

saúde feminina. Se preferir ser atendida por um profissional de sexo feminino, mas não tiver a certeza como consegui-lo, contacte um dos seguintes serviços na sua zona: clínica da associação para o planeamento familiar, clínica de saúde sexual ou centro de saúde feminina. Se necessário, peça a assistência de um intérprete de Português. A Associação Multicultural para o Planeamento familiar, 356 The Horsley Drive, Fairfield, com o telefone (02) 9754 1322 providencia serviços especiais para mulheres oriundas de países onde o inglês não é a língua oficial. O custo do teste depende do local onde o mesmo é feito, embora esteja disponível um desconto através do Medicare.

**Como saber os resultados?** Quando fizer o teste pergunte ao médico ou enfermeira como irá saber o resultado. Pode anda pedir-lhes para registarem o seu nome no registo estadual do teste do esfregaço cervical (NSW Pap Test Register) - este serviço confidencial envia-lhe um lembrete da data em que deve fazer o próximo teste, para o caso de se esquecer. Informação sobre o NSW Pap Test Register pode ser obtida em muitos idiomas diferentes, incluindo o Português. Para mais esclarecimentos telefone para o 1800 671 693.

Os números de telefone aqui mencionados estavam correctos à data da publicação, mas não são continuamente actualizados. Talvez seja necessário verificar os números na lista telefónica.

## QUAIS AS MULHERES QUE PRECISAM DE FAZER O TESTE DO ESFREGAÇO CERVICAL

Which women need a Pap test?

O teste do esfregaço cervical ou teste de papanicolau (Pap test em Inglês) é um teste simples que ajuda a proteger a mulher de cancro do colo uterino - mas muitas mulheres não sabem que precisam de o fazer. A Maria de 60 anos, por exemplo, pensa que já não precisa de fazer o teste porque já é uma senhora idosa, enquanto que a Helena de 20 anos, pensa que não é necessário visto ser ainda tão jovem. A Margarida, que tem 50 anos, está também convencida que não necessita de fazer o teste - enviuvou há dez anos e nunca mais voltou a ter relações sexuais.

Mas na realidade todas estas mulheres precisam de fazer cada dois anos este teste que lhes pode salvar a vida - assim como qualquer mulher que tenha entre os 18 e 70 anos e que tenha tido relações sexuais. Mesmo que só tenha tido relações sexuais uma vez, ou mesmo que já as não tenha há anos, ainda precisa de fazer regularmente o teste do esfregaço cervical. Seguem-se algumas das perguntas mais comuns que as mulheres fazem sobre o teste:

**Porque razão o teste do esfregaço cervical é tão importante?** Porque pode salvar a vida detectando anomalias no colo uterino (a parte inferior do útero) antes de evoluírem para cancro. Fazendo regularmente o teste do esfregaço cervical a intervalos de dois anos, as anomalias podem ser detectadas e tratadas antes de terem a possibilidade de degenerarem em cancro.

**E se uma mulher preferir desconhecer que tem cancro?** O objectivo dos testes não é diagnosticar cancro mas evitá-lo, descobrir precocemente alterações que possam ser tratadas antes de evoluírem para cancro.

**E se a mulher já tiver passado a menopausa (mudança de idade)?** Ainda precisa de fazer o teste - o risco de cancro do colo uterino aumenta com a idade

**E se tiver feito uma histerectomia?** É possível que já não precise de fazer o teste se tiver feito uma histerectomia em que o útero e o colo uterino tenham sido extraídos - é aconselhável informar-se com o médico.

**E se uma mulher tiver mais de 70 anos?** Se tiver mais de 70 anos e nunca tiver feito o teste é necessário fazê-lo. Mas se tiver mais de 70 anos e os resultados dos dois últimos testes feitos nos cinco anos anteriores tiverem sido normais, não é necessário continuar a fazê-los (mas se preferir continuar a fazê-los não há qualquer impedimento).

**Como é feito o diagnóstico?** Pela análise das células do colo uterino (localizado por cima da vagina). Um médico ou uma enfermeira usa uma pequena espátula ou escova para retirar algumas células do colo do útero, estas são então enviadas para um laboratório para análise. O teste causa um certo desconforto mas não causa dor.

**Qual a causa do cancro do colo uterino?** Embora a causa não seja evidente, ha alguns indícios de que há uma certa ligação com certas formas de um vírus que origina verrugas genitais, o qual pode ser transmitido durante as relações sexuais. Fumar também pode aumentar o risco de cancro do colo uterino.

**O cancro do colo uterino é uma forma frequente de cancro?** Todos os anos na Austrália são diagnosticados 1.000 novos casos, e 300 desses casos são fatais. A maioria dessas mortes poderia ter sido evitada se mais mulheres fizessem regularmente o teste do esfregaço cervical para detecção de alterações no colo uterino.

**Onde fazer os testes do esfregaço cervical?** Se quiser fazer este teste tão importante consulte o seu médico, uma enfermeira especializada em saúde feminina, uma clínica da associação para o planeamento familiar, uma clínica de saúde sexual ou um centro de