

### Sexo sem proteção

Conhece-se como sexo sem proteção a qualquer forma de contato sexual anal, oral ou vaginal em que não se utiliza camisinha masculina ou feminina, nem qualquer outra barreira protetora semelhante. Muitas das infecções de transmissão sexual (ITS) se podem contrair durante uma relação sexual sem proteção.

As penetrações sexuais sem proteção (a introdução do pênis no corpo de outra pessoa), já sejam anais ou vaginais comportam o maior risco de ITS, não obstante, as infecções também se podem transmitir por meio do sexo oral (a boca em contato com os genitais) e do sexo oral-anal (a boca em contato com o ânus).

Na prática do sexo oral, algumas pessoas preferem usar camisinhas com sabores. Para o sexo anal, é muito importante utilizar camisinhas com abundante lubrificante de base acuosa e evitar sempre o uso de lubrificantes de base oleosa, como a vaselina, já que estes debilitam o latex da caminha. Mesmo assim, os espermicidas com nonoxynol-9 poderiam causar irritação o que facilita uma via de entrada tanto do HIV como de outras ITS.

#### Sexo com pessoas HIV negativas ou de estado serológico ao HIV desconhecido

Se é HIV+ e praticas sexo com outras pessoas HIV negativas ou de estado serológico desconhecido, a melhor maneira de protegê-las contra o HIV ou de proteger-te a ti mesmo de possíveis ITS é com o uso da caminha. Ainda que se tomem fármacos antirretrovirais e se tenha o ônus viral indetectável em sangue, existe ainda a possibilidade de transmitir o HIV através do vírus que permanece em quantidade suficiente no sêmen ou nos fluidos vaginais.

#### Sexo com outras pessoas HIV positivas

Se é HIV+ e pratica sexo com outras pessoas HIV+, o mais recomendável e seguro é o uso da caminha durante tuas relações sexuais, porque:

\* Se evitam as gravidezes não desejadas. No caso de um casal serodiscordante, formada por um homem positivo e uma mulher negativa, o uso do preservativo durante a gravidez ou o período de lactância evita a transmissão do vírus ao bebe.

\* Existem provas cada vez mais evidentes de que é possível voltar a infectar-se com uma nova cepa ou cepas de HIV, que poderiam ser mais fortes do que os fármacos antirretrovirais ou resistentes a estes, o que poderia levar a um fracasso do tratamento que, em outras circunstâncias, seria eficaz.

\* Também se evita o risco de contrair ou transmitir outras doenças de transmissão sexual.

#### Infecções de transmissão sexual

As infecções de transmissão sexual produzidas por bactérias, como a gonorréia ou chlamydia, podem ser tratadas facilmen-

te e com sucesso tanto na maioria de pessoas HIV+ como em pessoas negativas ao HIV, desde que sejam diagnosticadas e tratadas. Abandonar prematuramente o tratamento pode provocar esterilidade e em alguns casos danos nos órgãos internos. A sífilis, particularmente em pessoas com danos graves no sistema imunológico, pode ser mais difícil de diagnosticar e curar e além do mais pode ser mais agressiva quando o sistema imunológico está danado.

Existem também ITS víricas. O herpes genital e as verrugas genitais não são curáveis, inclusive em pessoas negativas ao HIV. Apesar de que ambas podem responder ao tratamento, se se tem o sistema imunológico gravemente danado, podem voltar a manifestar-se e serem mais difíceis de controlar. O herpes genital se associa a um aumento do risco de transmissão do HIV, especialmente quando existem úlceras. Algumas cepas do vírus que provoca verrugas genitais se relacionam com o desenvolvimento de câncer genital cervical e anal.

Os vírus da hepatite A e B e, com menos facilidade, C podem ser transmitidos sexualmente e apresentar maiores complicações em pessoas HIV+. A hepatite pode provocar dano hepático que em ocasiões limita as opções de tratamento antirretroviral e causar um grande mal-estar.

Existem vacinas para a hepatite A e B (mas não para o C), que normalmente estão disponíveis nos centros de tratamento do HIV. Recomenda-se aos homens gay em particular vacinar-se contra a hepatite A e B. Depois da vacinação, é importante controlar regularmente a imunidade frente à hepatite A e B, já que estas vacinas não oferecem proteção permanente.

Algumas das infecções oportunistas que afetam a pessoas HIV+ se podem transmitir através de relações sexuais. Por exemplo, o sarcoma de Kaposi se considera que se transmite sexualmente por meio de um tipo do vírus do herpes. Tanto as pessoas HIV negativas como as positivas podem contrair infecções intestinais tais como a Giardia, as amebas (pequenos parasitos que se alojam no ventre e causam diarreia), o cryptosporidium e o microsporidium que se transmitem através do contato sexual oral-anal ou qualquer outro ato sexual em que se produza um contato das fezes contaminadas com a boca. Estas infecções podem causar diarreias muito graves, principalmente em pessoas com o sistema imunológico seriamente danado.

Padecer uma ITS não tratada pode aumentar a quantidade de HIV nos fluidos genitais, o que pode fazer que o HIV seja mais fácil de transmitir numa relação sexual sem proteção. Recomenda-se a todas aquelas pessoas sexualmente ativas que se submetam regularmente a revisões de saúde sexual.