

O sábado pode ser um bom dia para o lazer, para praticar esportes, estar com os amigos e a família. Mas também pode ser uma ótima oportunidade para dar uma pausa na correria do dia-a-dia e olhar para a sua saúde.

Pensando nisso, dia 29 de setembro de 2012, das 8h às 17h, os profissionais de todas as Clínicas da Família e Centros Municipais de Saúde estarão esperando por você para o Sábado da Prevenção - "Fique Sabendo" e "Saúde da Mulher".

Nesse dia, serão realizados testes de HIV/Aids e sífilis, exame preventivo ginecológico, vacinação contra a Hepatite B, entre outras atividades.

Não deixe de visitar nossas Clínicas da Família e Centros Municipais de Saúde nesse sábado. Divulgue para seus parentes, vizinhos e amigos! Estamos esperando por vocês!



FiqueSabendo

O **Fique Sabendo** é uma campanha para que as pessoas façam o teste de HIV/Aids de forma consciente e voluntária.

Por que fazer o teste de HIV/Aids?

Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, mais cedo começa o acompanhamento da pessoa infectada e a possibilidade de ter mais qualidade de vida.

Gestantes também devem fazer o teste pois, caso infectadas, poderão começar o tratamento para evitar que o bebê seja contaminado.

Quando devo fazer o teste de HIV/Aids?

O teste não deve ser feito a todo momento. Se você acha que passou por uma situação de risco de contaminação, deve aguardar pelo menos seis semanas para fazer o teste.

O HIV pode ser transmitido:

- Por relações sexuais - vaginais, anais ou orais - sem o uso de camisinha;
- Pelo uso compartilhado de agulhas e seringas;
- Por transfusão de sangue contaminado;
- De mãe para filho na gravidez e na amamentação.

O HIV não é transmitido:

- Pelo beijo;
- Pelo toque, abraço ou aperto de mão;
- Pelo compartilhamento de toalhas, copos, pratos e talheres;
- Pelo suor ou pela lágrima.

Obs: O anonimato do resultado do teste é garantido!

Mulheres alerta para a detecção precoce do Câncer de Colo de Útero

O que é Câncer de Colo de Útero?

É um tumor que se desenvolve a partir de alterações no colo do útero. É uma doença sexualmente transmissível causada por uma infecção persistente do vírus HPV que tem alguns subtipos relacionados a este câncer. Quando alterações são detectadas e tratadas, é possível prevenir a doença na grande maioria dos casos.

Como evitar o Câncer de Colo de Útero?

- Com a prática do sexo seguro com o uso da camisinha.
- Fazendo o exame preventivo (Papanicolau) : o exame consiste na coleta de material do colo do útero.

Quem deve se submeter ao exame?

Todas as mulheres que têm ou já tiveram vida sexual devem se submeter ao exame preventivo, principalmente aquelas entre 25 e 64 anos.

Com que frequência deve ser feito o exame?

Os dois primeiros exames devem ser feitos com intervalo de 1 ano. Se os resultados destes exames forem normais, o exame passará a ser feito de 3 em 3 anos.

Orientações para fazer o exame:

A mulher deve evitar relações sexuais, uso de duchas ou medicamentos vaginais e anticoncepcionais locais nas 48 horas anteriores ao exame. O exame não deve ser feito no período menstrual, pois a presença de sangue pode alterar o resultado. Mulheres grávidas também podem se submeter ao exame, sem prejuízo para a sua saúde ou do seu bebê.

Vacinação contra Hepatite B

Quem pode ser vacinado?

Qualquer indivíduo com até 29 anos de idade que ainda não tenha sido vacinado.

Por que devo tomar a vacina?

A Hepatite B é uma doença grave que pode evoluir para o câncer de fígado. Por isso, é importante ser vacinado contra a doença.

Quais são as recomendações e orientações para ser vacinado?

Não há nenhuma restrição à vacinação. Porém, é importante destacar que para a correta proteção, o indivíduo deve receber as 3 doses da vacina nos prazos agendados na caderneta de vacinação.

Outras atividades:

- Grupo educativo
- Aferição de pressão arterial
- Escovódromo

Resultados:

Confira abaixo o prazo que a Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil da cidade do Rio de Janeiro (SMSDC-Rio) definiu para entregar o resultado dos exames realizados no dia 29 de setembro de 2012:

- Teste de HIV/Aids e sífilis: resultado em **8 dias úteis**
- Exame preventivo ginecológico: resultado em **20 dias úteis**

PREFEITURA DA
CIDADE DO RIO DE JANEIRO



29
setembro

SÁBADO DA

PREVENÇÃO

das 8h às 17h nas Clínicas da Família e Centros Municipais de Saúde

Fique Sabendo (Teste de HIV/Aids e sífilis)

Exame preventivo ginecológico

Vacinação contra Hepatite B



FiqueSabendo