

### Sexo Oral

Historicamente foi muito difícil estabelecer a contribuição que tem o sexo oral sobretudo na transmissão do HIV com tão só uns poucos casos registrados. Sem embargo, muitas pessoas têm sexo vaginal ou anal, as quais são as principais vias de transmissão do HIV mais reconhecidas. Ainda que teve um número de casos de transmissão de HIV aparentemente por sexo oral, os profissionais da saúde decantaram-se por priorizar os esforços na prevenção do HIV nas áreas que representam um maior risco. Esta estratégia poderia ter jogado um papel de baixo perfil na possibilidade de associar o risco como no sexo oral, e deixar a algumas pessoas confundidas sobre as opções de redução de riscos.

#### O que risco supõe o sexo oral?

O HIV se transmite de uma pessoa seropositiva a uma seronegativa dependendo do tipo de contato que se tenha dado. Por exemplo, existe uma maior facilidade de transmissão através de uma relação sexual sem proteção (isto é, sem camisinha), por compartilhar o material não esterilizado para drogas injetáveis ou na transmissão vertical mãe-filho.

Se demonstrou que o sexo oral é a atividade menos arriscada de todas as relacionadas com a prática sexual, no entanto, não está isento de certo risco. Ainda que também é importante levar em conta que outras doenças de transmissão sexual, tais como a sífilis, herpes e gonorréia podem ser facilmente transmissíveis através do sexo oral.

Faz uns poucos anos se publicaram alguns estudos sobre o risco de transmissão do HIV através do sexo oral. Um estudo norte-americano mostrou que de 122 homens gay com HIV, o 8% assinalou que o sexo oral foi sua única atividade de risco. Não obstante, alguns dos participantes neste estudo que inicialmente manifestaram que o sexo oral tinha sido sua única atividade de risco, admitiram a seguir ter mantido sexo anal sem proteção.

#### Quando é mais arriscado o sexo oral?

O maior risco de transmitir o HIV através do sexo oral é se se padece alguma doença de transmissão sexual e não se curou ou não foi tratada devidamente. Outra das formas de transmissão do HIV através do sexo oral é se existem feridas abertas, chagas ou abrasões na boca ou nas gengivas ou se se tem alguma infecção, incluídas as doenças de transmissão sexual, na garganta ou a boca as quais podem causar inflamação.

As provas de ônus viral sugerem que as partículas de HIV quase sempre se encontram no sêmen. Ter um ônus viral alta no sangue pode indicar também uma alta concentração de ônus viral em sêmen. Enquanto de forma contrária não necessariamente é certo: o fato de que o ônus viral em sangue seja indetectável, não é indicativo de que também o seja em sêmen.

Em conseqüência, não há segurança alguma de que tomar uma terapia anti-HIV sempre reduza a capacidade de infecção através do sêmen ou proteja ao/a colega/a sexual.

No caso do fluxo vaginal os níveis de HIV variam. Provavelmente estes níveis são ainda maiores nos períodos da menstruação: quando as células que levam o HIV se desprendem da cerviz, há

uma maior possibilidade de do que se encontrem no fluxo vaginal paralelo com o sangue. Portanto, o sexo oral seria mais arriscado durante o período da menstruação.

#### Como se podem reduzir os riscos?

Existem muitas maneiras de reduzir os riscos no sexo oral. Naturalmente, alguns serão mais aceitáveis do que outros em diferentes pessoas, pelo que debes decidir a respeito do nível de risco que consideres aceitável. Se o desejar pode falar deste tema com teu médico ou ir a alguma ONG na que tenhas confiança. Muitas das seguintes estratégias também podem oferecer proteção contra outras doenças de transmissão sexual:

- Pode seguir praticando o sexo oral se considera que representa um risco baixo ou simplesmente deixar de praticá-lo ainda sabendo que o risco de transmissão do HIV é baixo.
- Pode considerar reduzir o número de casais com quem manténs sexo oral ou seguir mantendo sexo oral com vários casais sexuais utilizando barreiras protetoras tais como a camisinha para sexo com homens ou o quadrado de latex ou camisinha feminina para sexo oral com mulheres.
- Pode decidir unicamente receber sexo oral dado que parece mais seguro que o praticar a outra pessoa.
- Pode decidir não ejacular na boca de teu colega/a ou que ejaculem em tua boca.
- Pode decidir não manter sexo oral com uma mulher enquanto dure seu período menstrual.
- A probabilidade de transmissão do HIV por via oral se incrementa se tem problemas de gengivas ensangüentadas, úlceras, feridas abertas ou chagas na boca. Antes de praticar sexo oral pode optar por não te escovar os dentes ou usar fio dental para evitar micro rupturas nas gengivas.

Se suspeitar que adquiriu alguma doença de transmissão sexual o mais recomendável é ir a teu médico para que realize uma revisão e no caso de ser assim poder tratá-la a tempo, o qual reduzirá a possibilidade de transmitir dita doença, bem como o HIV a teu/teus parilha/s sexual/ais. Ou, em seu defeito, reduzir a possibilidade de contrair o HIV se é seronegativo.