

sexo oral

Historicamente tem sido muito difícil determinar qual é a quota do sexo oral na transmissão do HIV, visto que poucas pessoas praticam somente este tipo de sexo, mas, pelo contrário, muitas pessoas praticam sexo vaginal e anal, que são rotas conhecidas para a transmissão do HIV. Apesar da aparente ocorrência de casos de transmissão do HIV por via oral, os profissionais de saúde tendem priorizar os esforços na prevenção em áreas de grandes riscos. Essa estratégia pode ter, inadvertidamente, subestimado os riscos associados ao sexo oral e gerado confusão nas opções para reduzir os riscos.

Qual é o potencial de risco do sexo oral?

A probabilidade de uma pessoa HIV-positiva transmitir o vírus para uma pessoa HIV-negativa depende do tipo de contato entre elas. O HIV é mais facilmente transmitido através de sexo anal e vaginal sem proteção (sexo sem camisinha), objetos injetáveis compartilhados e de mãe para filho.

O sexo oral tem demonstrado ser uma atividade menos arriscada do que as acima citadas, porém ainda envolve risco. É importante lembrar também que outras infecções sexualmente transmissíveis, tais como sífilis, herpes e gonorréia, são transmitidas facilmente através do sexo oral.

Foram publicados nos últimos anos alguns estudos sobre os riscos de transmissão do HIV através do sexo oral. Um estudo americano revelou que de 122 homens homossexuais portadores de HIV, 8% afirmaram que o sexo oral era sua única atividade de risco. Entretanto, alguns desses homens admitiram mais tarde ter feito sexo anal sem proteção. Em um estudo realizado recentemente, com mais de cem casais, dentre os quais um dos parceiros era HIV-positivo, nenhum caso de transmissão do HIV foi encontrado num período de mais de dez anos. Outro estudo desenvolvido nos EUA, envolvendo gays, afirmou que o risco é de fato zero, porém não excluiu a possibilidade. O Serviço de Laboratório de Saúde Pública do Reino Unido estima que entre 1% e 3% dos casos de transmissão de HIV resultam de sexo oral.

Quando o sexo oral é mais arriscado?

As chances de você infectar outra pessoa com o HIV, através do sexo oral, aumentam se você tiver uma infecção sexualmente transmissível não tratada. A possibilidade de você ser infectado pelo vírus ao fazer sexo oral aumenta se você tiver cortes, feridas ou esfoladuras na boca ou gengivas, ou se tiver uma infecção na garganta ou na boca causando inflamação, incluindo as sexualmente transmissíveis.

Os testes de carga viral sugerem que vestígios do HIV são quase sempre encontrados no sêmen. Alta carga viral no sangue pode também significar alta carga viral no sêmen. O oposto nem sempre é

verdadeiro, mesmo que a carga viral esteja indetectável no sangue, pode não estar no sêmen. Por isso, não se pode afirmar que tomar medicamentos anti-HIV reduzirá o risco do sêmen ser contagioso ou que protege parceiros sexuais.

Os níveis de HIV nos fluidos vaginais variam. Eles podem ser mais altos durante o período menstrual, já que as células que contêm o vírus são expelidas pelo colo e, por isso, são mais facilmente encontradas nos fluidos vaginais juntamente com o sangue. Portanto, sexo oral torna-se mais arriscado durante o período menstrual.

Como você pode reduzir os riscos?

Há várias maneiras de reduzir os riscos envolvidos no sexo oral. Naturalmente, cada pessoa terá o seu próprio nível de aceitação e, por isso, você deve escolher o seu. Caso queira conversar sobre tais questões, peça para ver um profissional da saúde no seu centro de tratamento ou na clínica genitourinária. Muitas estratégias mencionadas abaixo também o protegerão contra infecções sexualmente transmissíveis:

- Continuar fazendo sexo oral por achar que os riscos são baixos o suficiente.
- Abster-se de sexo oral por não querer correr nenhum risco de transmissão pelo HIV.
- Reduzir o número de parceiros com os quais você faz sexo oral.
- Fazer sexo oral com proteção, usando camisinha nos homens e o 'dental dams' (quadrados de látex reutilizáveis após serem lavados com sabão neutro) nas mulheres.
- Optar por ser apenas passivo, já que parece ser mais seguro do que ser ativo.
- Optar por não ejacular na boca do seu parceiro como também não deixar que seu parceiro ejacule na sua.
- Optar por não praticar sexo oral em mulheres durante o período menstrual.
- Cuidar da sua boca. A probabilidade de transmissão do HIV através do sexo oral aumenta se a gengiva dessa pessoa estiver sangrando, se ela tiver aftas, cortes ou esfoladuras na boca. Não escovar os dentes ou usar fio dental antes de fazer sexo oral.
- Fazer, regularmente, exames médicos que identifiquem infecções sexualmente transmissíveis, as quais podem aumentar a probabilidade de você transmitir HIV a um parceiro negativo e, deste modo, reduzir a probabilidade de contrair HIV se você for negativo.