Sexualidade, ISTs e contracepção

Por que importa

A camisinha é o único método que previne, ao mesmo tempo, infecções (ISTs) e gravidez.

Decidir quando e com quem é seu direito; ninguém deve te pressionar.

Testagem e métodos estão disponíveis de graça no SUS.

Quando procurar atendimento

Não é urgência, mas vá à unidade de saúde se: quiser conhecer os métodos contraceptivos, pegar camisinhas, tirar dúvidas de forma sigilosa, ou fazer o teste de HIV, sífilis e hepatites — é rápido, gratuito e confidencial.



No dia a dia

Use a dupla proteção

Camisinha (interna ou externa) em todas as relações, mais um método contraceptivo se quiser evitar gravidez. Essa combinação protege dos dois lados.

Consentimento é essencial

Só vale com um "sim" livre, dos dois lados — e ele pode ser retirado a qualquer momento. Sem pressão, sem culpa.

Respeite e espere respeito

Sua orientação sexual e identidade de gênero merecem respeito. Se você não está sendo respeitado, a equipe de saúde pode ajudar e orientar com sigilo.

Faça os testes de rotina

Se já tem vida sexual, faça o teste de HIV, sífilis e hepatites. É rápido, gratuito e confidencial no SUS. Saber cedo facilita o cuidado.

Urgência: procure o serviço de saúde

Relação sem proteção, camisinha que rompeu ou violência sexual: vá logo. A **pílula do dia seguinte** funciona até 5 dias (quanto antes, melhor) e a **PEP** (profilaxia do HIV) precisa começar idealmente em até 72 horas. Corrimento, feridas, dor ou ardência genital também pedem avaliação.

Sobre o cuidado: Buscar informação e proteção não é "estar fazendo algo errado", é cuidado. A equipe orienta sem julgar e em sigilo.

Quando voltar mesmo sem urgência: Sempre que tiver dúvidas, quiser iniciar ou trocar um método, ou fazer os testes de rotina.

APSmais
O apoio inteligente da Atenção Primária