

# CUIDADOS COM A SAÚDE SEXUAL PARA MULHERES CIS LÉSBICAS E BISSEXUAIS

Ângela Kemel Zanella  
Anna Carolina Oliveira Machado  
Brenda Dutra Guterres  
Bruna Schaurich Mativi

Geovana Kemerich Paiva  
Ivana Camargo Braga  
Melissa Medeiros Braz  
Vitória Benedetti



# CUIDADOS COM A SAÚDE SEXUAL PARA MULHERES CIS LÉSBICAS E BISSEXUAIS

Ângela Kemel Zanella  
Anna Carolina Oliveira Machado  
Brenda Dutra Guterres  
Bruna Schaurich Mativi  
Geovana Kemerich Paiva  
Ivana Camargo Braga  
Melissa Medeiros Braz  
Vitória Benedetti



1.ª Edição



Santa Maria  
Pró-Reitoria de Extensão - UFSM  
2022

**Reitor**

Luciano Schuch

**Vice-Reitora**

Martha Bohrer Adaime

**Pró-Reitor de Extensão**

Flavi Ferreira Lisboa Filho

**Pró-Reitora de Extensão Substituta  
Cultura e Arte**

Vera Lucia Portinho Vianna

**Desenvolvimento Regional e Cidadania**

Jaciele Carine Sell

**Articulação e Fomento à Extensão**

Rudiney Soares Pereira

**Subdivisão de Apoio a Projetos de Extensão**

Alice Moro Neocatto

Táís Drehmer Stein

Vinícius Lüdke Nicolini

**Subdivisão de Divulgação e Eventos**

Aline Berneira Saldanha

**Revisão Textual**

Camila Steinhorst

**Projeto Gráfico e Diagramação**

Reginaldo Martins Barbosa Júnior

Mariana de Vargas Reis

C966 Cuidados com a saúde sexual para mulheres cis lésbicas e bissexuais  
[recurso eletrônico] / Ângela Kemel Zanella ... [et al.]. – 1. ed. – Santa  
Maria, RS : UFSM, Pró-Reitoria de Extensão, 2022.  
1 e-book : il. – (Série Extensão)

ISBN 978-65-87668-95-6

1. Saúde sexual 2. Saúde da mulher 3. Prevenção 4. Infecções  
sexualmente transmissíveis 5. Homossexualidade feminina I. Zanella,  
Ângela Kemel

CDU 613.88-055.3

## CONSELHO EDITORIAL

**Prof<sup>ª</sup>. Adriana dos Santos Marmorí Lima**

Universidade do Estado da Bahia - UNEB

**Prof.<sup>a</sup>. Olgamir Amancia Ferreira**

Universidade de Brasília - UnB

**Prof<sup>ª</sup>. Lucilene Maria de Sousa**

Universidade Federal de Goiás - UFG

**Prof. José Pereira da Silva**

Universidade Estadual da Paraíba - UEPB

**Prof<sup>ª</sup>. Maria Santana Ferreira dos Santos Milhomem**

Universidade Federal do Tocantins - UFT

**Prof. Olney Vieira da Motta**

Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy  
Ribeiro - UENF

**Prof. Leonardo José Steil**

Universidade Federal do ABC - UFABC

**Prof<sup>ª</sup>. Simone Cristina Castanho Sabaini de Melo**

Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP

**Prof<sup>ª</sup>. Tatiana Ribeiro Velloso**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia - UFRB

**Odair França de Carvalho**

Universidade de Pernambuco - UPE

## CÂMARA DE EXTENSÃO

**Flavi Ferreira Lisboa Filho**

Presidente

**Vera Lucia Portinho Vianna**

Vice-Presidenta

**José Orion Martins Ribeiro**

PROPLAN

**Marcia Regina Medeiros Veiga**

PROGRAD

**Denise Teresinha Antonelli da Veiga**

CCS

**Monica Elisa Dias Pons**

CCSH

**Andre Weissheimer de Borba**

CCNE

**Suzimary Specht**

Politécnico

**Marta Rosa Borin**

CE

**Luciane Sanchotene Etchepare Daronco**

CEFD

**Marcia Henke**

CTISM

**Adriano Rudi Maixner**

CCR

**Graciela Rabuske Hendges**

CAL

**Andrea Schwertner Charao**

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**

TAVVE

**Isabelle Rossatto Cesa**

DCE

**Daniel Lucas Balin**

DCE

**Jadete Barbosa Lambert**

Sociedade

## PARECERISTA AD HOC

Andressa da Silveira

Cartilha aprovada em sessão ordinária da Câmara de Extensão no dia 03/09/2021.



