

Qué es el sexo seguro?

El concepto de sexo seguro se empezó a utilizar en los años 80 para hacer referencia al sexo con preservativo, pero los nuevos métodos preventivos para el [VIH](#) suponen un cambio en este concepto.

Durante la década de los años 80 la promoción del uso del preservativo fue tal que se acabó desarrollando el concepto de sexo seguro. Según su definición, el sexo seguro es la utilización del preservativo durante las relaciones sexuales con penetración tanto vaginal, anal u oral. No obstante, los preservativos no son el único modo de evitar la transmisión del [VIH](#) durante el sexo.

En los últimos años, la profilaxis preexposición (PrEP), la cual consiste en la toma de una pastilla diaria de antirretrovirales, se ha convertido en un nuevo método eficaz para evitar la transmisión del [VIH](#). Además, gracias a diversos estudios como el estudio PARTNER, se ha podido comprobar que el tratamiento [antirretroviral](#) sirve como un método preventivo eficaz para la transmisión del [VIH](#). Esto es debido a que en dicho estudio se demostró que, manteniendo una [carga viral](#) indetectable en sangre, el riesgo de transmisión del virus a una pareja sexual VIH-negativa es nulo.

De este modo, el tratamiento como prevención se une al uso del preservativo y de la PrEP como métodos para evitar eficientemente la transmisión del [VIH](#), pero estos no han sido introducidos por la sociedad dentro del concepto de sexo seguro. Es importante tener en cuenta estos otros métodos de prevención puesto que en general se suele tachar de 'irresponsables' a las personas que no usan de forma habitual el preservativo, pero si éstas implementan alguna de estas otras estrategias se puede considerar que el riesgo de transmisión del [VIH](#) es nulo y, por tanto, que practican sexo seguro para el [VIH](#).

Por tanto, en términos de la transmisión del [VIH](#), la implementación de los tres métodos preventivos descritos anteriormente o de otras prácticas como el 'serosorting' (tener sexo solamente con personas de tu mismo estado serológico), se podrían considerar como tener sexo seguro puesto que el riesgo de transmisión es nulo. De todas formas, en un contexto de infecciones de transmisión sexual (ITS) en general, solamente el preservativo se podría considerar como sexo seguro puesto que ninguno de los otros métodos ofrece protección frente a otras ITS, algunas de las cuales, se transmiten con mucha más facilidad que el [VIH](#), como por ejemplo el herpes o las verrugas genitales.