

España ha reconocido a los hombres que practican sexo con otros hombres (con y sin VIH) el derecho a vivir y disfrutar de su vida y sexualidad libremente, a vivir plenamente sus relaciones de pareja y a ser tratados de manera igualitaria en los aspectos sociales, legales y sanitarios. Sin embargo, en algunos países o culturas las relaciones entre personas del mismo sexo pueden ser mal vistas o ser motivo de discriminación, incluso estar prohibidas o castigadas.

Por razones biológicas, epidemiológicas y sociales, los hombres que practican sexo con otros hombres (HSH) se han visto más afectados por el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS) que otros grupos de población.

### La prueba del VIH

La única forma de saber si tienes VIH es haciéndote la prueba. Te puedes hacer esta prueba en tu centro médico, en centros de control de ITS y en algunas ONG. Hay pruebas rápidas que ofrecen el resultado en unos 15 minutos, en caso de que el resultado sea positivo, se tiene que realizar una prueba confirmatoria.

### ¿Cómo se produce la transmisión del VIH?

La transmisión sexual del VIH se produce cuando el virus presente en la sangre o el semen entra en contacto con la sangre de otra persona, normalmente a través de las membranas mucosas o de pequeñas lesiones en el ano, el recto, la boca o la piel. No obstante, los últimos estudios revelan que cuando la persona con VIH está tomando tratamiento anti-retroviral, su carga viral es indetectable y ni ella ni su pareja presentan una ITS, el riesgo de transmisión disminuye considerablemente. Puedes encontrar más información en [Infovihtal 64 Transmisión del VIH](#).

### ¿Qué prácticas sexuales entrañan mayor riesgo de transmisión del VIH?

#### Penetración

La penetración anal sin condón es una práctica de alto riesgo para el VIH tanto si penetras como si te penetran. Tiene más riesgo que te penetren, especialmente si eyaculan dentro de ti.

- Para evitar el riesgo puedes utilizar condón y lubricante de base acuosa desde el principio. Los lubricantes grasos como cremas, aceites o vaselina pueden dañar el condón y favorecer que se rompa.

#### Felación

En la felación o mamada hay riesgo si se corren en tu boca, ya que el semen tiene capacidad de transmitir el VIH en contacto con la mucosa de la boca y con posibles heridas.

- El riesgo es menor si tienes una buena higiene bucal y no tienes heridas ni llagas. Si eyaculan en tu boca, puedes escupir el semen y enjuagarte la boca sólo con agua. No uses alcohol ni colutorios ya que pueden dañar la mucosa de la boca y facilitar la transmisión. Tampoco es recomendable cepillarte los dientes, ni antes ni después de hacer una mamada.

### Juguetes sexuales

El intercambio de juguetes sexuales podría entrañar un riesgo de transmisión del VIH.

- Para reducirlo puedes ponerle un condón cada vez que cambie la persona que lo utiliza. Si no se le puede poner un condón (como las bolas chinas) cada uno debería usar sólo su propio juguete.

### Sexo en grupo

Si quieres reducir el riesgo de una infección cuando tienes sexo en grupo, utiliza un preservativo nuevo cada vez que cambie la persona a la que penetras o si te penetran. Si no lo cambias, la persona que tiene el condón estará protegida, pero las personas a las que penetra estarán en contacto con la sangre y los fluidos de otros, y por tanto, tienen un mayor riesgo de infección.

- Ten en cuenta que en las sesiones de sexo en grupo te puede resultar más difícil utilizar el condón. Puedes buscar estrategias para negociar su utilización.

### ¿Qué factores pueden dificultar la prevención del VIH?

- Las diferencias de edad, procedencia o educación entre los miembros de la pareja o las relaciones de poder que se establecen entre ellos pueden dificultar la negociación del nivel de seguridad que se quiere tener para el cuidado de nuestra salud.
- La idea preconcebida de que no va a pasar nada, y de que el aspecto físico, la edad o la profesión de nuestra pareja sexual pueden darnos pistas de si tiene VIH u otras ITS.
- El alcohol y las drogas recreativas pueden alterar nuestra percepción del riesgo y olvidar las medidas preventivas.

### ¿Sabías?

#### Profilaxis postexposición

Es un tratamiento que puede aplicarse con carácter excepcional a personas sin VIH tras situaciones de alto riesgo. Por ejemplo, ser penetrado analmente con eyaculación por un hombre con VIH sin preservativo (o con rotura del mismo). Si te ocurre, acude al área de urgencias de un hospital para que los profesionales valoren tu caso particular. Este tratamiento de 28 días reduce la probabilidad de infección por VIH si se inicia antes de que transcurran 72 horas (preferentemente durante las seis primeras).

Material elaborado en colaboración con la organización Stop Sida, [www.stopsida.org](http://www.stopsida.org)



grupo de trabajo sobre  
tratamientos del VIH  
contact@gtt-vih.org  
www.gtt-vih.org  
Barcelona (España)

**POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR**

Subvencionado por:



Colaboran:

