

MÓDULO 11

USUARIOS DE LA PrEP



HERRAMIENTA DE LA OMS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROFILAXIS PREVIA A LA INFECCIÓN POR EL VIH

JULIO DEL 2017



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

Versión oficial en español de la obra original en inglés

WHO Implementation tool for pre-exposure prophylaxis (PrEP) of HIV infection. Module 11: PrEP users

© World Health Organization 2017

WHO/HIV/2017.31

Herramienta de la OMS para la implementación de la profilaxis previa a la exposición al VIH. Módulo 11: Usuarios de la PrEP

OPS/CDE/19-006

© Organización Panamericana de la Salud 2019

Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia 3.0 OIG Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual de Creative Commons (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>).

Con arreglo a las condiciones de la licencia, se permite copiar, redistribuir y adaptar la obra para fines no comerciales, siempre que se cite correctamente, como se indica a continuación. En ningún uso que se haga de esta obra debe darse a entender que la Organización Panamericana de la Salud (OPS) refrenda una organización, productos o servicios específicos. No está permitido utilizar el logotipo de la OPS. En caso de adaptación, debe concederse a la obra resultante la misma licencia o una licencia equivalente de Creative Commons. Si se hace una adaptación de la obra, incluso traducciones, debe añadirse la siguiente nota de descargo junto con la forma de cita propuesta: "La presente adaptación no es obra de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). La OPS no se hace responsable del contenido ni de la exactitud de la adaptación. La edición original en inglés será el texto auténtico y vinculante".

Toda mediación relativa a las controversias que se deriven con respecto a la licencia se llevará a cabo de conformidad con las Reglas de Mediación de la Organización Mundial de la Propiedad Intelectual.

Forma de cita propuesta. Herramienta de la OMS para la implementación de la profilaxis previa a la exposición al VIH. Módulo 11: Usuarios de la PrEP. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2019 (OPS/CDE/19-005). Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Catalogación (CIP): Puede consultarse en <http://iris.paho.org>.

Ventas, derechos y licencias. Para comprar publicaciones de la OPS, véase www.publications.paho.org. Para presentar solicitudes de uso comercial y consultas sobre derechos y licencias, véase www.paho.org/permissions.

Materiales de terceros. Si se desea reutilizar material contenido en esta obra que sea propiedad de terceros, por ejemplo cuadros, figuras o imágenes, corresponde al usuario determinar si se necesita autorización para tal reutilización y obtener la autorización del titular del derecho de autor. Recae exclusivamente sobre el usuario el riesgo de que se deriven reclamaciones de la infracción de los derechos de uso de un elemento que sea propiedad de terceros.

Notas de descargo generales. Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites. Las líneas discontinuas en los mapas representan de manera aproximada fronteras respecto de las cuales puede que no haya pleno acuerdo.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la OPS los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan letra inicial mayúscula.

La OPS ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la OPS podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

Índice

INTRODUCCIÓN	2
PREGUNTAS QUE PLANTEAN LAS PERSONAS CUANDO CONSIDERAN LA POSIBILIDAD DE UTILIZAR LA PREP	4
¿Qué es la PrEP?	4
¿Qué tan bien funciona la PrEP?	4
¿Quién debería considerar utilizar la PrEP?	4
¿Quién no puede utilizar la PrEP?	5
¿Cuáles son diferentes maneras de permanecer libre del VIH?	5
¿Dónde puedo conseguir la PrEP?	5
¿Tengo que usar los preservativos cuando estoy tomando la PrEP?	6
PREGUNTAS QUE PLANTEAN LAS PERSONAS CUANDO UTILIZAN LA PREP	6
¿Cómo almaceno mis medicamentos de la PrEP?	6
¿Cuándo y cómo tomo la PrEP?	6
¿Cómo puedo acordarme de tomar la PrEP?	6
¿Y qué pasa si pierdo una dosis?	7
¿Y qué pasa si tengo los efectos secundarios?	7
¿Qué otro servicio puede estar a mi alcance cuando tomo la PrEP?	7
¿Y si quiero quedar embarazada mientras tomo la PrEP?	7
¿Puedo seguir tomando la PrEP durante el embarazo y la lactancia materna?	8
¿Qué puedo decir a los demás sobre el hecho de que yo tomo la PrEP?	8
¿Cuándo y cómo puedo interrumpir la PrEP?	8

Introducción

Tras la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de septiembre del 2015, según la cual la profilaxis oral previa a la exposición o preexposición (PrEP) se debe ofrecer como otra opción de prevención a las personas con un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH, como parte de las estrategias de prevención combinada, los asociados en los países manifestaron la necesidad de contar con orientación práctica sobre cómo considerar la introducción de la PrEP y comenzar su implementación. En respuesta, la OMS ha elaborado esta serie de módulos para brindar apoyo a la implementación de la PrEP en diferentes grupos poblacionales en distintos entornos.

Aunque cada vez se reconoce más el potencial de la PrEP como opción adicional para la prevención de la infección por el VIH, y pese a que los países están comenzando a considerar cuál sería la manera más efectiva de implementar la PrEP, la experiencia sobre la provisión de la PrEP fuera de los proyectos de investigación y estudios de demostración en países de ingresos bajos y medianos es limitada, lo que hace que todavía haya muchas dudas sobre cómo implementarla. Los módulos de esta herramienta aportan sugerencias iniciales para la introducción e implementación de la PrEP que se basan en la experiencia y la evidencia actualmente disponibles. Sin embargo, se reconoce que los datos científicos pueden evolucionar a medida que se amplíe el uso de la PrEP, por lo que probablemente sea necesario actualizar esta herramienta con regularidad.

La PrEP no debe sustituir ni competir con intervenciones para la prevención de la infección por el VIH que son efectivas y están bien establecidas como los programas integrales de provisión de preservativos para los trabajadores sexuales y los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres, así como los programas de reducción de daños para las personas que utilizan drogas inyectables. Muchas de las personas que pueden obtener el mayor beneficio de la PrEP pertenecen a grupos de población clave que es posible que tengan que enfrentar obstáculos legales y sociales para acceder a los servicios de salud. Esto debe tenerse en cuenta al desarrollar los servicios de PrEP. Aunque la orientación de la OMS sobre la PrEP se basa en un enfoque de salud pública, la decisión de usar la PrEP siempre debe tomarla el propio interesado.

Público destinatario y alcance de la herramienta

Esta herramienta para la implementación de la PrEP está constituida por módulos destinados a diversos interesados directos, cuyo propósito es apoyarlos en la consideración, planificación, introducción e implementación de la PrEP por vía oral. Estos módulos pueden usarse por separado o en combinación. Hay además un módulo dirigido a las personas interesadas en tomar la PrEP o que ya la están tomando. (Véase el resumen de los módulos, más adelante.)

Esta herramienta es producto de la colaboración entre muchos expertos, organizaciones y redes comunitarias, implementadores, investigadores y asociados de todas las regiones. La información que se presenta está en consonancia con las directrices unificadas de la OMS del 2016 sobre el uso de los antirretrovirales en el tratamiento y la prevención de la infección por el VIH.

Todos los módulos hacen referencia a la recomendación de la OMS del 2015 sobre la PrEP. No se formulan nuevas recomendaciones sobre la PrEP, sino que los módulos se centran en los enfoques propuestos para la implementación.

Principios rectores

Cuando se ofrezca la PrEP a personas con un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH, es importante adoptar un enfoque de salud pública basado en los derechos humanos y centrado en la persona. Como ocurre con otras intervenciones de prevención y tratamiento de la infección por el VIH, un enfoque basado en los derechos humanos da prioridad a cuestiones relativas a la cobertura universal de salud, la igualdad de género y los derechos relacionados con la salud, incluidas la accesibilidad, la disponibilidad, la aceptabilidad y la calidad de los servicios de PrEP.

RESUMEN DE LOS MÓDULOS



Módulo 1: Profesionales clínicos. Este módulo se dirige a los profesionales clínicos, como médicos, enfermeras y auxiliares clínicos. Aborda cuestiones generales acerca de la manera de proporcionar la PrEP de manera segura y efectiva, incluidas las siguientes: el tamizaje de las personas con riesgo significativo de contraer la infección por el VIH; la realización de las pruebas adecuadas antes de comenzar la PrEP y mientras la persona está tomando la PrEP; y la manera de hacer el seguimiento de quienes reciben la PrEP y ofrecerles asesoramiento en cuestiones como la adhesión al tratamiento.



Módulo 2: Educadores y defensores comunitarios. Para que los servicios de PrEP lleguen a los grupos poblacionales de manera efectiva y aceptable, se necesitan educadores y defensores comunitarios para aumentar la concientización acerca de la PrEP en sus comunidades. En este módulo se brinda información actualizada sobre la PrEP que debe considerarse al realizar actividades lideradas por la comunidad cuyo objetivo sea aumentar los conocimientos sobre la PrEP, promover la demanda de la PrEP y aumentar el acceso a la misma.



Módulo 3: Consejeros. Este módulo está dirigido al personal que brinda asesoramiento a las personas interesadas en tomar la PrEP o que comienzan a tomarla, y les brinda apoyo para abordar cuestiones como cómo hacer frente a los efectos secundarios y las estrategias de adhesión. Quienes brindan asesoramiento a los usuarios de la PrEP pueden ser consejeros profesionales, no profesionales o pares y trabajadores de salud, incluidos el personal de enfermería, los auxiliares clínicos y los médicos.



Módulo 4: Líderes. Este módulo tiene por objeto informar y actualizar a los líderes y a los encargados de tomar decisiones sobre la PrEP. Proporciona información sobre los beneficios y las limitaciones de la PrEP para que puedan considerar cómo pueden aplicar la PrEP de manera más efectiva en sus propios entornos. También presenta una serie de preguntas frecuentes acerca de la PrEP y las respuestas correspondientes.



Módulo 5: Seguimiento y evaluación. Este módulo está dirigido a los responsables del seguimiento de los programas de PrEP a nivel nacional y a nivel de los establecimientos. Proporciona información sobre cómo hacer el seguimiento de la seguridad y efectividad de la PrEP, y sugiere indicadores básicos y adicionales para la presentación de informes a nivel de cada establecimiento, y a nivel nacional y mundial.



Módulo 6: Farmacéuticos. Este módulo se dirige a los farmacéuticos y a quienes trabajan en farmacias bajo la supervisión de un farmacéutico. Proporciona información sobre los medicamentos que se utilizan en la PrEP, incluidas las condiciones de almacenamiento óptimas. También da sugerencias sobre la manera en que los farmacéuticos y el personal de farmacia pueden hacer el seguimiento de la adhesión a la PrEP y apoyar a los usuarios de la PrEP para que tomen su medicación con regularidad.



Módulo 7: Funcionarios de organismos regulatorios. Este módulo está dirigido a las autoridades nacionales encargadas de autorizar la fabricación, la importación, la comercialización y el control de los medicamentos antirretrovirales que se utilizan para prevenir la infección por el VIH. Proporciona información sobre la seguridad y la eficacia de los medicamentos empleados en la PrEP.



Módulo 8: Planificación en los establecimientos. Este módulo está destinado a las personas que participan en la organización de los servicios de PrEP en establecimientos específicos. Describe los pasos que se deben seguir al planificar un servicio de PrEP y da sugerencias respecto al personal, la infraestructura y los productos básicos que podrían considerarse cuando se implemente la PrEP.



Módulo 9: Planificación estratégica. La OMS recomienda ofrecer la PrEP a las personas con un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH, por lo que este módulo ofrece orientación de salud pública para los encargados de tomar decisiones sobre cómo priorizar los servicios, con el fin de llegar a quienes se pueden beneficiar más de la PrEP, y sobre los entornos donde los servicios de PrEP podrían ser más costo-efectivos.



Módulo 10: Prestadores de pruebas de laboratorio. Este módulo se dirige a los responsables de realizar las pruebas en los establecimientos que ofrecen la PrEP y laboratorios asociados. Brinda orientación sobre la elección de los servicios de pruebas pertinentes, incluido el tamizaje apropiado de las personas antes de comenzar la PrEP y el seguimiento mientras la reciben. Se aporta información sobre las pruebas de detección del VIH, la determinación de la creatinina, la detección de los virus de la hepatitis B y C, el embarazo y las infecciones de transmisión sexual.



Módulo 11: Usuarios de la PrEP. Este módulo proporciona información a las personas interesadas en tomar la PrEP para reducir su riesgo de contraer la infección por el VIH, y también a quienes ya la están tomando, a fin de brindarles en su decisión y en el uso de la PrEP. Este módulo proporciona algunas ideas a los países y las organizaciones que implementan la PrEP para ayudarles a desarrollar sus propias herramientas.

