Bairro Bonfim Telefone: (55) 3222-9646

AÇÕES OU CONDUTAS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER, ESTABELECIDAS EM LEI

Entende-se que a violência contra a mulher que ocorre na comunidade e que é seja perpetrada por qualquer pessoa, compreende, entre outros:

- violação;
- abuso sexual;
- tortura;
- maus-tratos de pessoas;
- tráfico de mulheres;
- prostituição forçada;
- sequestro;
- assédio sexual no local de trabalho, bem como em instituições educacionais, estabelecimentos de saúde ou qualquer outro lugar.

QUAIS OS TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER?

Física: Ocorre quando uma ação é realizada destinando causar danos à pessoa.

- espancamento;
- atirar objetos, sacudir e apertar os braços;
- estrangulamento ou sufocamento;
- lesões com objetos cortantes ou perfurantes;
- ferimentos causados por queimaduras ou armas de fogo;
- tortura

Sexual: Acontece quando uma pessoa em posição de poder obriga outra a realizar atos sexuais sem a permissão da mesma, sendo por meios de chantagem ou força física.

- estupro;
- obrigar a mulher a realizar atos sexuais que causam desconforto ou repulsa;
- impedir o uso de métodos contraceptivos ou forçar a mulher a abortar;
- forçar matrimônio, gravidez ou prostituição por meio de coação, chantagem, suborno ou manipulação;
- limitar ou anular o exercício dos direitos sexuais e reprodutivos da mulher

Psicológica: Qualquer ação ou omissão capaz de gerar sofrimento moral ou danos psicológicos a outra pessoa.

- ameaças;
- constrangimento;
- humilhação;
- manipulação;
- isolamento e proibição de falar com familiares e amigos;

- vigilância constante;
- perseguição contumaz;
- insultos.

OBSERVAÇÃO: As violências mais recorrentes são físicas e psicológicas.

ACESSOS AOS SERVIÇOS DE SAÚDE

7

As Unidades Básicas de Saúde (UBS), ou postinhos, funcionam como porta de entrada aos serviços de saúde, para então serem referenciadas a outros níveis do sistema, conforme necessidade. Em Santa Maria (RS), temos 32 unidades de saúde em diferentes regiões do município, assim, você pode optar pela mais próxima de você! Todas elas podem ser acessadas pelo QR CODE (POSTOS, 2022):



Em Santa Maria, temos a Casa Treze de Maio como Serviço de Assistência Especializada (SAE) e Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA) como referência na prevenção de ISTs, HIV e hepatites virais (B e C). Lá se trabalha com a prevenção e a assistência ao usuário, com acolhimento, orientações, quatro tipos de testagem rápida (HIV, sífilis, hepatite B e hepatite C) e distribuição de preservativo, lubrificante e informativos (CASA 13 DE MAIO, 2022; (SANTA MARIA, 2021).

Todos os testes possuem um período denominado “janela diagnóstica”, que corresponde ao tempo entre o contato com o vírus e a detecção do marcador da infecção (antígeno ou anticorpo). Isso quer dizer que, mesmo se a pessoa estiver infectada, o resultado do teste pode dar negativo se ela estiver no período de janela.

Dessa forma, nos casos de resultados negativos, e sempre que persistir a suspeita de infecção, o teste deve ser repetido após, pelo menos, 30 dias (BRASIL, 2020).

Endereço: Rua Riachuelo, nº 364 (esquina com a Rua Pinheiro Machado) - Centro.

Dias e horários de atendimento: De segunda a sexta-feira, das 7h30min às 11h30min e das 13h às 16h30min

Horário para testagem rápida de HIV, sífilis, hepatites B e C: De segunda a sexta-feira, das 8h às 10h30min e das 13h às 15h30min, com exceção de quarta-feira no turno da manhã.

Telefone: (55) 3921-1263

E-mail: casatreze364@gmail.com

O serviço está fechado nas quartas-feiras, a partir das 9h30min, devido à reunião de equipe. No turno da tarde, o expediente é normal.

Além disso, no município existem 6 Serviços de Atenção Psicossocial disponíveis para adultos:

	CONTATOS	ENDEREÇO	HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO
Acolhe Saúde	(55) 3219-2333 santamariaacolhesaude@gmail.com	R. Treze de Maio, 35 - Centro, Santa Maria.	segunda à sexta-feira, das 8h às 12h e das 13h às 17h.
CAPS II Prado Veppo	(55) 3921-7959	Av. HÉlvio Basso, 1245 - Duque de Caxias, Santa Maria.	Segunda à quinta-feira, das 8h às 18h, e sexta-feira das 13h30 às 18h.
CAPS AD II Caminhos do Sol	(55) 3921-7144 e (55) 3921-7281	Rua Euclides da Cunha, 1695	Segunda à sexta, das 8h às 18h.
CAPS AD II Companhia do Recomeço	(55) 3921-1099	Rua General Neto, 579	Segunda à sexta, das 8h às 18h.
Policlínica do Rosário	(55) 3921-1094 saudepoliclinicadorosario@outlook.com	R. Serafim Valandro, 400 - Nossa Sra. do Rosário	Segunda à sexta, das 8h até às 16h.
Policlínica Erasmo Crossetti	(55) 3921-1097	Rua Floriano Peixoto, 1752 - Centro	Segunda à sexta, das 7h30 às 12h e das 13h às 16h30.

O **Acolhe Saúde** é um serviço especializado em acolhimento multiprofissional de casos de crise relacionados a comportamentos suicidas, como ações autolesivas e planos de tirar a própria vida, com ou sem tentativa. O usuário deve ser encaminhado pela Atenção Básica, Serviço de Urgência e Emergência.

Existem também os **Centros de Atenção Psicossocial (CAPS)**. O **CAPS II Prado Veppo** é um serviço de portas abertas direcionado para adultos em sofrimento psíquico intenso. Já os **CAPS AD II Caminhos do Sol** e **CAPS AD II Companhia do Recomeço** são destinados para pessoas maiores de 16 anos que apresentam sofrimento psíquico intenso decorrente do uso de álcool e outras drogas (SANTA MARIA, 2021).

Ainda temos a **Policlínica do Rosário**, que oferece atendimento psicológico mediante encaminhamento por UBS, dessa forma não possui atendimento imediato e não se destina a situações urgentes. Por fim, existe a **Policlínica Erasmo Crossetti**, que dispõe de atendimento ambulatorial de portas abertas.

Para ser atendido nos locais citados acima, basta ser morador de Santa Maria, ter mais de 18 anos (a não ser nos locais indicados), e apresentar o cartão SUS junto ao RG, CPF e comprovante de residência.

É importante salientar que as redes de cuidado vão além dos serviços de saúde oferecidos pelo município, já que abarca outros recursos como uma rede de apoio social e afetivo, seja internamente, entre colegas de profissão, ou a partir da família, religião, etc. Dessa forma, recomenda-se um fortalecimento dessa rede, independente de sua constituição, principalmente para manejo em saúde mental.

Caso ocorra alguma situação discriminatória ou violência em algum serviço de saúde, você pode fazer uma denúncia pela Ouvidoria do SUS, pelos seguintes contatos:

Telefone Ouvidoria SES/RS: 0800 6450 644

WhatsApp: (51) 98405-4165

E-mail: ouvidoria-sus@saude.rs.gov.br

REDUÇÃO DE DANOS/UTILIZAÇÃO DE DROGAS ILÍCITAS

8

O uso de drogas lícitas (como o cigarro e o álcool) e ilícitas (cocaína, crack, drogas injetáveis) pode trazer prejuízos para a saúde tanto pelo próprio consumo, quanto pela forma que é consumida. As drogas injetáveis, por exemplo, oferecem riscos de contaminação por doenças quando se compartilham seringas entre diferentes pessoas. Primeiro, precisamos lembrar que a forma ideal para impedir esses danos é o não consumo dessas substâncias. Porém, quando não se quer ou não se pode parar o uso, existem estratégias para reduzir os danos da prática (LARNEY et al., 2017).

A redução de danos se trata de um conjunto de práticas cujo principal objetivo é reduzir os danos associados ao uso de drogas, sendo destinado às pessoas que não conseguem ou não querem parar de fazer o uso. Assim, mesmo que ainda se tenha riscos com o consumo, pode existir redução para diminuir os malefícios para a saúde do usuário (SOARES et al., 2020).

PRINCIPAIS DANOS E RISCOS ADQUIRIDOS

A seguir estão os principais riscos e prejuízos oferecidos pelo uso de drogas lícitas e ilícitas.

● **Cigarro:** O uso contínuo do cigarro está associado a um aumento no risco de desenvolver doenças respiratórias das vias aéreas e de pulmões, e doenças cardiovasculares, principalmente relacionadas ao câncer (INCA, 2021).

● **Álcool:** Os danos causados atingem o consumidor, familiares, pessoas do convívio social e demais pessoas. Se consumido durante a gestação, assim como as drogas ilícitas, pode afetar o feto causando doenças específicas. Além disso, pode causar doenças relacionadas ao fígado, problemas cardiovasculares, gastrointestinais, entre outros (MONTEIRO, 2016).

● **Substâncias injetáveis ou inaladas:** O uso de injetáveis oferece grande risco de contaminação e infecção no local de aplicação, além de feridas e lesões nos vasos sanguíneos. Para as drogas inaladas, existe a possibilidade de lesões nas narinas e contaminação pelo manuseio sem a devida higiene do local e das mãos. Para os dois tipos de substâncias, existe um aumento no risco de desenvolver doenças cardíacas e vasculares (como trombozes e embolias), infecção nos ossos e articulações, infecções generalizadas e até mesmo overdose.

ORIENTAÇÕES PARA REDUÇÃO DE DANOS

● **Para usuários de álcool, cigarro e drogas ilícitas,** os serviços de saúde e assistência social encontrados nos postos de saúde podem ofertar oficinas de capacitação, rodas de conversa, acolhimento, escuta, cuidados ambulatoriais e hospitalares. Estas ações inserem o usuário na rede de cuidados, proporcionando educação, cultura e lazer.

- **Para usuários de drogas injetáveis**, é importante lembrar que o compartilhamento de seringas pode oferecer risco de contaminação por doenças transmissíveis pelo sangue, como hepatite C e HIV. O uso de objetos para injeção de substâncias deve ser individual e descartável.
- **Para usuários de drogas inaladas**, a redução de danos ocorre pelos cuidados com o local de uso. Um ambiente limpo e reservado reduz os riscos de contaminação durante o manuseio das substâncias. A higiene adequada das mãos e das narinas também previne a contaminação e diminui o risco de lesões na pele.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este material tem como objetivo incentivar o autocuidado de mulheres cis profissionais do sexo através da educação em saúde, além de possuir informações necessárias a todos. Após ler esta cartilha, compartilhe estas informações com o maior número de pessoas possível, desta maneira você passa a ser uma multiplicadora de conhecimento e ajuda outras pessoas.

É importante ressaltar que o acompanhamento com um profissional é sempre necessário para manutenção da saúde e melhor qualidade de vida.

Se julgar necessário, ao fim da leitura, procure um dos serviços citados que melhor atenda à sua necessidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Cristina. Clamídia é IST que pode causar sérios danos ao sistema reprodutivo feminino. **Viva Bem UOL**, 2021. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/doencas-de-a-z/clamidia-e-ist-que-pode-causar-serios-danos-ao-sistema-reprodutivo-feminino.htm>. Acesso em: 26 de jan. 2022.

ALMEIDA, Cristina. HPV: causa vários tipos de câncer e verrugas genitais; veja como se prevenir. **Viva Bem UOL**, 2019. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/10/22/hpv-o-que-e-sintomas-tratamentos-e-doencas-provocadas-pelo-virus.htm>. Acesso em: 26 de jan. 2022.

