

Sexo sin protección

Se conoce como sexo sin protección a cualquier forma de contacto sexual anal, oral o vaginal en que no se utiliza condón masculino o femenino, ni cualquier otra barrera protectora similar. Muchas de las infecciones de transmisión sexual (ITS) se pueden contraer durante una relación sexual sin protección.

Las penetraciones sexuales sin protección (la introducción del pene en el cuerpo de otra persona), ya sean anales o vaginales comportan el mayor riesgo de ITS, no obstante, las infecciones también se pueden transmitir por medio del sexo oral (la boca en contacto con los genitales) y del sexo oral-anal (la boca en contacto con el ano).

En la práctica del sexo oral, algunas personas prefieren usar condones con sabores. Para el sexo anal, es muy importante utilizar condones con abundante lubricante de base acuosa y evitar siempre el uso de lubricantes de base oleosa, como la vaselina, ya que éstos debilitan el látex del condón. Asimismo, los espermicidas con nonoxynol-9 podrían causar irritación lo que facilita una vía de entrada tanto del VIH como de otras ITS.

Sexo con personas VIH negativas o de estado serológico al VIH desconocido

Si eres VIH+ y practicas sexo con otras personas VIH negativas o de estado serológico desconocido, la mejor manera de protegerlas contra el VIH o de protegerte a ti mismo de posibles ITS es con el uso del condón. Aunque se tomen fármacos antirretrovirales y se tenga la carga viral indetectable en sangre, existe todavía la posibilidad de transmitir el VIH a través del virus que permanece en cantidad suficiente en el semen o en los fluidos vaginales.

Sexo con otras personas VIH positivas

Si eres VIH+ y practicas sexo con otras personas VIH+, lo más recomendable y seguro es el uso del condón durante tus relaciones sexuales, porque:

- Se evitan los embarazos no deseados. En el caso de una pareja serodiscordante, formada por un hombre positivo y una mujer negativa, el uso del preservativo durante el embarazo o el periodo de lactancia evita la transmisión del virus al bebé.
- Existen pruebas cada vez más evidentes de que es posible la reinfección con una nueva cepa o cepas de VIH, que podrían ser más fuertes que los fármacos antirretrovirales o resistentes a éstos, lo que podría llevar a un fracaso del tratamiento que, en otras circunstancias, sería eficaz.
- También se evita el riesgo de contraer o transmitir otras enfermedades de transmisión sexual.

Infecciones de transmisión sexual

Las infecciones de transmisión sexual producidas por bacterias, como la gonorrea o chlamydia, pueden ser tratadas fácilmente y con éxito tanto en la mayoría de personas VIH+ como en personas negativas al VIH, siempre y cuando sean diagnosticadas y tratadas. Abandonar prematuramente el tratamiento puede

provocar esterilidad y en algunos casos daños en los órganos internos. La sífilis, particularmente en personas con daños graves en el sistema inmunológico, puede ser más difícil de diagnosticar y curar y además puede ser más agresiva cuando el sistema inmunológico está dañado.

Existen también ITS víricas. El herpes genital y las verrugas genitales no son curables, incluso en personas negativas al VIH. A pesar de que ambas pueden responder al tratamiento, si se tiene el sistema inmunológico gravemente dañado, pueden volver a manifestarse y ser más difíciles de controlar. El herpes genital se asocia a un aumento del riesgo de transmisión del VIH, especialmente cuando existen úlceras. Algunas cepas del virus que provoca verrugas genitales se relacionan con el desarrollo de cáncer genital cervical y anal.

Los virus de la hepatitis A y B y, con menos facilidad, C pueden ser transmitidos sexualmente y presentar mayores complicaciones en personas VIH+. La hepatitis puede provocar daño hepático que en ocasiones limita las opciones de tratamiento antirretroviral y causar un gran malestar.

Existen vacunas para la hepatitis A y B (pero no para la C), que normalmente están disponibles en los centros de tratamiento del VIH. Se recomienda a los hombres gay en particular vacunarse contra la hepatitis A y B. Después de la vacunación, es importante controlar regularmente la inmunidad frente a la hepatitis A y B, puesto que estas vacunas no ofrecen protección permanente.

Algunas de las infecciones oportunistas que afectan a personas VIH+ se pueden transmitir a través de relaciones sexuales. Por ejemplo, el sarcoma de Kaposi se considera que se transmite sexualmente por medio de un tipo del virus del herpes. Tanto las personas VIH negativas como las positivas pueden contraer infecciones intestinales tales como la Giardia, las amebas (pequeños parásitos que se alojan en el vientre y causan diarrea), el cryptosporidium y el microsporidium que se transmiten a través del contacto sexual oral-anal o cualquier otro acto sexual en que se produzca un contacto de las heces contaminadas con la boca. Estas infecciones pueden causar diarreas muy graves, principalmente en personas con el sistema inmunológico seriamente dañado.

Padecer una ITS no tratada puede aumentar la cantidad de VIH en los fluidos genitales, lo que puede hacer que el VIH sea más fácil de transmitir en una relación sexual sin protección. Se recomienda a todas aquellas personas sexualmente activas que se sometan regularmente a chequeos de salud sexual. Muchos centros de tratamiento del VIH disponen de clínicas de salud sexual, que ofrecen pruebas de detección y tratamiento gratis y con absoluta confidencialidad.