ANEXOS

Revisión de la evidencia. La recomendación de la OMS del 2015 sobre la PrEP para las personas en riesgo significativo de contraer la infección por el VIH se basó en una amplia evidencia, que comprende estas dos revisiones sistemáticas: 1) Fonner VA *et al.* *Oral tenofovir-based HIV pre-exposure prophylaxis (PrEP) for all populations: a systematic review and meta-analysis of effectiveness, safety, behavioral and reproductive health outcomes;* y 2) Koechlin FM *et al.* *Values and preferences on the use of oral pre-exposure prophylaxis (PrEP) for HIV prevention among multiple populations: a systematic review of the literature.*

Recursos de internet comentados. En esta lista se destacan algunos de los recursos en internet sobre la PrEP actualmente disponibles, junto con los grupos de interesados directos a los que se dirigen. La OMS seguirá actualizando esta lista con nuevos recursos.

Módulo para los usuarios de la PrEP

El presente módulo se dirige a las personas que están considerando la posibilidad de iniciar la PrEP o que ya la utilizan. Los países y los servicios de PrEP pueden adaptar su contenido con el fin de suministrar información acerca de la disponibilidad de la PrEP y de los servicios de PrEP que son más específicos a su entorno. Por ejemplo, se pueden agregar los enlaces de internet de los centros específicos a la sección denominada “¿Dónde puedo conseguir la PrEP?”, y los enlaces de los recursos locales comunitarios y de otro tipo se pueden agregar a la lista del anexo sobre los recursos de internet comentados.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que se ofrezca la PrEP a las personas que presentan un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH.

Recomendación de la OMS sobre la PrEP

La Organización Mundial de la Salud recomienda ofrecer la PrEP oral que contiene fumarato de disoproxilo de tenofovir (TDF) como una opción adicional de prevención para las personas con un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH, como parte de un enfoque de prevención combinada (*recomendación fuerte; evidencia de calidad alta*).

Preguntas que plantean las personas cuando están considerando la posibilidad de utilizar la PrEP

¿Qué es la PrEP?

La profilaxis previa a la exposición (PrEP) es cuando las personas toman medicamentos contra el VIH con el fin de disminuir la probabilidad de adquirir la infección mientras están en riesgo de contraer el virus. En la actualidad, la OMS recomienda la utilización de la PrEP tomada diariamente a los hombres y también a las mujeres que presentan un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH.

¿Qué tan bien funciona la PrEP?

- La PrEP no protege 100%, pero es muy eficaz y ofrece una gran protección contra el VIH. En algunos estudios recientes, se ha demostrado que la PrEP reduce en más de 90% el riesgo de contraer la infección por el VIH durante las relaciones sexuales cuando los medicamentos se toman de manera constante.
- La PrEP es más eficaz en las personas que toman los medicamentos con regularidad (o sea, quienes presentan una adhesión adecuada), que en las personas que a menudo no toman la dosis diaria.
- Se recomienda tomar la PrEP todos los días porque la utilización diaria de la PrEP es eficaz, segura y es el método más conveniente. La utilización diaria de la PrEP ofrece el nivel más alto de medicamentos en la sangre y los tejidos corporales y, por lo tanto, el más alto grado de protección. Si usted toma la PrEP todos los días, estará protegido incluso si no toma alguna dosis de vez en cuando.
- Se necesita un lapso hasta alcanzar las concentraciones protectoras del medicamento en la sangre y otros tejidos. Durante los primeros siete días después de haber comenzado la PrEP se deben tomar otras medidas de prevención de la infección por el VIH. Entre las maneras de disminuir el riesgo durante este período se cuentan: la adopción de prácticas sexuales menos riesgosas, como evitar el coito vaginal o anal, y el uso de preservativos. Se aconseja continuar la PrEP durante 28 días después de la última exposición posible al VIH.

¿Quién debe pensar en utilizar la PrEP?

La PrEP se recomienda para las personas que se encuentran en situaciones y en períodos de su vida en los cuales pueden tener un alto riesgo de adquirir la infección por el VIH. La PrEP ayuda a que usted pueda controlar el riesgo de contraer el VIH. **Si usted piensa que tiene un alto riesgo de contraer la infección por el VIH** y vive en un lugar o en una comunidad con alta prevalencia de infección por el VIH, existen muchas razones por las cuales debería pensar en la posibilidad de tomar la PrEP. Por ejemplo:

- Si no utiliza preservativos todo el tiempo con todas sus parejas sexuales.
- Si tiene o ha tenido relaciones sexuales con más de una pareja en un período de seis meses.
- Si tiene una pareja sexual que tiene otras parejas y que tal vez ha estado o está en alto riesgo de contraer la infección por el VIH.
- Si tiene relaciones sexuales sin protección con una persona que se inyecta drogas y comparte los materiales de inyección con otros.

