

Sexo Oral

Históricamente ha sido muy difícil establecer la contribución que tiene el sexo oral en la transmisión del VIH con tan sólo unos pocos casos registrados. En cambio, muchas personas tienen sexo vaginal o anal, que son las principales vías de transmisión del VIH más reconocidas. Aunque ha habido un número de casos de transmisión de VIH aparentemente por sexo oral, los profesionales de la salud se han decantado por priorizar los esfuerzos en la prevención del VIH en las áreas que representan un mayor riesgo. Esta estrategia podría haber desempeñado un papel de bajo perfil en la posibilidad de asociar el riesgo con el sexo oral, y dejar a algunas personas confundidas sobre las opciones de reducción de riesgos.

¿Qué riesgo supone el sexo oral?

El VIH se transmite de una persona seropositiva a una seronegativa dependiendo del tipo de contacto que se haya dado. Por ejemplo, existe una mayor facilidad de transmisión a través de una relación sexual sin protección (es decir, sin condón), por compartir el material no esterilizado para drogas inyectables o en la transmisión vertical madre-hijo.

Se ha demostrado que el sexo oral es la actividad menos arriesgada de todas las relacionadas con la práctica sexual, sin embargo, no está exento de cierto riesgo. Aunque también es importante tener en cuenta que otras enfermedades de transmisión sexual, tales como la sífilis, herpes y gonorrea pueden ser fácilmente transmisibles a través del sexo oral.

Hace unos pocos años se publicaron algunos estudios sobre el riesgo de transmisión del VIH a través del sexo oral. Un estudio norteamericano mostró que de 122 hombres gay con VIH, el 8% señaló que el sexo oral fue su única actividad de riesgo. No obstante, algunos de los participantes en este estudio que inicialmente manifestaron que el sexo oral había sido su única actividad de riesgo, admitieron a continuación haber mantenido sexo anal sin protección.

¿Cuándo es más arriesgado el sexo oral?

El mayor riesgo de transmitir el VIH a través del sexo oral es si se padece alguna enfermedad de transmisión sexual y no se ha curado o no ha sido tratada debidamente. Otra de las formas de transmisión del VIH a través del sexo oral es si existen heridas abiertas, llagas o abrasiones en la boca o en las encías o si se tiene alguna infección, incluidas las enfermedades de transmisión sexual, en la garganta o la boca las cuales pueden causar inflamación.

Las pruebas de carga viral sugieren que las partículas de VIH casi siempre se encuentran en el semen. Tener una carga viral alta en sangre puede indicar también una alta concentración de carga viral en semen. Mientras que de forma contraria no necesariamente es certero: el hecho de que la carga viral en sangre sea indetectable, no es indicativo de que también lo sea en semen.

En consecuencia, no hay seguridad alguna de que tomar una terapia anti-VIH siempre reduzca la capacidad de infección a través del semen o proteja al/la compañero/a sexual.

En el caso del flujo vaginal los niveles de VIH varían. Probablemente estos niveles son aún mayores en los periodos de la menstruación: cuando las células que llevan el VIH se desprenden de la cerviz, hay una mayor posibilidad de que se encuentren en el flujo vaginal junto con la sangre. Por consiguiente, el sexo oral sería más arriesgado durante el periodo de la menstruación.

¿Cómo se pueden reducir los riesgos?

Existen muchas maneras de reducir los riesgos en el sexo oral. Naturalmente, algunos serán más aceptables que otros en diferentes personas, por lo que debes decidir acerca del nivel de riesgo que consideres aceptable. Si lo deseas puedes hablar de este tema con tu médico o acudir a alguna ONG en la que tengas confianza. Muchas de las siguientes estrategias también pueden ofrecer protección contra otras enfermedades de transmisión sexual:

- Puedes seguir practicando el sexo oral si consideras que representa un riesgo bajo o simplemente dejar de practicarlo aun sabiendo que el riesgo de transmisión del VIH es bajo.
- Puedes considerar reducir el número de parejas con quienes mantienes sexo oral o seguir manteniendo sexo oral con varias parejas sexuales utilizando barreras protectoras tales como el condón para sexo con hombres o un cuadrado de latex o condón femenino para sexo oral con mujeres.
- Puedes decidir únicamente recibir sexo oral dado que parece más seguro que practicarlo a otra persona.
- Puedes decidir no eyacular en la boca de tu compañero/a o que eyaculen en tu boca.
- Puedes decidir no mantener sexo oral con una mujer mientras dure su periodo menstrual.
- La probabilidad de transmisión del VIH por vía oral se incrementa si tienes problemas de encías sangrantes, úlceras, heridas abiertas o llagas en la boca. Antes de practicar sexo oral puedes optar por no cepillarte los dientes o usar hilo dental para evitar micro rupturas en las encías.

Si sospechas que has adquirido alguna enfermedad de transmisión sexual lo más recomendable es que acudas a tu médico para que realice una revisión y en el caso de ser así poder tratarla a tiempo, lo cual reducirá la posibilidad de transmitir dicha enfermedad, así como el VIH a tu/tus pareja/s sexual/es. O, en su defecto, reducir la posibilidad de contraer el VIH si eres seronegativo.