BONADIMAN, Priscila de Oliveira Bolzan; MACHADO, Paula Sandrine; LÓPEZ, Laura Cecilia López. **Práticas de saúde entre prostitutas de segmentos populares da cidade de Santa Maria-RS: o cuidado em rede**. Physis: Revista de Saúde Coletiva [online], 2012, v. 22, n. 2, p. 779-801. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312012000200020>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Lei Maria da Penha. Lei n. 11.340/2006. Coíbe a violência doméstica e familiar contra a mulher. Presidência da República, 2006.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Camisinha feminina**. Biblioteca Virtual em Saúde. mai. 2008. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/camisinha-feminina/>. Acesso em: 23 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Camisinha masculina**. Biblioteca Virtual em Saúde. mai. 2008. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/camisinha-masculina/#:-:text=Abra%20a%20embalagem%20com%20cuidado,lubrificante%20%C3%A0%20base%20de%20%C3%A1gua>. Acesso em: 26 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Condiloma acuminado (Papilomavírus Humano - HPV)**. Disponível em:<http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/infeccoes-sexualmente-transmissiveis/condiloma-acuminado-papilomavirus-humano-hpv> Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Direitos sexuais, direitos reprodutivos e métodos anticoncepcionais**. p. 28-32, 2006. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/direitos_sexuais_reprodutivos_metodos_anticoncepcionais.pdf. Acesso em: 22 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Gonorreia e Clamídia**. Disponível em:<http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/infeccoes-sexualmente-transmissiveis/gonorreia-e-clamidia>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Profilaxia Pós Exposição de Risco (PEP) à Infecção pelo HIV, IST e Hepatites Virais**. Abril, 2021. Disponível em: http://conitec.gov.br/images/Relatorios/2021/20210826_Relatorio_603_PCDT_PEP_ATV.pdf. Acesso em: 22 jan. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Saúde Sexual e Saúde Reprodutiva**. p. 97-104, 2013.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Usar preservativos masculinos, femininos e gel lubrificantes**. Disponível em:<http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/prevencao-combinada/usar-preservativos-masculinos-femininos-e-gel-lubrificantes>. Acesso em: 22 jan. 2022.

BRASIL. Lei n. 11.340, de 7 de agosto de 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11340.htm. Acesso em: 22 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diagnóstico e tratamento de IST's no SUS**. 2020. Disponível em: <https://www.saude.mg.gov.br/sexoseguro>. Acesso em: 27 jan de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Hepatite B**. Disponível em:<<http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/hv/o-que-sao-hepatites/hepatite-b>>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Hepatite C**. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/hv/o-que-sao-hepatites/hepatite-c>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que é HIV**. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/o-que-e-hiv>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O registro e o protocolo clínico para a Profilaxia Pré-Exposição ao HIV (PrEP) são publicados hoje no DOU**, 2017. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/noticias/o-registro-e-o-protocolo-clinico-para-profilaxia-pre-exposicao-ao-hiv-prep-sao-publicados>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Quem pode usar a PrEP?**. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/faq/quem-pode-usar-prep>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Sífilis**. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/infeccoes-sexualmente-transmissiveis/sifilis#:~:text=%C3%89%20uma%20Infec%C3%A7%C3%A3o%20Sexualmente%20Transmiss%C3%ADvel,secund%C3%A1ria%2C%20latente%20e%20terci%C3%A1ria>. Acesso em: 27 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Sintomas das IST**. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/sintomas-das-ist>. Acesso em: 27 de jan. 2022.

Casa 13 de Maio. Disponível em: <https://www.santamaria.rs.gov.br/saude/527-casa-13-de-maio>. Acesso em: 27 jan. 2022.