- Si se inyecta drogas y comparte el material de inyección.
- Si tiene relaciones sexuales cuando consume alcohol o drogas de uso recreativo.
- Si le han dicho que tiene una infección de transmisión sexual como la gonorrea, la sífilis, el chancro blando o el herpes.
- Si tiene una pareja sexual a quien le han dicho recientemente que tiene una infección de transmisión sexual, incluida la infección por el VIH.
- Si tiene relaciones sexuales sin protección con alguien que es positivo frente al VIH y que no recibe tratamiento antirretroviral o que está en tratamiento pero no ha logrado suprimir la carga viral a niveles que no sean detectables.
- Si usted y su pareja sexual no hablan de sus inquietudes sobre el VIH o su pareja no sabe si es seropositiva frente al VIH.

La mayoría de estos riesgos serán mayores en los lugares donde la prevalencia de infección por el VIH es alta.

Además, los miembros de los siguientes grupos poblacionales quizás quieran saber mejor si la PrEP es una buena opción para ellos:

- los hombres y las personas transgénero que tienen relaciones sexuales con hombres;
- los trabajadores sexuales, sobre todo cuando no pueden utilizar preservativos en todas las relaciones sexuales;
- las personas con una pareja sexual que tiene la infección por el VIH (o sea, que forman parte de una pareja serodiscordante) y que no recibe el tratamiento antirretroviral o no ha alcanzado la supresión del virus;
- las personas, incluidas las adolescentes y las mujeres jóvenes, que viven en zonas con una alta incidencia de infección por el VIH; y
- las personas que usan drogas inyectables.

¿Quién no puede utilizar la PrEP?

- Las personas que ya tienen la infección por el VIH no deben tomar la PrEP. En cambio, se les debe ofrecer el tratamiento antirretroviral.
- Las personas con enfermedades renales no deben tomar la PrEP que contiene tenofovir.

¿Cuáles son las distintas maneras de permanecer libre del VIH?

Existen muchas maneras de permanecer libre de la infección por el VIH. Usted debe escoger la que más le convenga según sus propias necesidades y su situación personal. Puede combinar diferentes métodos para permanecer libre del VIH y puede cambiar las estrategias que utiliza con el transcurso del tiempo. A continuación se indican otras cosas que usted puede hacer para protegerse.

- **Los preservativos masculinos y femeninos (con lubricantes)** son eficaces cuando se emplean de manera constante, con todas las parejas sexuales. Los preservativos también protegen contra otras infecciones de transmisión sexual y evitan el embarazo.
- Si usted tiene una pareja que tiene la infección por el VIH, el **tratamiento** que siga esta persona con medicamentos antirretrovirales elimina casi por completo el riesgo de transmisión. Para que el tratamiento contra el VIH de su pareja lo proteja a usted de la infección, su pareja debe tener una prueba de la carga viral que muestre que el virus ha sido suprimido a niveles "no detectables". Si usted tiene alguna duda acerca del cumplimiento del esquema de tratamiento de la infección por el VIH por parte de su pareja o de su resultado de la prueba de carga viral, es mejor que se proteja por otros métodos.
- **La profilaxis postexposición (o PEP)** es un tratamiento antirretroviral que se puede tomar después que usted ha tenido una exposición a fluidos y secreciones corporales que contienen el VIH. Para que la PEP funcione bien, debe comenzarla cuanto antes, después de la exposición y a más tardar 72 horas después. La PEP debe continuarse durante 28 días después de la exposición.
- Estar en una relación sexual con **una sola pareja** puede ayudar a prevenir la infección por el VIH, cuando ambos miembros de la pareja se han realizado la prueba del VIH y se han revelado mutuamente su resultado, y han aceptado no tener ninguna otra pareja sexual. Esto se aplica cuando ambos miembros de la pareja son seronegativos frente al VIH o cuando uno es seronegativo y el otro es seropositivo, pero recibe tratamiento antirretroviral y ha logrado la supresión del virus. Estas relaciones son más seguras cuando usted y su pareja pueden hablar con frecuencia sobre sus acuerdos y sus expectativas. No es recomendable suponer sencillamente, sin haberlo conversado, que su pareja no tiene relaciones sexuales con nadie más.
- Si usted usa drogas inyectables, se recomienda que utilice **materiales de inyección nuevos o estériles**, siempre que sea posible. Esto prevendrá la transmisión del VIH y también de otras infecciones transmitidas por la sangre como la hepatitis B y C.