# APRESENTAÇÃO

Para prover a atenção integral à saúde, é preciso que se avalie as particularidades de cada população. Em se tratando de mulheres que fazem sexo com mulheres (MSM), o cuidado com a saúde sexual é muitas vezes negligenciado tanto pelo sistema de saúde quanto pelas próprias mulheres. Existem poucos indicadores reais da situação da saúde LGBTQIAP+ devido à falta de pesquisas voltadas para essa população. Segundo Pinto (2004), não há no Brasil uma categoria focada nessa população para fins de registro epidemiológico sobre a transmissão de HIV/aids entre mulheres. Isso destaca a possibilidade de subnotificação dos dados, visto que casos de transmissão do vírus nas relações lésbicas e bissexuais podem ser notificados erroneamente como originários de supostas relações heterossexuais. Três planos se relacionam no conceito de vulnerabilidade em saúde (Ayres et al, 2006): o individual, que corresponde ao acesso a informações de qualidade, valores etc.; o social, ou seja, as relações de gênero, os preconceitos, os estigmas, etc.; e pragmático, em que temos as políticas públicas específicas, disponibilidade de serviços e profissionais capacitados, integralidade, equidade, entre outros fatores. Assim, é perceptível que o conhecimento acerca das práticas sexuais realizadas por mulheres não heterossexuais não dizem respeito apenas a seus aspectos individuais, mas também à forma com que relacionamentos não heteronormativos ainda são invisibilizados pela sociedade. A crença de que Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) não são contraídas no sexo entre mulheres e a desatenção à sexualidade dessa parcela da população também são fatores que contribuem para a falta de informação sobre práticas sexuais seguras. Nos serviços de saúde ainda faltam orientações ginecológicas corretas vindas dos profissionais acerca das práticas preventivas, como solicitação de exames de rastreio (papanicolau, por exemplo) e de promoção da saúde sexual. A partir da análise de todo esse cenário, o objetivo dessa cartilha é transmitir conhecimento para a população alvo, acadêmicos e também profissionais sobre a importância de saber sobre saúde sexual de mulheres que fazem sexo com outras mulheres, métodos de proteção para uma relação sexual segura, as principais IST que podem ser contraídas e seus meios de contaminação para essa população, além do autocuidado e autoconhecimento.



# SUMÁRIO

<b>1. Introdução: atenção à sexualidade, autoconhecimento e sexo seguro.....</b>	<b>8</b>
<b>2. Práticas Sexuais Seguras.....</b>	<b>9</b>
<b>3. Proteção.....</b>	<b>10</b>
<b>4. Higienização de Acessórios.....</b>	<b>12</b>
<b>5. Principais ISTs e Seus Meios de Contaminação.....</b>	<b>15</b>
<b>6. Considerações Finais.....</b>	<b>18</b>
<b>Referências.....</b>	<b>19</b>

# 1. Introdução: atenção à sexualidade, autoconhecimento e sexo seguro

A sexualidade é uma parte essencial da natureza humana. Ela integra quem somos, como experimentamos e nos expressamos no mundo ao nosso redor. Para viver a sexualidade em plenitude, o autoconhecimento e o acesso às informações adequadas são essenciais. Além disso, quando falamos de mulheres lésbicas e bissexuais, o acolhimento dos profissionais da saúde é um fator muito marcante para que elas procurem e mantenham contato com esses serviços.

A Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais visa o fortalecimento da Atenção Básica, ampliando e garantindo o acesso da população LGBTQIAP+ aos serviços de saúde através de um atendimento humanizado, respeitando o compromisso do SUS com seus princípios de integralidade, igualdade e equidade da assistência em saúde.

Ainda que existam tabus acerca da sexualidade feminina, principalmente com relação ao sexo entre mulheres, essa falta de diálogo dentro da formação de profissionais contribui para que elas não se sintam totalmente amparadas quando buscam atendimento em saúde, seja pela falta de acesso às informações de qualidade sobre a saúde sexual ou sexo seguro, seja pela incapacidade do profissional lidar com essa população. O acolhimento, bem como a educação permanente de profissionais da saúde que sejam capazes de tratar de forma humanizada e referenciar aos serviços de saúde, conforme a necessidade específica de cada mulher, são algumas das maiores queixas da população lésbica e bissexual de mulheres, como afirma Carvalho e Philippi (2013).

Para isso, é necessário que profissionais da saúde estejam bem preparados e que sejam orientados desde sua graduação. Somado a isso, é preciso manter uma formação continuada voltado a um atendimento e acolhimento humanizado de mulheres lésbicas e bissexuais em todos os níveis de atendimento em saúde. Outra questão importante é a mudança do enfoque que é normalmente heteronormativo e focado em tratamento e não em prevenção. Dito isso, a formação permanente de profissionais da saúde é essencial para que mulheres lésbicas e bissexuais estejam amparadas de forma integral e multidisciplinar nos serviços de saúde, promovendo e prevenindo com qualidade.

Da mesma forma, o autoconhecimento sobre o corpo feminino, seu funcionamento e o aparecimento de sintomas não recorrentes podem auxiliar no processo de identificação e prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST). Os sintomas dessas IST se manifestam de formas distintas em cada organismo, por isso a promoção do autoconhecimento torna-se medida essencial na população de lésbicas e bissexuais.



Além disso, o conhecimento de sua própria anatomia, de suas secreções naturais e de seus desejos são fundamentais para a detecção de possíveis alterações quanto para o entendimento do próprio prazer. Mulheres que se conhecem bem se sentem mais seguras e empoderadas, tanto na relação consigo mesmas quanto com parceiras e/ou parceiros.

## 2. Práticas Sexuais Seguras

Existe um mito de que o sexo entre mulheres não necessita de proteção, porque não oferece risco de transmissão de IST. De onde esse mito surge? A seguir, algumas interpretações:

- a falta de conhecimento e diálogo a respeito de saúde sexual é a principal responsável por essa concepção errada. Além disso, o despreparo por parte de diversos profissionais da saúde, que não solicitam exames preventivos ou de detecção de IST básicos (normalmente exigidos às mulheres heterossexuais) afasta essa população do sistema de saúde, deixando de procurar assistência por falta de informação e acolhimento;
- na década de 80, durante a epidemia de AIDS, apenas práticas homossexuais masculinas foram relacionadas aos meios de transmissão do vírus HIV. Com isso passou-se a acreditar que o sexo entre mulheres não demonstrava riscos de infecções pela via sexual e, por conseguinte, a preocupação com proteção diminuiu;
- ainda nesse sentido, surgiu a falsa ideia de que mulheres bissexuais teriam mais risco de terem e transmitir IST por se relacionarem sexualmente com homens.

**É importante ressaltar** que se há troca de secreções, compartilhamento de acessórios, contato entre órgãos sexuais, feridas, verrugas ou sangue (inclusive menstruação), há possibilidade de contrair IST. Por isso, o sexo entre mulheres também exige proteção.

O que você precisa saber ao buscar orientação no serviço de saúde?

