

EDICIÓN
2021

PREP

Instrucciones de uso



Breve guía
para (futuros) usuarios
y usuarias de la PrEP

Fecha: Mayo de 2021

Director de publicación: Aurélien Beaucamp

Coordinación: Étienne Fouquay

Coordinación técnica: Pauline Féron

Redacción: Étienne Fouquay, Thibault Frayer, Tim Madesclaire,
Pierre-Emmanuel Mimaud, Stéphane Morel

Corrección y agradecimientos: Franck Barbier, Esther Bumputu,
Vincent Coquelin, Cédric Daniel, Marc Dixneuf,

Pr Olivier Épaulard, Dr Guillaume Gras, Caroline Izambert,

Vincent Lederq, Coline Mey, Pr Jean-Michel Molina,

Pr Gilles Pialoux, Pr Pascal Pugliese, Daniela Rojas Castro,

Dylan Schutt, Bruno Spire, Dr Jeremy Zeggagh

Traducción: Patricia Lluberas

Diseño gráfico e ilustraciones: Maya Lambert

Impresión: Handiprint

Distribución: AIDES y Enipse

GLOSARIO

AME: *Aide médicale d'État* (ayuda médica estatal en Francia)

Cegidd: Centro gratuito de información, detección y diagnóstico del VIH, las hepatitis víricas y las infecciones de transmisión sexual. Estos centros están presentes en todas las regiones (o departamentos) del territorio francés.

C2S: *Complémentaire santé solidaire* (cobertura sanitaria complementaria, desde 2019 reemplazada por la cobertura sanitaria universal complementaria (CMU-C))

CPEF: *Centre de planification et d'éducation familiale* (o centro de planificación y de educación familiar en Francia)

HSH: Hombres que tienen sexo con hombres

HAS: *Haute autorité de santé* (o Alta autoridad sanitaria francesa)

VPH: Virus del papiloma humano

ETS: Enfermedad(es) de transmisión sexual

OMS: Organización Mundial de la Salud

PASS: *Permanences d'accès aux soins de santé* o centros de acceso a la atención sanitaria en Francia

PrEP: Profilaxis previa a la exposición

Tasp: Tratamiento como prevención (Treatment as prevention, TasP) (véase la página 5)

TPE: Tratamiento posterior a la exposición

VIH: Virus de la inmunodeficiencia humana



PREP ÍNDICE

2

GLOSARIO

4

INTRODUCCIÓN

5

¿QUÉ ES
LA PREP?

9

¿PARA QUIÉN ES
LA PREP?

10

¿CÓMO ACCEDER
A LA PREP?

12

¿EN QUÉ CONSISTE EL
SEGUIMIENTO DE LA PREP?

16

¿CÓMO TOMAR
LA PREP?

25

RECURSOS
ÚTILES

INTRODUCCION

Las prácticas de los profesionales sanitarios que trabajan en el ámbito de la PrEP han evolucionado considerablemente en los últimos años. Sin embargo, las últimas recomendaciones de la Haute autorité de santé (HAS o Alta autoridad sanitaria francesa) respecto a la PrEP datan de 2019, por lo que esta guía ha decidido basarse en los trabajos de un grupo de expertos en PrEP realizados a principios de 2021, amparados por la Sociedad Francesa de Lucha contra el SIDA (SFLS) y la Sociedad de Patología Infecciosa de Lengua Francesa (SPILF) y dirigidos por el profesor Molina. Este grupo recomienda una serie de prácticas que se centran específicamente en ampliar las indicaciones de la PrEP (*página 9*) y en simplificar la etapa inicial del tratamiento (*página 10*) y el seguimiento posterior (*página 12*). Asimismo, la presentación de los patrones de ingesta del fármaco se ha modificado completamente para adaptarse a la realidad actual de los usuarios (*página 17*).



¿QUÉ ES LA PREP?

La PrEP es una estrategia innovadora de prevención del VIH. Es el acrónimo del término inglés *pre-exposure prophylaxis* (profilaxis previa a la exposición).

Profilaxis = evitar la infección.

Prevía a la exposición = comenzar con el tratamiento antes (y seguir con él después) del posible contacto con el VIH.



La PrEP está indicada para personas que no tienen el VIH y consiste en tomar un medicamento para evitar el contagio. Este principio de prevención con

medicamentos no es exclusivo del VIH: algunos medicamentos ayudan a evitar el contagio de la malaria durante los viajes, otros reducen el riesgo de enfermedades cardiovasculares, etc.

La PrEP debe estar prescrita por un médico y requiere un seguimiento posterior (véanse las secciones «¿Cómo acceder a la PrEP?» y «¿En qué consiste el seguimiento de la PrEP?»).