DELAS, Ig. **Saiba como limpar seus brinquedos sexuais**. IG SAÚDE TOTAL [online]. 24 jun. 2017. Disponível em: <https://delas.ig.com.br/amoresexo/2017-07-24/limpeza-brinquedos-sexuais.html.amp>. Acesso em: 25 jan. 2022.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **PrEP Brasil**. Arquivos de Marcadores: efeitos colaterais, 2016. Disponível em: <https://prepbrasil.com.br/tag/efeitos-colaterais/>>. Acesso em: 27 jan. 2022.

GIRALDO, Paulo César et al. **Influência da frequência de coitos vaginais e da prática de duchas higiênicas sobre o equilíbrio da microbiota vaginal.** Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia [online]. 2005, v. 27, n. 5, p. 257-262. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-72032005000500005>. Acesso em: 28 jan. 2022.

GLOBO, g1. **Quem precisa de chuca? Prática da 'ducha higiênica' antes do sexo anal exige cuidados.** 27 de nov. 2021. Disponível em: <https://g1.globo.com/saude/sexualidade/noticia/2021/11/27/quem-precisa-de-chuca-pratica-da-ducha-higienica-antes-do-sexo-anal-exige-cuidados.ghtml>. Acesso em: 24 jan. 2022.

GOMES, Lilian Samantha Vasconcelos. **O CORPO COMO INSTRUMENTO DE TRABALHO: O RECONHECIMENTO DE DIREITO TRABALHISTAS AOS PROFISSIONAIS DO SEXO.** Monografia, Departamento de Direito PUC, Rio de Janeiro. 2010. Disponível em: <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/16230/16230.PDF>. Acesso em: 27 jan. 2022.

GOMES, Thaísa Borges; VECCHIA, Marcelo Dalla. **Estratégias de redução de danos no uso prejudicial de álcool e outras drogas: revisão de literatura.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 2327-2338, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018237.21152016>. Acesso em: 28 jan. 2022.

INCA. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER J (Brasil). **Observatório da Política Nacional de Controle do Tabaco.** Doenças relacionadas ao tabagismo: INCA, 2021. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/observatorio-da-politica-nacional-de-controle-do-tabaco/doencas-relacionadas-ao-tabagismo>. Acesso em: 28 jan. 2022.

IRRESISTÍVEL. **Como colocar camisinha com a boca.** 13 out. 2018. Disponível em: <https://irresistivel.com.br/como-colocar-caminsinha-com-a-boca>. Acesso em: 08 fev. 2022.

KRISTINA, A.; SANTOS, D. E. S. Relevância dos cuidados e higiene íntima na qualidade de vida da mulher. **Trabalho de Conclusão de Curso para obtenção do Grau em Bacharel em Farmácia apresentado à Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, 2021.**

LARNEY, S., Peacock, A., Mathers, B. M., Hickman, M., & Degenhardt, L. (2017). A systematic review of injecting-related injury and disease among people who inject drugs. *Drug and alcohol dependence*, 171, 39–49. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2016.11.029>

MARQUES, Léo. Herpes genital: Quais sintomas, como tratar e evitar essa IST incurável. **Viva Bem UOL**, 2019. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/11/17/herpes-genital-como-evitar-essa-ist-incuravel-e-as-formas-de-trata-la.htm?next=0001H877U44N>. Acesso em: 27 jan. 2022.

MONTEIRO, Maristela G. Políticas públicas para a prevenção dos danos relacionados ao consumo de álcool. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 25, p. 171-174, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742016000100017>. Acesso em: 28 jan. 2022.

NORONHA, I. C. D.; JUNQUEIRA, M. A. de B. **Violência no trabalho de mulheres profissionais do sexo: revisão de literatura**. In: Seminário Internacional Fazendo Gênero 11 & 13th Women's Worlds Congress. Florianópolis: [s.n.] 2017. p. 1 – 8. ISSN 2179-510X. Acesso em: 24 jan. 2022.

POSTOS de saúde da cidade de Santa Maria. **Postos de Saúde**. Disponível em: <https://postosdesaude.com.br/rs/santa-maria>. Acesso em: 27 jan. 2022.