¿Dónde puedo conseguir la PrEP?

- La PrEP es relativamente nueva. Aunque cada vez se ofrece en un mayor número de consultorios, puede ser difícil encontrar uno que la suministre en su zona y en algunos países la PrEP no está disponible en la actualidad.
- Pregunte en un centro de salud local. Si ellos no saben acerca de la PrEP, usted puede mostrarles esta publicación. También puede pedirles que lo ayuden a averiguar dónde puede conseguirla.
- Pregunte a sus amigos acerca de la PrEP y si saben dónde se consigue.

¿Tengo que usar preservativos cuando estoy tomando la PrEP?

- La eficacia de la PrEP no exige el uso de preservativos. Sin embargo, los preservativos ofrecen una protección suplementaria contra el VIH y lo protegen de otras infecciones de transmisión sexual y de los embarazos no planificados:
 - La PrEP no previene las infecciones de transmisión sexual como la sífilis, la gonorrea, la clamidia y la hepatitis. Los preservativos, no obstante, sí protegen contra estas otras infecciones y también contra el VIH, por eso protegen su salud sexual en general.
 - La PrEP no evita el embarazo. Cuando se emplean de manera constante, los preservativos evitan el embarazo. Existen muchas otras maneras de evitar el embarazo, incluidas las pastillas anticonceptivas orales y las hormonas inyectables, los implantes, los dispositivos intrauterinos y los diafragmas. La PrEP no interfiere con ningún método anticonceptivo.

Preguntas que plantean las personas cuando utilizan la PrEP

¿Cómo guardo mis medicamentos de la PrEP?

- Cada envase contiene en general 30 pastillas (30 días de PrEP). Guárdelo a temperatura ambiente (no en un refrigerador ni en un lugar caliente como un automóvil).
- Mantenga las pastillas en el envase con el desecante (la bolsa pequeña o cápsula plástica redonda que viene con el frasco para mantener el medicamento seco). Si usted lo desea, puede extraer las pastillas del frasco y colocarlas en un pastillero de siete días, ya que este es un período corto.

¿Cuándo y cómo tomo la PrEP?

- La OMS recomienda que usted tome la PrEP una vez al día, todos los días. El uso diario es seguro y conveniente, y ofrece la mejor protección contra el VIH.
- La PrEP puede tomarse en cualquier momento del día, incluso en momentos distintos en días diferentes.
- Es útil que asocie la toma de la PrEP con algo que usted hace todos los días.
- La PrEP se puede tomar con o sin alimentos.
- La PrEP se puede tomar cuando se consumen bebidas alcohólicas o drogas de uso recreativo.
- La PrEP se puede usar cuando usted está tomando anticonceptivos hormonales, hormonas sexuales o medicamentos de venta sin receta.
- Se necesita un lapso de alrededor de siete días de estar tomando la PrEP diariamente antes de que haya un nivel suficiente de medicamentos en el cuerpo que lo protejan contra el VIH.
- Antes de que usted comience la PrEP se le hará una prueba a fin de estar seguros de que no ha contraído el VIH. Si la prueba demuestra que tiene la infección por el VIH, se le pondrá en contacto con los servicios de tratamiento de la infección por el VIH.
- Mientras usted toma la PrEP tendrá que repetir la prueba del VIH cada tres meses para tener la seguridad de que permanece libre de esta infección.
- El riesgo de contraer la infección por el VIH no es constante. Este riesgo puede variar con el transcurso del tiempo, cuando cambian las circunstancias la vida de la persona. Por ejemplo, la ruptura de una relación estable puede iniciar un período de mayor riesgo. Estos períodos se suelen llamar "temporadas de riesgo". Usted puede decidir dejar de utilizar la PrEP en ciertos momentos y comenzarla de nuevo si su situación se modifica.

¿Cómo puedo acordarme de tomar la PrEP?