PREP ≠ TPE

La PrEP no debe confundirse con el tratamiento posterior a la exposición (TPE), también conocido como «tratamiento de emergencia», que debe tomarse como muy tarde 48 horas después de producirse el riesgo de transmisión y, posteriormente, todos los días si no se ha tomado la PrEP correctamente (véase la sección «¿Cómo tomar la PrEP?»).

PREP ≠ TASP

Tampoco hay que confundir la PrEP con el efecto preventivo de los tratamientos que se administran a las personas que conviven con el VIH, conocido como Tasp (*Treatment as Prevention*, o tratamiento como prevención): con este tratamiento, la cantidad de virus en el cuerpo llega a ser extremadamente baja, algo que se conoce como «carga vírica indetectable». Cuando la carga vírica es indetectable durante al menos seis meses y la persona seropositiva sigue tomando su tratamiento correctamente, los estudios han demostrado que el VIH ya no puede transmitirse a sus parejas sexuales, incluso durante las relaciones sexuales sin preservativo.

¿QUÉ MEDICAMENTO HAY PARA LA PREP?

Actualmente, el único medicamento autorizado en Francia para la PrEP es un comprimido que combina dos antirretrovíricos contra el VIH: emtricitabina y tenofovir disoproxilo. Este fármaco se comercializó inicialmente con el nombre de Truvada®. En la actualidad está disponible en versiones genéricas, fabricadas por varios laboratorios. Se están probando nuevas moléculas y nuevos modos de administración (inyección intramuscular, implante subcutáneo).

¡UNA ESTRATEGIA MUY EFICAZ Y RECOMENDABLE!

Varios estudios han demostrado la eficacia de la PrEP. Iprex (Estados Unidos), Partners PrEP (Kenia, Uganda), Proud (Reino Unido), ANRS-Ipergay (Francia, Canadá). Estas investigaciones se han llevado a cabo principalmente entre hombres que tienen relaciones sexuales con hombres (HSH), pero en algunos casos también han participado personas trans y personas que solo mantienen relaciones sexuales heterosexuales. **Todos estos ensayos demuestran que cuando el medicamento se toma correctamente según el régimen indicado, el riesgo de contagio es mínimo.**

Gracias a los excelentes resultados de estos estudios, la PrEP ahora está recomendada por muchos organismos nacionales e internacionales: la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Sociedad Clínica Europea del Sida (EACS), Consejo Nacional del Sida y las Hepatitis Viricas (CNS) francés, el grupo francés de expertos contra el VIH, la *Haute autorité de santé* (HAS o Alta autoridad sanitaria francesa), etc.

IMPACTO MUNDIAL

La PrEP ha contribuido a un descenso sin precedentes de los contagios en varias partes del mundo donde se ha distribuido:

- en San Francisco, el número de nuevos casos de VIH se redujo en un 49 % entre 2012 (año en el que se autorizó la PrEP en Estados Unidos) y 2016;
- en el Reino Unido, el número de nuevos casos de VIH se redujo en un 18 % entre 2015 y 2016. Este descenso es aún más pronunciado entre los HSH de Londres (-29 %);
- en París, el número de nuevos casos de VIH se redujo en un 16 % entre 2015 y 2018. También en este caso, el descenso es aún más elevado en HSH (-22 %), en particular entre los nacidos en Francia (-29 %).

MI PAREJA ASEGURA QUE ESTÁ TOMANDO LA PREP

Confiar en lo que otras personas nos dicen para prevenir un contagio no es una estrategia muy eficaz. Si su pareja le dice que está tomando la PrEP, no hay forma de saber si está diciendo la verdad. La mejor manera de protegerse es tomar la PrEP uno-a mismo-a.

De entre varios centenares de miles de usuarios en todo el mundo, solo se han observado y documentado unos pocos casos de contagio habiendo tomado PrEP.