- A sexualidade e as práticas sexuais entre mulheres lésbicas e bissexuais devem ser discutidas nos vários âmbitos da saúde e da sociedade.
- Quanto mais informações você fornecer ao profissional de saúde que lhe atender, melhor será a avaliação, a identificação e o tratamento prescrito.
- Os profissionais de saúde devem ser capazes de acolher e fornecer informações precisas sobre IST, meios de proteção e práticas sexuais seguras.
- Outra prática que podemos citar para tornar a relação sexual segura

é a vacinação:

- a vacina da Hepatite B, ofertada pelo SUS, é prevista no calendário de vacinação infantil com três doses. A primeira dose deve ser administrada nas primeiras 12 horas de vida do recém-nascido, a segunda no primeiro mês e a terceira no sexto mês da criança;
- o HPV possui a vacina quadrivalente, também disponibilizada pelo SUS desde 2014, para meninas de 9 a 13 anos de idade, por ser comprovado que esta é mais eficaz em quem ainda não teve seu primeiro contato sexual. Entretanto, ela pode ser administrada para mulheres de todas as idades em clínicas particulares. A vacina, além de prevenir os tipos 6, 11, 16 e 18 do HPV, também é eficaz na prevenção de vários tipos de cânceres, como o de colo do útero, garganta, boca e ânus.

### 3. Proteção

Todas as pessoas, independente de sua orientação sexual, precisam cuidar de sua saúde, incluindo o conhecimento sobre os métodos de proteção sexual. Algumas dúvidas sobre os riscos de transmissão das IST estão presentes no cotidiano e precisam ser sanadas. Além disso, a crença de que as IST são insignificantes levam a situações de risco para diversas doenças e infecções.

A seguir, algumas orientações sobre cada tipo de método de proteção:

#### 3.1 Calcinhas De Látex

As calcinhas de látex funcionam como barreiras que ajudam a manter a sensibilidade no contato do sexo oral ou vulva-vulva e garantem certa proteção na transmissão de IST.

Figura 1 – Calcinha de látex

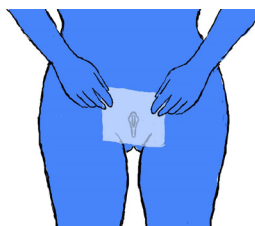


Fonte: Jordan Rodrigues Lauz

#### 3.2 Dental Dam

Dental dam é uma folha de látex, comumente utilizada em consultórios odontológicos, que também pode ser utilizada no sexo oral como barreira à entrada de microrganismos que causam IST. Porém, esse produto, muitas vezes, não é encontrado à venda no Brasil.

Figura 2 – Dental dam

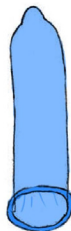


Fonte: Jordan Rodrigues Lauz

### 3.3 Camisinha Masculina (Peniana)

Além de seu uso típico no sexo pênis-vagina, existe a possibilidade de transformar a camisinha masculina em uma folha de látex para ser usada no sexo oral. Basta tirar o anel da base da camisinha, cortar no sentido do comprimento e cobrir a vulva. Ela é encontrada gratuitamente nos serviços de saúde.

Figura 3 – Camisinha masculina (peniana)

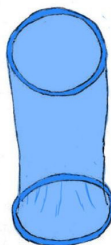


Fonte: Jordan Rodrigues Lauz

### 3.4 Camisinha Feminina (Externa ou Vaginal)

A extremidade exterior da camisinha feminina cobre a vulva e ajuda a prevenir IST no contato vulva-vulva e boca-vulva, além de garantir proteção da mucosa vaginal caso haja penetração com dedos ou objetos sexuais. Esse tipo de camisinha também é encontrada gratuitamente nos serviços de saúde.

Figura 3 – Camisinha feminina

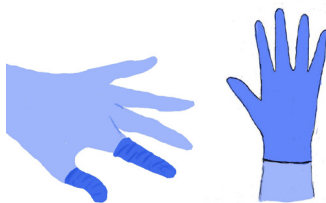


Fonte: Jordan Rodrigues Lauz

### 3.5 Luvas de Látex ou Dedeiras de Látex

As luvas de látex são utilizadas para proteção dos dedos e da vulva em caso de ferimentos abertos, evitando contato com sangue ou outros fluidos, na penetração com o dedo.