PRADA, M. Rede Brasileira de Prostitutas. Documento de apoio à política proposta pela Anistia Internacional. **Mundo Invisível**, 2015. Disponível em: <https://mundoinvisivel.org/descriminalizar-o-trabalho-sexual-e-uma-forma-de-assegurar-direitos/>. Acesso em: 28 jan. 2022.

QUEER, Ig. **Fisting: passo a passo para praticar de maneira segura e prazerosa**. 23 de out. 2021. Disponível em: <https://queer.ig.com.br/2021-10-23/como-fazer-fisting.html>. Acesso em: 24 jan. 2022.

ROMANELLI, Tais. Riscos da ducha vaginal e dicas para fazer a higiene íntima corretamente. **Medicina Reprodutiva: Blog Dra. Fernanda Nakano**, 2020. Disponível em: <http://www.medreprodutiva.com.br/dra-fabiana-nakano/riscos-da-ducha-vaginal-e-dicas-para-fazer-a-higiene-intima-corretamente/>. Acesso em: 28 jan. 2022.

SANTA MARIA, Prefeitura Municipal de. Secretaria de Município da Saúde. **Casa 13 de Maio**. Disponível em: <https://www.santamaria.rs.gov.br/saude/527-casa-13-de-maio>. Acesso em: 27 jan. 2022.

SANTA MARIA, Prefeitura Municipal de. Secretaria de Município da Saúde. **Serviços de Atenção Psicossocial**. Disponível em: <https://www.santamaria.rs.gov.br/saude/280-servicos-de-atencao-psicossocial>. Acesso em: 27 jan. 2022.

SEDICIAS, Sheila. Clamídia: o que é, sintomas e como se pega. **TUA SAÚDE**. 2020. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/clamidia/>. Acesso em: 27 jan. 2022.

SOARES, N. S. A. S; Fernandes, M. A.; Ribeiro, H. K. P; Rocha, D. de M.; Ribeiro, I. A. P. **Harm reduction in primary healthcare: an integrative review of care strategies**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2020, 54.

TIPOS DE VIOLÊNCIA. Instituto Maria da Penha, 2018. Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/lei-11340/tipos-de-violencia.html>. Acesso em: 22 jan. 2022.

UFPI. Universidade Federal do Piauí. **Cartilha de Infecções sexualmente transmissíveis (IST)**. 2020. Disponível em: https://ufpi.br/arquivos_download/arquivos/prex/publicacoes-da-extensao/Cartilha_Infeccoes_Sexualmente_Transmissiveis_IST_compressed20200610132403.pdf. Acesso em: 27 jan. 2022.

SOBRE OS AUTORES

Barbara Henker – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFN.

Brenda Machado de Andrade - Discente do Curso de Enfermagem - UFSM.

Bruna Schaurich Mativi – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFSM.

Eduarda Brollo Berni – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFSM.

Janine Veiga Gomes – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFSM.

Júlia Gomes Rangel – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFSM.

Luísa Almansa Goulart – Discente do Curso de Graduação em Psicologia – UFSM.

Nathália Bordin Mendes - Discente do curso de Graduação em Enfermagem - UFSM.

Paula Somavilla – Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia – UFSM.

Talia Patatt Simonetti - Discente do Curso de Enfermagem - UFSM.

Vitória Benedetti - Discente do Curso de Enfermagem - UFSM.

Hedioneia Maria Foletto Pivetta - Docente do Curso de Fisioterapia – UFSM – e-mail: hedioneia@yahoo.com.br

Elemento gráfico abstrato, capa e miolo:

FREEPIK. **Environment instagram posts**. Disponível em: <https://www.freepik.com/free-vector/environment-instagram-posts_10280215.htm>. Acesso em: nov. 2022.

Ilustrações capa e folha de rosto:

FREEPIK. **Female contraceptives landing page template**. Disponível em: <https://www.freepik.com/free-vector/female-contraceptives-landing-page-template_10183313.htm>. Acesso em: jan. 2023.



UFSM
PRE