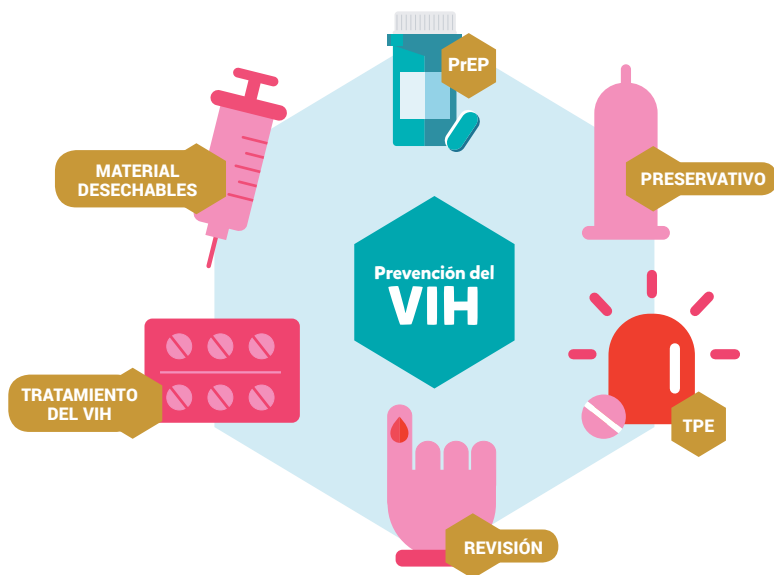
LA PREP SOLO PROTEGE FRENTE AL VIH

Ni la PrEP ni la TPE protegen frente a otras enfermedades de transmisión sexual (ETS), como gonorrea, condilomas (relacionados con el virus del papiloma), clamidia, hepatitis A/B/C, sífilis, etc. Tampoco evita los embarazos no deseados. Por ese motivo, la PrEP debe combinarse con un seguimiento reforzado e individualizado de la salud sexual: vacunas, pruebas de ETS regulares y tratamiento si se diagnosticaran, pruebas de embarazo, métodos anticonceptivos (véase el apartado «¿En qué consiste el seguimiento de la PrEP?»).

¡PREVENCIÓN DEL VIH COMBINADA!

La PrEP se suma a una serie de métodos de prevención contra el VIH que pueden utilizarse solos o combinados, más conocidos como prevención integral:

- **uso de preservativos internos, externos y gel lubricante;**
- **prueba del VIH de forma periódica (pruebas convencionales, pruebas rápidas o TROD, autopruebas);**
- **uso del TPE en caso de urgencia;**
- **uso del tratamiento del VIH como herramienta de prevención** con pareja seropositiva: carga vírica indetectable durante al menos seis meses = no se han registrado casos de transmisión a la pareja seronegativa;
- **uso de material desechable para el consumo de drogas** (inyección, esnifado, chemsex, slam, etc.)



Al igual que ocurre con el uso de preservativos u otros métodos, la decisión de utilizar la PrEP es muy personal. Lo importante es encontrar el método de prevención que mejor le funcione y que le ayude a disfrutar de su vida sexual plenamente.

EFFECTOS ADVERSOS

El uso de emtricitabina/tenofovir disoproxilo para reducir el riesgo de infección por VIH se tolera muy bien, si bien puede tener efectos secundarios, como sucede con la mayoría de los medicamentos.

Solo 1 de cada 10 personas informa haber experimentado náuseas leves, diarrea o dolor de cabeza durante las primeras semanas de tratamiento. Los efectos secundarios más graves —relacionados con problemas renales— son muy raros. Si se producen, desaparecen en cuanto se interrumpe el tratamiento. Por este motivo, la función renal se controla durante el seguimiento médico de la PrEP.

INTERACCIONES

No se recomienda el uso regular de medicamentos tóxicos para el riñón, como los antiinflamatorios orales no esteroideos (ibuprofeno, Voltarene®, Indocid®, etc.) mientras se toma la PrEP.

También deben evitarse productos como el psilio, el carbón activo o las vendas gástricas dos horas antes y dos horas después de tomar la PrEP, ya que pueden impedir la correcta absorción del medicamento.



En cambio, la emtricitabina/tenofovir disoproxilo no tiene interacciones conocidas con el alcohol o las drogas recreativas, ni con los tratamientos anticonceptivos o antidepresivos. Tampoco se han observado efectos en la libido y la actividad sexual.

Si tiene dudas, hable con un profesional sanitario, como un farmacéutico o un médico. También puede utilizar la sección de interacciones de *Actions traitements*, disponible en la [aplicación gratuita AT MedInfo](#).

¿PARA QUIÉN ES LA PREP?

En Francia, se recomienda la PrEP a todos los adultos y adolescentes mayores de 15 años con un grado de exposición elevado al VIH. Esta alta exposición puede deberse a varias razones.

Pertenencia a una o más de las siguientes poblaciones:

- hombres que tienen relaciones sexuales con hombres (tanto si se definen como homosexuales, bisexuales o heterosexuales);
- personas trans que tienen sexo con hombres;
- personas de regiones con epidemias de VIH muy elevadas (especialmente África subsahariana, el Caribe y Sudamérica);
- trabajadores-as sexuales;
- usuarios de drogas inyectables (como complemento de otros métodos para la reducción de riesgos);
- cualquier persona cuyas parejas sexuales pertenezcan a estas poblaciones.

En casos particulares:

- no usar preservativos;
- número elevado de parejas;
- pareja-s de las que se desconoce si tienen el VIH o con posible riesgo de contraerlo;
- pareja con VIH y una carga vírica no controlada o desconocida;
- reticencia de la pareja al uso del preservativo;
- víctima de violencia sexual;
- enfermedades de transmisión sexual (ETS) o uso del tratamiento de urgencia (TPE) en los últimos 12 meses.

