



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)  
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/sexo-oral-y-vih-hechos-placer-y-salud>

## **Sexo Oral y VIH: Hechos, placer y salud**

Submitted on Nov 2, 2023

Image



©iStock.com/Deagreez

*Read this fact sheet [in English](#)*

#### Índice

- [¿Qué es el sexo oral?](#)
- [El sexo oral y adquirir el VIH](#)
- [Consejos sobre el sexo oral seguro](#)
- [Cuidándose a sí misma](#)

## ¿Qué es el sexo oral?

El sexo oral implica el contacto entre la boca de una persona y los genitales de otra persona. Incluye dar o recibir lamidos, chupones, mordiscos en la vulva (el clítoris y los labios vaginales, o "labios"), la vagina, el pene o el ano, "el trasero". El sexo oral puede ser una manera muy *sexy* (*en inglés*) y placentera de ser íntima con su(s) pareja(s). Al igual que cualquier otro tipo de sexo, hay mucha más posibilidad de tener placer cuando la preocupación o el miedo sobre la transmisión del VIH han sido abordadas.

## El sexo oral y adquirir el VIH

## Cuando una persona viviendo con el VIH no está en tratamiento, el sexo oral sigue siendo una actividad de bajo riesgo para el VIH.

**En la mayoría de las circunstancias, es poco probable que el sexo oral transmita el VIH.** Muchos grandes estudios han demostrado que las personas viviendo con VIH que toman medicamento para el VIH y cuya [carga viral](#) es indetectable (demasiado baja para ser detectada con análisis) no pueden transmitir el virus a sus parejas sexuales. Esto incluye cualquier tipo de sexo, incluido el sexo oral y el sexo sin usar [condones](#) (*en inglés*) u otras barreras. Éste hecho es conocido dentro de la comunidad como [Indetectable es igual a Intransmisible](#), o I=I.

Cuando una persona viviendo con el VIH no está en tratamiento, **el sexo oral sigue siendo una actividad de muy bajo riesgo para la adquisición del VIH.** Si una persona no está tomando medicamentos contra el VIH y/o tiene una carga viral detectable, esa [poca probabilidad de transmisión es más alta si una de las personas tiene sangrado de encías, úlceras bucales, enfermedad de las encías, llagas genitales y otras [infecciones o enfermedades de transmisión sexual \(ITS o ETS\)](#).

Varios estudios han intentado determinar el nivel exacto de riesgo que plantea el sexo oral, pero esto no es fácil de hacer. Cuando el VIH se transmite, es difícil saber si el sexo oral u otra actividad sexual, más riesgosa, fue responsable.

Las posibilidades de transmisión del VIH entre una persona y otra dependen del tipo de contacto. El VIH se propaga, o [transmite](#) más fácilmente, a través del sexo anal sin protección, del sexo vaginal sin protección o compartir [material de inyección de drogas](#) (*en inglés*) que no se ha limpiado. *Sexo sin protección* significa tener sexo sin usar condones, otras barreras o usar métodos de [tratamiento como prevención](#) del VIH.

El tratamiento como prevención (TasP, por sus siglas en inglés) incluye tener una carga viral indetectable, como se ha descrito anteriormente. La [PrEP](#), o la profilaxis preexposición, se refiere a los medicamentos que se le pueden recetar a una persona para que se mantenga VIH negativa si no está viviendo con el VIH. Cuando existe una posibilidad de transmisión del VIH, se ha demostrado que la PrEP puede bajar esa posibilidad aún más.

El VIH está presente en el líquido sexual de la vagina (las secreciones vaginales), en los fluidos sexuales del pene (el semen o la eyaculación, también conocido como "líquido eyaculatorio" y "líquido pre-eyaculatorio") y en la sangre. **El VIH nunca se puede transmitir por la saliva (el escupitajo).**

Para que la transmisión del VIH sea posible:

- Uno de estos otros fluidos, que no sea la saliva, tiene que estar presente
- Debe haber un VIH detectable dentro de ese fluido (la persona no está tomando medicamentos contra el VIH y tiene una carga viral detectable)
- Debe haber una abertura para que el líquido entre en la sangre de la persona VIH negativa (como llagas en la boca o úlceras genitales; tragar el fluido no cuenta)

Por favor ve a nuestra hoja informativa sobre la [transmisión del VIH](#) para mucha más información sobre este tema.

Es importante tener en cuenta qué es posible contraer otras ITS, como la sífilis, el herpes, la gonorrea y el [virus del papiloma humano \(VPH\)](#) a través del sexo oral sin condones u otras barreras. Tener una carga viral indetectable o tomar la [PrEP](#) no protege contra ITS que no sean el VIH.

## Consejos sobre el sexo oral seguro

**Si una persona que está viviendo con VIH tiene una carga viral indetectable, el riesgo de que ellos transmitan el VIH durante el sexo oral es cero, sin importar si usan los consejos a continuación o no.**

Si una persona viviendo con VIH no está tomando medicamentos contra el VIH y/o tiene una carga viral detectable, la probabilidad de transmisión del VIH sigue siendo baja durante el sexo oral. Los consejos a continuación pueden bajar esa probabilidad aún más.