Figura 3 – Luvas de Látex ou Dedeiras de Látex



Fonte: Jordan Rodrigues Lauz

### 3.6 Recomendações Complementares

A seguir, elencam-se algumas recomendações complementares:

- brinquedos sexuais, como dildos e vibradores, precisam estar com preservativo quando compartilhados. Quando alterar orifícios (ânus-vagina) e/ou o uso entre pessoas, o preservativo deve ser trocado!



- as unhas devem estar sempre curtas, tanto para a manipulação genital quanto para a penetração. Unhas compridas podem, além de causar microlesões, levar contaminação.
- recomenda-se usar métodos de barreira, principalmente quando houver sangue (menstrual, por exemplo). Também há possibilidade de usar o coletor menstrual e não realizar penetração naquela oportunidade.
- usar lubrificante adequadamente para diminuir o atrito quando utilizar luvas ou dedeiras;
- sempre que houver a possibilidade de sangramento, usar luvas (não pelo sangue ser “sujo”, mas pela chance de contaminação, já que também é um fluido corporal);
- tenha atenção às feridas, verrugas ou bolhas que possam estar presentes na boca, mãos e/ou genitália, porque isso ajuda a minimizar o risco de transmissão, e evite o contato com lesões;
- comunicar a parceria sexual, caso tenha testado positivo para alguma IST e trocar informações a respeito de prováveis desconfortos que a parceria possa estar sentindo, como corrimentos com odor, dor ao urinar. Esse diálogo também contribui para a diminuição de contágios desnecessários.

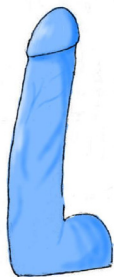
## 4. Higienização de Acessórios

É importante guardar limpos os acessórios e em um lugar seco para não acumular umidade. Outra medida importante é o uso de lubrificantes para os penetráveis, a fim de não machucar os órgãos genitais. Veja a higienização correta de acordo com cada material:

- a) cyberskin:** encontrado em próteses realísticas de pênis, vagina, ânus e capa peniana, tem textura parecida com a pele humana. Por esse motivo, deve ser lavado com sabão neutro. É também recomendado o uso de um produto em pó específico vendido em sex shop, para conservar a maciez e para não ficar uma borracha grudada. Esse produto pode ser substituído por amido de milho;
- b) silicone:** encontrado em próteses, plug anal, anel peniano e bolinha tailandesa, pode ser lavado com sabão neutro. Se for motorizado, é preciso tomar cuidado para não molhar o compartimento de pilha ou bateria. Para reforçar o cuidado, use apenas pano úmido ou lenço umedecido sem álcool para não ressecar o material.



**Figura 6** – Prótese realística de pênis



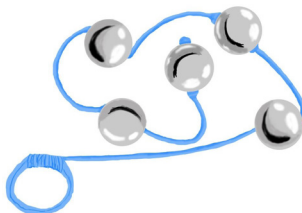
**Figura 7** – Anel peniano



**Fonte:** Jordan Rodrigues Lauz

- c) **plásticos ABS:** encontrado em massagers de próstata cápsula vibratória, bolinha tailandesa, precisa ser limpo antes e depois de usá-lo com água e sabão neutro. Não ferva a água, nem o objeto. Se for motorizado, lembre-se de tomar cuidado com a quantidade de água que pode danificar o local das pilhas ou baterias.

**Figura 8** – Bolinha Tailandesa



**Fonte:** Jordan Rodrigues Lauz

- d) **Couro e couro sintético:** encontrado em algemas, chibatas e coleiras, pode ser higienizado com pano úmido. Se achar necessário, use sabão neutro e escova com cerdas macias.

**Figura 9** – Algemas



**Fonte:** Jordan Rodrigues Lauz

e) **Jelly:** usado em vibradores e próteses penianas, pode ser limpo com água e sabão neutro. Por conta da sua consistência gelatinosa, deve ser colocado em água fervente.

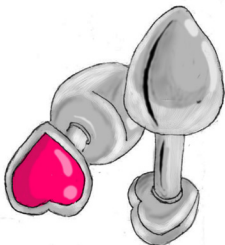
**Figura 10** – Vibrador



**Fonte:** Jordan Rodrigues Lauz

f) **Metal:** mais utilizado em vibradores e plugs. Use água e sabão neutro para higienizar.

