

# A autocoleta agora é uma opção para o exame cervical (Papanicolau).

*Proteja-se contra o câncer de colo de útero.  
É muito simples!*



**Cancer  
Council**  
SA

Se estiver na hora de fazer seu Exame Cervical, você pode coletar sua própria amostra vaginal usando o cotonete fornecido. O cotonete será testado para o Papilomavírus Humano (HPV). Detectar o HPV é sua melhor proteção contra o câncer de colo de útero.

**Pergunte ao seu médico ou enfermeiro sobre a autocoleta.**

## Como fazer o exame em quatro passos simples:

### 1º passo



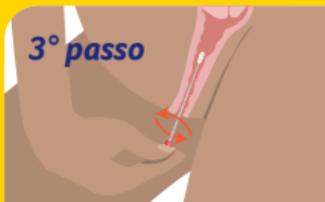
- Gire a tampa vermelha e puxe o cotonete para fora.
- Observe a marca vermelha no cotonete.

### 2º passo



- Coloque-se em uma posição confortável.
- Insira o cotonete em sua vagina, procurando inserí-lo até a marca vermelha.

### 3º passo



- Gire o cotonete suavemente de uma a três vezes.

### 4º passo



- Remova o cotonete e coloque-o de volta no tubo.
- Devolva-o ao seu médico, enfermeiro ou profissional de saúde. Entre em contato com a clínica em duas semanas para saber o resultado.

**Se você tem entre 25 e 74 anos de idade  
e já teve relações sexuais,  
faça um Exame Cervical a cada cinco anos.**

A autocoleta é tão precisa quanto uma amostra coletada por um médico ou enfermeiro.

Você pode coletar sua própria amostra em uma clínica médica, geralmente atrás de uma tela de privacidade ou no banheiro. O exame é gratuito, simples e confiável.

Para informações e apoio, ligue para o  
**Cancer Council em 13 11 20**

Visite [cancersa.org.au](http://cancersa.org.au)

Portuguese | Português



**Cancer  
Council**  
SA