- Muchas personas encuentran útil tomar su pastilla junto con otra cosa que hacen todos los días (por ejemplo, durante el desayuno o al cepillarse los dientes, o cuando mira un programa diario de televisión).
- También pueden ayudar los recordatorios, por ejemplo, las alarmas del teléfono móvil o poner el frasco en alguna parte que usted mira todos los días.
- El apoyo de alguien como su pareja, un familiar o un amigo en quien usted confía puede ayudarle a tomar la PrEP con regularidad.
- Cuando se altera la rutina (por ejemplo, cuando permanece fuera una noche hasta el día siguiente, en vacaciones o cuando no realiza alguna comida), piense en llevar con usted pastillas de reserva.
- Quedarse sin pastillas es una causa frecuente de omisión de dosis. Es una buena idea planificar con anticipación la cita para retirar sus medicamentos. Cuando usted espera hasta el último minuto para pedir la cita, es posible que no puedan recibirlo en el consultorio antes de que se le agoten las pastillas.

¿Y qué pasa si me olvido de tomar una dosis?

- Las personas a veces olvidan u omiten dosis. Si usted se olvida de una dosis, puede tomarla cuando lo recuerde. Por ejemplo:
 - Si usted toma en general la PrEP la mañana, pero un día se da cuenta a las 10 de la noche que lo ha olvidado, está bien si se toma una pastilla y sigue luego su calendario corriente en la mañana al día siguiente.
- Es seguro tomar en ocasiones dos comprimidos en un día. Si usted no está seguro de haber tomado el comprimido de la PrEP hoy, tome otro.
- Cuando en general usted toma la PrEP cada día, tendrá un alto grado de protección, incluso si ocasionalmente no toma una dosis. Si en general no está tomando más de una dosis por semana, debe considerar opciones que lo ayuden a tomar la PrEP todos los días.

¿Y qué pasa si tengo efectos secundarios?

- Algunas personas presentan efectos secundarios cuando comienzan la PrEP, como distensión abdominal, heces más blandas o más frecuentes, o náuseas.
- Estos síntomas suelen ser leves y desaparecen en las primeras semanas.
- Las estrategias que algunas personas encuentran útiles a fin de disminuir los síntomas estomacales son:
 - tomar la pastilla con los alimentos
 - tomar la pastilla en la noche antes de acostarse.
- En unas pocas personas, la PrEP afecta el funcionamiento de los riñones. Antes de comenzar la PrEP se le hará una prueba sanguínea a fin de evaluar la función renal. Cuando la prueba muestra un problema, se le podría pedir repetir la prueba. Si la prueba sigue mostrando un problema, se le remitirá a un servicio donde practiquen pruebas complementarias. Una vez que usted comienza la PrEP, en el consultorio donde la recibe le propondrán análisis de sangre con el fin de supervisar su función renal. Cuando el análisis de sangre muestra un problema, es posible que le pidan que deje de tomar la PrEP durante algún tiempo. En general, la función renal se normaliza rápidamente y luego usted puede reanudar la PrEP.
- La PrEP puede tener un leve efecto sobre la densidad mineral ósea (qué tan sólidos son los huesos). El cambio se produce durante los primeros meses de utilización de la PrEP y no continúa después. Los usuarios de la PrEP no presentan más fracturas óseas que lo habitual. Cuando usted deja de tomar la PrEP la densidad mineral ósea suele regresar pronto a la normal.

¿Qué otro servicio puede estar a mi alcance cuando tomo la PrEP?

- La anticoncepción a fin de evitar un embarazo no deseado.
- El tamizaje y el tratamiento de las infecciones de transmisión sexual.
- La prueba de la hepatitis B y la vacuna contra la hepatitis B.
- Los preservativos femeninos y masculinos y los lubricantes.
- El asesoramiento con el fin de ayudarlo a tomar la PrEP con regularidad y ayudarle con otros temas, por ejemplo, los problemas en las relaciones personales.
- Los servicios de reducción de daños y tratamiento de la drogadicción para las personas que utilizan drogas.

También puede haber otros servicios, por ejemplo:

- Grupos de apoyo: Algunos servicios de PrEP tienen grupos de apoyo para las personas que reciben la PrEP o un programa de apoyo entre pares (o "acompañante").
- Apoyo especial a las personas que afrontan la violencia de pareja o dificultades legales, o que desean ayuda con respecto al consumo de alcohol o de drogas.