Si usted desconoce su estado de VIH o el de su pareja, y no está tomando la PrEP, o si la persona viviendo con VIH no está bajo tratamiento o si se sabe que tiene una carga viral detectable, el sexo oral puede ser **más seguro** si usted y/o su pareja:

- Reciben tratamiento para cualquier infección de transmisión sexual que tienen
- No tienen enfermedad en las encías
- Se esperan para tener sexo oral hasta que cualquier llaga en la boca (como lesiones de herpes oral) o cortes, raspaduras, o llagas hayan sanado
- Se esperan hasta después de tener sexo oral para usar hilo dental, cepillarse los dientes, o hacer cualquier cosa que pueda crear cortes o causar sangramiento en su boca
  - Si quiere refrescarse la boca antes del sexo oral, considere una pastilla de menta
- Evitan la ingestión de líquido preseminal, semen, fluidos vaginales o sangre menstrual
- Usan condones de látex o poliisopreno durante el sexo oral con un pene (felación)
  - Pruebe los saborizados que vienen sin lubricante
  - Si realiza el sexo oral sin condón, termine con la mano, o escupa el semen en lugar de tragarlo
- Utilizan un protector dental o un condón abierto o cortado durante el sexo oral con una vagina (cunnilingus) o durante el beso negro (lamer el ano)
  - Los protectores dentales son cuadrados y de látex. Ponga un poco de lubricante a base de agua en un lado del protector dental, o en un condón que haya sido cortado y abierto. Luego estire el protector o el condón sobre la vulva o el ano con el lado que tiene el lubricante hacia abajo. Esto funciona como una barrera delgada entre la boca y la vagina o el ano. Algunas personas utilizan el plástico para envolver alimentos como una barrera. Mientras que se ha demostrado que el uso del plástico para envolver ayuda a prevenir la transmisión de infecciones de herpes, no existen estudios que demuestren que previene la transmisión del VIH
- Esperan para poner su boca en la vagina de una persona hasta que termine de menstruar (tiene su período o ciclo) para evitar el contacto con la sangre
- [Cuidan de su boca](#) (*en inglés*)
- Intentan actividades que no sean sexo oral si el pene le estropea la garganta o amígdalas (a veces causado por la "penetración profunda en la garganta"), o si tiene lesiones alrededor de la boca

Para más información sobre opciones seguras para el placer sexual, incluido el sexo oral, vea nuestra hoja informativa sobre [el sexo más seguro](#).

## Cuidándose a sí misma

**El sexo oral puede ser divertido, placentero y muy seguro.** Es importante que usted decida por sí misma, y hablé con sus pareja(s), sobre cuáles pasos tomar para que todos los tipos de sexo sean más seguros. Si la persona viviendo con VIH está tomando medicamentos contra el VIH y tiene una carga viral indetectable, no es posible transmitir el VIH mediante el sexo, incluido el sexo oral. Es posible adquirir, y prevenir, otros tipos de ITS durante el sexo oral.

Si le gustaría hablar sobre estos temas, consulte un educador sexual o profesional de salud en su organización local de servicios para personas con SIDA (ASO, por sus siglas en inglés) o centro de

tratamiento. Para encontrar una ASO en su zona, [haga clic aquí](#) (en inglés).

*Adaptado del artículo original escrito por LM Arnal*

Image



*Esta traducción se hizo posible gracias a la colaboración de [Translators Without Borders](#).*

## Additional Resources

Seleccione los enlaces siguientes para ver material adicional relacionado con el sexo oral.

- [Consejos para el uso de condones y barreras bucales \(Departamento de Asuntos de...](#)
- [¿Puede transmitirse el VIH a través del sexo oral \(felación y cunnilingus\)? \(Se...](#)
- [Los riesgos de las ETS y las relaciones sexuales orales. Hoja informativa de lo...](#)
- [Sexo oral y VIH \(aidsmap\) \(en inglés\)](#)
- [How to Have Oral Sex \(Be in the Know\) \(en inglés\)](#)
- [Preguntas frecuentes sobre el VIH: Transmisión y riesgo \(Fundación San Francisc...](#)
- [¿Qué tan riesgoso es? Los estudios arrojan luz sobre el riesgo y la prevención ...](#)
- [Sexo oral \(Terrence Higgins Trust, Reino Unido\) \(en inglés\)](#)
- [Prevenir la transmisión sexual del VIH \(HIV.gov\)Comportamientos de riesgo relac...](#)
- [Preguntas frecuentes: ¿Se puede adquirir el VIH a través del sexo oral? \(Depart...](#)
- [Prevención del VIH: Prácticas sexuales de bajo/ningún riesgo \(Federación Austra...](#)
- [¿Se puede contraer el VIH a través del sexo oral? \(healthline\) \(en inglés\) Guía...](#)



@ 2023 thewellproject. All rights reserved.