

Nome _____

Turma _____

N.º _____

2minutos.pt/episodios/12

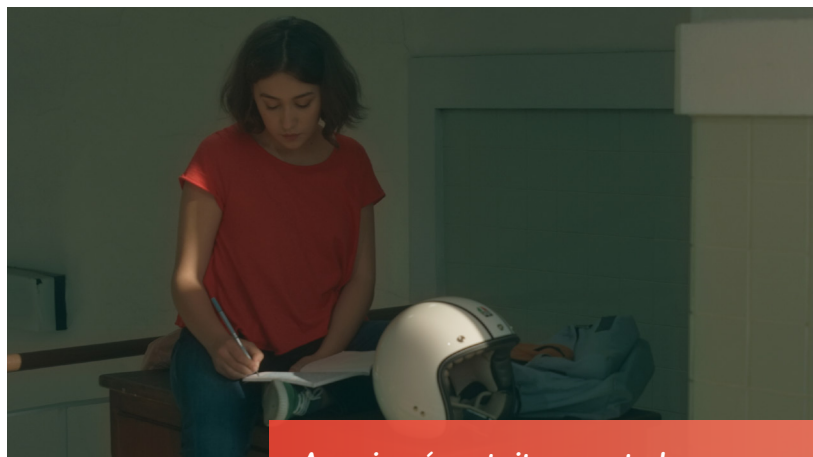
Livre de HPV, só com jejum sexual?

Vê o episódio e lê atentamente o texto que se segue.

A abstinência sexual é a medida mais eficaz para evitar a infeção com HPV, um vírus capaz de causar cancro do colo do útero, vagina, vulva, pénis, ânus, boca e garganta. Mas o jejum sexual será a única alternativa para evitar estes cancros? Existem outras medidas preventivas?

Todos os anos, o vírus do papiloma humano (HPV) causa mais de 640 000 cancros em todo o mundo, maioritariamente no colo do útero, mas também na vagina, vulva, pénis, ânus, boca e garganta. Ao contrário de outros vírus sexualmente transmissíveis, como o HIV, para haver contágio de HPV não é preciso que haja penetração. A transmissão dá-se através do contacto entre a pele e mucosas. Por esse motivo, o sexo oral também aumenta o risco de infeção do vírus na boca e garganta.

Na verdade, não é muito fácil estar livre de HPV - 80% das pessoas sexualmente ativas já esteve infetada com o vírus em algum momento das suas vidas - e o mais provável é que nem se tenha apercebido, já que a infeção não costuma apresentar sintomas, e em 90% dos casos desaparece de forma natural e espontânea ao fim de 2 anos.



A vacina é gratuita para todas as raparigas.

Na maioria dos casos, a infeção com HPV não é motivo para alarme. Contudo, se persistir ao longo dos anos, o que é raro, e se a estirpe do HPV for de alto risco, o que ainda é mais raro, pode causar um cancro. Para evitar este cenário, as medidas mais eficazes para impedir uma infeção por HPV seria o jejum ou abstinência sexual, opções pouco realistas para a maioria das pessoas. Felizmente não é necessário suspender a reprodução da espécie humana: existem 3 comportamentos muitíssimo eficazes para reduzir o risco de infeção e dos cancros causados pelo HPV.

Tomar a vacina contra o HPV

A vacina faz parte do Programa Nacional de Vacinação e é gratuita tanto para raparigas como para rapazes. A toma da vacina promove a resposta imunitária contra 9 estirpes do vírus, prevenindo o aparecimento de 90% dos casos de cancro do colo do útero e a maioria dos casos de verrugas genitais.

Apesar de a taxa de proteção da vacina ser de mais de 90%, convém não esquecer que a sua

proteção não é total – são necessárias medidas de proteção complementares.

Reduzir o número de parceiros sexuais

Quanto mais parceiros sexuais se tiver, maior o risco de infeção com HPV. As pessoas com vários parceiros sexuais, além de terem maior probabilidade de estarem infetadas com HPV, também aumentam a possibilidade de passarem o vírus a pessoas que ainda não estão infetadas. E os homens não julguem que são só as mulheres que estão em risco: o HPV também causa cancro no pénis e no ânus.

O uso do preservativo permite reduzir o risco de infeção. Porém, a proteção não é total, anda na ordem dos 70%, já que apesar do preservativo diminuir a área de contacto entre a pele e mucosas, não a elimina.

Fazer o rastreio do cancro do colo do útero

Após iniciarem a sua vida sexual, todas as mulheres devem realizar regularmente o exame de rastreio do cancro do colo do útero: o teste do HPV. Este teste permite detetar a presença do vírus, em especial as estirpes de alto risco, nas células da região cervicovaginal, e identificar lesões pré-cancerosas ou cancros em estados iniciais. Se for feito na altura certa, e com a periodicidade recomendada, o teste de HPV reduz drasticamente a probabilidade de uma mulher morrer de cancro do colo do útero. O rastreio deve ser feito por todas as mulheres com mais de 25 anos, e repetido de 5 em 5 anos.

Questões*

1. Anualmente, o HPV é responsável por quantos casos de cancro no mundo?

6400. 64 000.
 640 000. 6 400 000.

2. Uma infeção por HPV causa cancro do colo do útero se for por uma estirpe de...

- baixo risco e persistir durante vários meses. alto risco e persistir durante vários meses.
 baixo risco e persistir durante vários anos. alto risco e persistir durante vários anos.

3. O vírus do HPV pode causar...

- cancro do colo do útero. cancro da garganta.
 cancro do pénis. todas as opções anteriores.

4. A infeção por HPV pode causar cancro...

- apenas em mulheres jovens. apenas em mulheres de todas as idades.
 apenas em homens de todas as idades. em homens e mulheres.

5. O risco de infeção por HPV aumenta se...

- tiver relações sexuais sem preservativo. não estiver vacinada/o contra o HPV.
 tiver vários parceiros sexuais diferentes. todas as opções anteriores.

6. Explica por que razão, na maioria dos casos, uma infeção com HPV não é motivo para alarme.