¿Y si quiero quedar embarazada mientras tomo la PrEP?

- Usted o su pareja pueden desear un embarazo. Si es así, avise al personal médico o de enfermería que lo atiende.
- Existen dos métodos principales para tener un bebé sin riesgo con una pareja que tiene la infección por el VIH (o cuando usted la tiene). Consisten en lo siguiente:
 - Tratamiento antirretroviral de la pareja que tiene el VIH y confirmación de que la carga viral es indetectable.
 - Tomar la PrEP es una manera de concebir un niño sin riesgo con una pareja que tiene la infección por el VIH y que no ha logrado suprimir la carga viral con el tratamiento antirretroviral o con una pareja que no se ha hecho la prueba para detectar el VIH.
- Ambas maneras de tener un bebé con una pareja que tiene el VIH son eficaces y se pueden utilizar juntas. Es necesario que ambos miembros de la pareja reciban medicamentos; el que no está infectado debe tomar la PrEP y el miembro de la pareja que tiene la infección por VIH debe tomar el tratamiento antirretroviral.

¿Puedo seguir tomando la PrEP durante el embarazo y la lactancia materna?

En los lugares con alta incidencia de infección por el VIH, esta infección también puede ocurrir en tasas altas durante el embarazo y la lactancia materna. El riesgo de transmitir el virus al bebé es mayor cuando la madre contrae la infección durante el embarazo. Los datos existentes sobre la seguridad respaldan la utilización de la PrEP en las mujeres durante el embarazo y la lactancia que presentan un riesgo significativo permanente de contraer la infección por el VIH.

- Si usted está tomando la PrEP y se da cuenta que está embarazada, puede continuar con la PrEP, si así lo desea, si sigue existiendo el riesgo de contraer la infección por el VIH.
- Usted también puede examinar la posibilidad de continuar la PrEP al amamantar.

¿Qué puedo decir a los demás sobre el hecho de que tomo la PrEP?

- Con frecuencia las personas encuentran útil decir a una pareja, un amigo o un familiar que están tomando la PrEP, a fin de que las personas puedan ayudarlas con su utilización.
- Al mismo tiempo, usted no debe sentirse presionado a decirle a alguien que toma la PrEP. Si decide no decirle a nadie, sin embargo, es posible que sea más difícil acordarse de tomar la pastilla todos los días. Además, también puede ser útil pensar lo que dirá si alguien encuentra su frasco de pastillas de la PrEP.
- Muchas personas se sienten muy positivas acerca del uso de la PrEP porque es una manera responsable de cuidarse a uno mismo, a su pareja y a su comunidad.
- Algunas personas todavía no saben acerca de la PrEP y es posible que no comprendan por qué usted la utiliza. Ellos pueden hacerle muchas preguntas. Usted puede decirles que la Organización Mundial de la Salud recomienda la PrEP y que muchos gobiernos nacionales y servicios en su comunidad suministran la PrEP. (Véase en los anexos la lista de las fuentes de información útiles acerca de la PrEP.)

¿Cuándo y cómo puedo interrumpir la PrEP?

- La vida sexual de las personas y su consumo de drogas se modifica con el transcurso del tiempo, debido a los cambios en sus relaciones, sus condiciones de vida, el consumo de sustancias, la ocupación y otros factores. Comenzar la PrEP no significa que usted la tomará durante el resto de su vida.
- Usted puede interrumpir la PrEP cuando ya no se encuentra en un riesgo significativo de contraer el VIH. Esto podría ser porque ya no tiene relaciones sexuales o ha dejado de consumir drogas o porque ahora utiliza de manera constante otros métodos para protegerse.
- Después de la última exposición posible al VIH usted debería continuar tomando la PrEP, en condiciones ideales, durante 28 días más.
- Cuando usted decide interrumpir la PrEP, sírvase comunicarlo al personal médico o de enfermería que lo atiende.
- Antes de reiniciar la PrEP consulte a su prestador de atención de salud y realice una prueba del VIH. Usted podría haber contraído el VIH durante el período en el que no estaba protegido por la PrEP.



Para mayor información, contacte:

Organización Mundial de la Salud
Departamento de VIH/SIDA
20, avenue Appia
1211 Ginebra 27
Suiza

Correo electrónico: hiv-aids@who.int
www.who.int/hiv