

## Vamos falar sobre... Sexo anal

---

### Vamos falar sobre sexo anal sem preservativo (bareback)

---

#### Quando você é o passivo (parceiro receptivo):

Quando falamos de sexo anal, ser penetrado por um cara sem preservativo e deixá-lo gozar dentro de você é a forma mais provável de contrair HIV. Isso ocorre porque o revestimento do seu reto pode absorver líquidos que cairão diretamente em sua corrente sanguínea. Se houver HIV no esperma dele, então o vírus entra em seu reto e ali será absorvido. Se você for penetrado sem preservativo e ele não gozar dentro de você, as chances de contrair o vírus são menores, mas, como o HIV também está presente no fluido pré-ejaculatório, a transmissão do HIV ainda pode ocorrer.

Ser penetrado sem preservativo também é a principal forma de contrair a maioria das outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), incluindo clamídia, gonorreia, herpes, sífilis, Lymphogranuloma venereum (LGV, linfogranuloma venéreo), verrugas, hepatites A, B e, a cada dia mais, a hepatite C. Os preservativos fornecem uma barreira efetiva contra a maioria das ISTs, incluindo o HIV, embora algumas ISTs, como sífilis e verrugas, ainda possam ser transmitidas se o preservativo não cobrir toda a área infectada, como a base do pênis, por exemplo.

Se você tiver uma IST no seu reto, ela aumentará as chances de contrair o HIV caso seja soronegativo. Se você for soropositivo e tiver uma IST, é provável que haja maiores concentrações de HIV em todos os seus fluidos corporais, incluindo sangue e muco anal e, portanto, você estará mais infeccioso.

Se o ativo for soropositivo e tiver uma carga viral indetectável, o risco de transmissão é zero, uma vez que ele não possui outras ISTs. Informe-se mais sobre ser indetectável.

#### Quando você é o ativo (parceiro insertivo):

A chance de contrair HIV penetrando alguém (ativo) sem preservativo é menor que sendo penetrado (passivo) sem preservativo, mas ainda assim é uma das principais vias de infecção.

Se você for soronegativo, penetrar alguém sem preservativo (bareback) poderá levar a uma infecção pelo HIV. Isso ocorre porque o muco anal que reveste o reto pode conter uma concentração muito alta de HIV. A membrana mucosa dentro da glândula do pênis e do prepúcio pode absorver líquidos, como o muco anal, que vai direto para a corrente sanguínea. O sangue, se presente, também pode ser responsável pela transmissão.

Outras infecções, como clamídia, gonorreia, herpes, sífilis, verrugas e hepatite podem ser transmitidas ao ativo através da sua uretra (o orifício na glândula do pênis). Os preservativos podem prevenir a maioria das infecções que você pode contrair ao penetrar alguém, embora valha a pena lembrar que algumas ISTs podem ser transmitidas mesmo que você use camisinha.

## Vamos falar sobre sexo anal com preservativo

---

Embora os preservativos ofereçam proteção contra o HIV e a maioria das ISTs, eles não podem evitar todas elas. Ainda que você sempre use preservativos para sexo anal, recomenda-se efetuar acompanhamento regular de saúde sexual em uma clínica especializada em IST/GUM e continuar fazendo testes de HIV duas vezes por ano.

Os preservativos podem se romper durante o sexo anal e isso pode possibilitar a transmissão do HIV ou de outras ISTs. O rompimento do preservativo geralmente ocorre porque os preservativos são usados incorretamente ou por longas sessões sem a realização da devida troca. Se você usar os preservativos corretamente com abundante lubrificação à base de água, reduzirá consideravelmente as chances de se romperem.

Para sexo grupal, também é importante trocar os preservativos para cada parceiro. Isso ocorre porque é teoricamente possível que os vestígios de muco anal ou sangue infectado pelo HIV possam permanecer no preservativo depois que um

cara com HIV é penetrado. Isso também se aplica a outras ISTs, inclusive a hepatite C.

## Vamos falar sobre... Sexo oral?

---

### Vamos falar sobre sexo oral? (boquete)

---

#### Quando você estiver chupando:

É teoricamente possível contrair HIV fazendo sexo oral no parceiro, mas a probabilidade de isso ocorrer é muito baixa. Ninguém sabe exatamente o quanto é arriscado, em parte porque a maioria dos homens que o fazem também praticará outras formas de sexo e é impossível saber qual ato sexual é responsável pela transmissão do HIV.

A razão pela qual o sexo oral é muito mais seguro que o sexo anal é que a garganta não é tão vulnerável à infecção quanto o reto. A saliva tem propriedades que podem desabilitar algumas infecções, incluindo o HIV, e, portanto, é necessário que haja muito HIV presente para a ocorrência da infecção. Além disso, a boca e a garganta não são tão eficientes na absorção de líquidos para a corrente sanguínea como o revestimento do reto. Mesmo se você engolir esperma, qualquer HIV que possa estar lá geralmente será morto pelos fortes ácidos no seu estômago.

Embora o risco de infecção pelo HIV seja bastante baixo, outras ISTs podem ser facilmente transmitidas através do sexo oral, como clamídia, gonorreia, herpes ou sífilis. Esses riscos podem ser evitados usando um preservativo para sexo oral.

Há uma chance de pegar hepatite B através do sexo oral se você não foi vacinado. Se você tiver uma IST em sua garganta, você estará mais vulnerável à infecção e as chances de contrair HIV ou hepatite B aumentarão.