**Figura 11** – Plug anal



**Fonte:** Jordan Rodrigues Lauz

g) **Acrílico:** geralmente encontrado em masturbadores. Para uma limpeza adequada, use água e sabão neutro. Não ferva.

**Lembre-se:** o lugar para buscar informações e tratamento para IST é o serviço de saúde mais próximo. Nada de consultar na farmácia ou usar remédios caseiros sem orientação de um profissional.

## 5. Principais ISTs e seus Meios de Contaminação

O sexo entre mulheres não difere de nenhum outro em termos de contaminação com IST. Qualquer doença pode ser transmitida durante uma relação sexual, se não houver proteção adequada. IST, como herpes genital, sífilis, gonorreia, clamídia, HIV, HPV e hepatites B e C são algumas das mais populares nessa população. Mas quais são as particularidades de cada uma delas?

### 5.1 HERPES GENITAL

O herpes genital é uma IST causada pelo vírus herpes simples (HSV), caracterizada pelo surgimento de pequenas bolhas e úlceras dolorosas na região genital.

Os 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 se originam pequenas feridas. A pele da região fica áspera, causando desconfortos, como dor, queimação, formigamento e coceira intensa, além da possibilidade de ardência ou dificuldade ao urinar.

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

O tratamento deve ser sempre orientado por um ginecologista, normalmente, inclui a ingestão de comprimidos antivirais. A infecção pode ser tratada e controlada, mas essa doença NÃO tem cura.

### 5.2 SÍFILIS

A sífilis é causada por uma bactéria altamente transmissível, geralmente começa com uma ferida indolor e quando não tratada adequadamente, desenvolve-se para outros estágios. Os sintomas dependem das seguintes fases:

- 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, que aparecem entre seis semanas e seis meses após a cicatrização da ferida inicial. Caso for diagnosticada, procure informar sua(s) parceira(as) sexuais dentro do período dos últimos seis meses após a infecção;

- fase latente: neste período, não se apresenta nenhum sinal ou sintoma. Neste caso, após a confirmação da infecção, informe sua(s) parceira(as) sexuais do último ano;
- fase terciária: pode surgir entre 1 a 40 anos depois do início da infecção. Essa fase final pode resultar em danos para cérebro, nervos, olhos ou coração.
- A transmissão ocorre por meio do contato de secreções vaginais com as mucosas (vaginal, oral e anal), por transfusão de sangue ou por contato direto com sangue contaminado. Ademais, pode ser transmitida durante a gestação e o parto, de mãe para filho.

Quando diagnosticada precocemente não costuma causar maiores danos à saúde, havendo possibilidade de cura de forma rápida e eficaz. O tratamento para sífilis mais indicado pelos médicos é realizado à base de penicilina, um antibiótico comprovado cientificamente.

### **5.3 GONORREIA**

A gonorreia é uma infecção bacteriana sexualmente transmissível que, caso não seja tratada, pode levar à infertilidade e 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. A transmissão acontece via contato sexual vaginal, oral ou anal, e com secreções contaminadas. Já o tratamento, diagnosticado pelo médico, é realizado com o uso de antibióticos.

### **5.4 CLAMÍDIA**

A clamídia é uma infecção causada pela bactéria *Chlamydia trachomatis*. Pode ser assintomática e mesmo sem a presença de sinais e sintomas pode ocorrer a transmissão. Entretanto, os sintomas podem surgir de 1 a 3 semanas após a relação sexual sem proteção. 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 e sangramento fora do período menstrual.

A transmissão se dá através do contato íntimo sem proteção com uma pessoa infectada, seja de forma oral, anal ou vaginal. O tratamento é feito por meio do uso de antibióticos. A Clamídia tem cura, mas, se houver reinfecção, o tratamento deve ser repetido, porque o corpo não cria imunidade contra a bactéria.

### **5.5 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. Dentre os principais sintomas estão 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.

A transmissão é via contato com sangue infectado, secreção vaginal, leite materno, no parto, além do compartilhamento de giletes, seringas ou utensílios de unhas (como alicate). Já o tratamento é executado após o resultado de teste positivo, com base no uso de antirretrovirais, objetivando a redução e a não multiplicação do vírus no nosso organismo. Portanto, esse tratamento deve ser seguido rigorosamente para que seja realmente efetivo.

## 5.6 HPV

O HPV é causado pelo Papilomavírus Humano. Um dos principais sintomas é o aparecimento de lesões em forma de verrugas na região genital que também são conhecidas como “crista de galo”. Elas podem surgir na vulva, nos pequenos e grandes lábios, no ânus e no colo do útero. Outros sintomas que ocorrem em mulheres são 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).

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

Não há cura para as doenças causadas pelo vírus. O tratamento irá depender de cada caso, mas, de forma geral, busca eliminar as verrugas que não desapareceram por conta própria.

**ATENÇÃO:** Uma medida eficaz de prevenção é a vacinação contra o HPV. Ela está disponível gratuitamente nos postos de saúde e deve ser administrada em duas doses; após a primeira, a segunda dose deve ser tomada em seis meses.

## 5.7 HEPATITE B E C

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

As hepatites são doenças silenciosas que nem sempre apresentam

sintomas. Entretanto, quando aparecem, podem incluir cansaço e mal-estar, dor abdominal, febre, tontura, enjoo e vômitos, pele e olhos amarelados, urina clara e fezes escuras.

As hepatites B e C são transmitidas pela relação sexual (oral, vaginal, anal) e também através de sangue contaminado. A Hepatite B não possui cura, porém o tratamento disponibilizado pelo SUS é eficaz na redução de complicações e de riscos provocados pela doença. Já no caso da hepatite C, não existe vacina para o tratamento, apesar de o SUS possuir 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. Conhecer os riscos, o histórico do parceiro e ter uma boa comunicação entre ambos, bem como buscar mais informações e acompanhamento da equipe de saúde são questões fundamentais para uma educação sexual eficaz e saudável.

## 6. Considerações Finais

De forma geral, este material pretende auxiliar na educação em saúde sexual, atendendo as demandas e necessidades de mulheres lésbicas e bissexuais, além de englobar assuntos e temáticas necessários para toda população.

Se você é um profissional da área da saúde ou aluno de graduação, compartilhe e divulgue essas orientações, buscando sempre estar atualizado sobre as principais demandas e cuidados dessa população. É extremamente importante ter esses conhecimentos e, principalmente, proporcionar uma atenção integral e humanizada, garantindo a promoção e a prevenção de saúde.

Lembre-se de realizar consultas médicas periódicas e exames de rotina, que são essenciais para a manutenção da sua saúde e para sua qualidade de vida.

Além do contato com um profissional, dialogue com sua parceira ou seu parceiro. Esse diálogo possibilita um sexo mais seguro. Então, busque ser honesto(a) a respeito de possíveis sintomas e diagnósticos.

Se ao fim desta leitura você identificar no seu corpo ou no de sua parceira ou parceiro algum dos sintomas citados nesta cartilha, procure o serviço de saúde mais próximo, como o posto de saúde da sua comunidade, ou os demais centros de atendimento destinados à saúde.



## REFERÊNCIAS

SARTOR, Nicolle Christine. **Velcro Seguro: o guia de saúde sexual para mulheres lésbicas e bissexuais com vulva**. 2019. Disponível em: <<https://repositorio.ufsm.br/handle/1/20194>>

DAL SANTO, Amanda; ZAMBENEDETTI, Gustavo. Prevenção às ISTs/HIV entre mulheres lésbicas e bissexuais: uma revisão bibliográfica (2013-2017). **PSI UNISC**, [S.l.], v. 5, n. 1, p. 111-126, jan. 2021. ISSN 2527-1288. Disponível em: <<https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/14846/9600>>

LIMA, Michael Augusto Souza de; SALDANHA, Ana Alayde Werba. (In)visibilidade Lésbica na Saúde: Análise de Fatores de Vulnerabilidade no Cuidado em Saúde Sexual de Lésbicas. **Psicol. Cienc. Prof.**, Brasília, v. 40, e202845, 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414)>

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: 07 de maio de 2021.

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 07 de maio de 2021.

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: 07 de maio de 2021.

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: 07 de maio de 2021.


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: 07 de maio de 2021.

GRANATO, Celso. Sífilis: sintomas, estágios, como tratar e tem cura? **Minha vida**. 2020. Disponível em: <<https://www.minhavidacom.br/saude/temas/sifilis#:~:text=S%C3%ADfilis%20C%C3%A9%20uma%20infe%C3%A7%C3%A3o%20sexualmente,%C3%A9%20intercalada%20por%20per%C3%ADodos%20latentes>>. Acesso em: 06 de maio de 2021.

MARQUES, Léó. 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: 06 de maio de 2021.



## REFERÊNCIAS



MENEZES, Flávia. HPV em mulheres que fazem sexo com mulheres. **Dra<sup>a</sup> FLÁVIA MENEZES COLPOSCOPIA**, 2020. Disponível em: <<https://flaviamenezes.med.br/hpv-em-mulheres-que-fazem-sexo-com-mulheres/#:-:text=Mulheres%20que%20fazem%20sexo%20com%20mulheres%20tamb%C3%A9m%20apresentam%20o%20risco,do%20compartilhamento%20de%20brinquedos%20sexuais>>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

MINUCCI, Steph; NOVAES, Beatriz. Quais são as doenças transmissíveis no sexo entre duas mulheres?. **Super interessante**, 2018. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/saude/quais-sao-as-doencas-transmissiveis-no-sexo-entre-duas-mulheres/>>. Acesso em: 06 de maio de 2021.

SANTOS, Maria Tereza. Gonorreia: o que é, sintomas, diagnóstico e tratamento. **Veja Saúde**, 2020. Disponível em: <<https://saude.abril.com.br/medicina/o-que-e-gonorreia/>>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

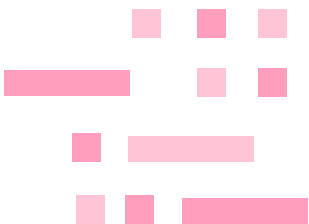
SCHROEDER, Joana; CAETANO Marcio. **Cartilha Laços & Acasos: Mulheres, Desejos e Saúde**. Disponível em: <[http://www.arco-iris.org.br/wp-content/uploads/2010/07/Lacos\\_e\\_Acasos\\_cartilhaSaude.pdf](http://www.arco-iris.org.br/wp-content/uploads/2010/07/Lacos_e_Acasos_cartilhaSaude.pdf)>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

SEDICIAS, Sheila. Clamídia: o que é, sintomas e como se pega. **TUA SAÚDE**, 2020. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/clamidia/>>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

SEDICIAS, Sheila. Sintomas de Herpes Genital e remédios usados no tratamento. **TUA SAÚDE**, 2019. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/herpes-genital/>>. Acesso em: 06 de maio de 2021.

Universidade Federal do Piauí - UFPI. **Cartilha de Infecções sexualmente transmissíveis (IST)**. 2020. Disponível em: <[https://ufpi.br/arquivos\\_download/arquivos/prex/publicacoes-da-extendao/Cartilha\\_Infecoes\\_Sexualmente\\_Transmissiveis\\_IST\\_compressed20200610132403.pdf](https://ufpi.br/arquivos_download/arquivos/prex/publicacoes-da-extendao/Cartilha_Infecoes_Sexualmente_Transmissiveis_IST_compressed20200610132403.pdf)>. Acesso em: 06 de maio de 2020.

O que é sexualidade positiva e o despertar da potência orgástica? **https://prazerela.com.br**, 2020. Disponível em: <<https://prazerela.com.br/o-que-e-sexualidade/>>. Acesso em: 07 de maio de 2020.





UFSM  
PRE