#### Quando você estiver recebendo:

Ninguém nunca contraiu HIV ao receber sexo oral. No entanto, você pode estar vulnerável às outras ISTs, como clamídia, gonorreia, herpes e sífilis. Isso ocorre porque todas essas ISTs são muito mais infectantes que o HIV.

Para evitar as chances de contrair uma IST, você deve usar um preservativo para sexo oral. Como a maioria dos homens escolhe não fazer isso, é aconselhável fazer um exame regular de saúde sexual para garantir que todas as infecções que você possa contrair sejam detectadas e tratadas rapidamente.

## Vamos falar sobre... Fisting?

---

### Vamos falar sobre fisting?

---

O fisting (inserir a maior parte ou a mão inteira no ânus do parceiro) em si apresenta apenas uma pequena chance de transmissão do HIV, desde que não haja cortes abertos, feridas ou similares na mão, e menos ainda se uma luva apropriada para fisting for usada.

No entanto, o fisting apresenta uma chance muito maior de danos retais. Um reto lesionado fica muito mais vulnerável à infecção através do sexo que pode ocorrer depois. Quando drogas recreativas também estiverem sendo usadas, danos graves podem ocorrer sem que a dor seja sentida completamente.

Se mais de um indivíduo estiver sendo fistado, em uma situação de sexo grupal, o HIV ou a hepatite C podem ser transmitidos de um indivíduo para outro, através de muco anal ou sangue presente no punho.

O fisting pode levar à transmissão de ISTs, incluindo a hepatite C. Também é possível adquirir uma variedade de infecções intestinais, como shigella, se vestígios de fezes (cocô) forem levados à boca.

O uso de lubrificantes à base de óleo para fisting pode criar problemas se você optar por ter sexo anal depois, pois o óleo no lubrificante danificará a maioria dos preservativos. Se você acha que vai praticar fisting e fazer sexo anal depois, use lubrificante à base de água no punho ou use um preservativo que não seja de látex (como os preservativos de poliuretano) para que ele não seja danificado pelo óleo para fazer sexo anal.

## Vamos falar sobre... Anilingus

---

Não há evidências que possam sugerir que alguém tenha contraído o HIV ao praticar o anilingus, embora existam outras ISTs a serem consideradas quando se pratica o anilingus.

As hepatites A e B são mais frequentemente contraídas com o anilingus e a gonorreia também pode ser transmitida dessa forma. Há também uma série de infecções intestinais que você pode contrair ao praticar o anilingus, principalmente a shigella.

Mesmo se o seu parceiro tiver se lavado recentemente, ainda pode haver alguns organismos microscópicos presentes que são extremamente infecciosos, mas há uma chance ainda maior se você praticar o anilingus em alguém que não tenha se lavado previamente ou que esteja sofrendo de diarreia.

As ISTs associadas ao anilingus podem ser evitadas usando uma barreira dental, embora poucas caras a usem. Você pode obter barreiras dentais e vacinação contra as hepatites A e B em sua clínica especializada em IST/GUM.

## Vamos falar sobre... Compartilhar brinquedos sexuais?

---

Se você os compartilhar dildos e plugs anais eles poderão estar envolvidos na transmissão do HIV, das hepatites A, B e C, de outras ISTs, e de uma variedade de infecções intestinais.

O muco anal ou sangue de uma pessoa em brinquedos sexuais pode levar a infecções se os mesmos brinquedos forem usados em outra pessoa. O uso de brinquedos pode causar danos ao revestimento do reto. Esse dano poderá ser microscópico, removendo apenas a camada superficial do revestimento do reto, portanto não será necessariamente severo nem causará sangramento. Se a brincadeira com brinquedos sexuais for seguida de sexo anal desprotegido, o dano aumentará a chance de transmissão de HIV e IST.

A maneira mais fácil de evitar isso é não compartilhar brinquedos sexuais.

Você também pode usar um preservativo para cobrir o dildo e trocá-lo entre os parceiros se for usá-lo em mais de uma pessoa. Lavar os brinquedos sexuais completamente após o uso, usando água morna com sabão ou um fluido de esterilização apropriado para mamadeiras de bebê deve evitar qualquer infecção presente no brinquedo.

Outros brinquedos como Fleshlites e sheaths (brinquedos usados para a masturbação) devem ser limpos entre os usuários para evitar a transmissão de HIV ou outras ISTs. Se um cara com HIV ou uma IST gozar dentro de um Fleshlites e outro rapaz usá-lo depois, ele poderá contrair HIV ou uma IST pelo prepúcio, a glândula do pênis ou a uretra.

O mesmo vale para os sheaths. Tal como acontece com os dildos, você deve lavar todos os brinquedos completamente após o uso, usando água morna com sabão ou um fluido de esterilização apropriado para mamadeiras de bebê. Isso deve evitar qualquer fonte de infecção restante no brinquedo.

## Vamos falar sobre pissing (chuva dourada)

---

Pissing, no âmbito sexual, é um termo usado para descrever a prática de urinar em alguém. A prática do pissing não oferece riscos de transmissão do HIV. A urina não contém HIV infeccioso e, portanto, você não pode contrai-lo dessa forma.

Existe uma possibilidade de infecção de hepatite B se o parceiro que estiver urinando tiver esse vírus. Pode haver o risco de outras infecções não sexualmente transmissíveis como Cytomegalovirus (CMV).