En general, cualquier persona que crea que tiene un riesgo de infección por VIH puede solicitar la PrEP a un profesional sanitario.

Si el médico se niega a recetar la PrEP, siempre puede pedir una segunda opinión a otro profesional sanitario y ponerse en contacto con nosotros en la siguiente dirección: prep@aides.org.

¿CÓMO ACCEDER A LA PREP?

La preparación debe ser recetada por un médico. Este puede ser su médico o ginecólogo. Si lo prefiere, también puede programar una cita para una consulta con un especialista de preparación en el hospital, en un centro de detección (Cegidd) o en un centro de salud sexual: estos lugares se enumeran en prep-info.fr/carte-des-consultations y sida-info-service.org/annuaire.

1 / PRIMERA CONSULTA: INICIACIÓN

En la primera cita, el médico sopesará con usted la oportunidad y la posibilidad de tomar la PrEP. Lo más importante es asegurarse de que no está infectado por el VIH y que no padece ninguna insuficiencia renal. Para ello, y con el fin de comenzar a tomar la PrEP lo antes posible, lo ideal es hacerse una analítica de sangre en los 7 días previos a la consulta. De no ser posible, podrá hacérsela el mismo día de la primera consulta y comenzar a tomar la PrEP una vez que el médico haya revisado los resultados.

2 / OBTENCIÓN DE LA PREP

Basta con que acuda a cualquier farmacia de su ciudad o de un hospital con la receta. En caso de que la farmacia no tenga el medicamento disponible, encárguelo para ese mismo día o el siguiente.

Con la comercialización de los genéricos, se han notificado errores de dispensación. Le aconsejamos que preste atención al medicamento que se le entrega y que compruebe que en él se mencionan estas dos moléculas: emtricitabina y tenofovir disoproxil.

En caso de que la farmacia a la que ha acudido no conozca la PrEP, méncíóneles la guía de la PrEP para farmacéuticos publicada por AIDES y la *Ordre national des pharmaciens* (colegio oficial de farmacéuticos en Francia), disponible en el sitio web cespharm.fr or en prep-info.fr.

3 / SEGUNDA CONSULTA: SEGUIMIENTO

La segunda consulta tendrá lugar un mes después y es muy importante, pues permite al médico dar con cualquier infección por VIH que no se haya podido detectar en la primera cita, asegurarse de que tolera bien la medicación y valorar los posibles problemas del tratamiento.

Tras esa consulta puede que se le prescriba PrEP para 3 meses, con el consiguiente seguimiento trimestral (véase la página 12).

4 / ACEPTACIÓN/REEMBOLSO

El coste de los medicamentos genéricos está cubierto en su totalidad por la Seguridad Social, por lo que la farmacia no podrá exigirle ningún pago anticipado. En cambio, las consultas médicas y las exploraciones y analíticas sí comportan un coste, pero lo normal es que su mutua/seguro de salud se hagan cargo o que estén cubiertas por el *Complémentaire santé solidaire* (C2S, o cobertura sanitaria complementaria). Por eso, es muy importante que lleve su *carte vitale* y la tarjeta de la mutua o bien que pueda demostrar su derecho a ser beneficiario de la Seguridad Social siempre que acuda a una cita médica.

- Las personas extranjeras en situación irregular con residencia fija en Francia —es decir, que residan de forma ininterrumpida en el territorio nacional durante más de tres meses— pueden recurrir a la asistencia médica en los centros del estado (*Aide médicale d'État* o AME), que cubre la PrEP.
- Si no es beneficiario-a de la Seguridad Social, le aconsejamos que se ponga en contacto con los servicios sociales de su Cegidd (centro de información, detección y diagnóstico gratuito) más cercano, del hospital, del ayuntamiento o de un centro de acceso a la atención sanitaria (*Permanences d'accès aux soins de santé* o PASS). Un-a trabajador-a social le asesorará sobre la atención sanitaria a la que tiene derecho.
- Si tiene dificultades para afrontar los gastos, no dispone de una mutua o no es beneficiario de la Seguridad Social, acuda primero a los Cegidd, que podrán hacerse cargo el en su nombre y entregarle el medicamento de forma gratuita.



Si tiene algún problema para acceder a la PrEP, póngase en contacto con nosotros en prep@aid.es.

Acceso de menores a la PrEP

Los adolescentes mayores de 15 años ahora tienen derecho a la prescripción de la PrEP, pero podrían plantearse problemas de confidencialidad si las prestaciones sociales de estos menores aparecen en las declaraciones de la seguridad social de sus padres o tutores. Aunque no se especifique el nombre del medicamento o la naturaleza de las exploraciones biológicas, sí se mencionará la naturaleza de la prescripción y las citas, así como su cuantía. Por lo tanto, recomendamos a los menores que deseen mantener la confidencialidad de su tratamiento con la PrEP que acudan a los cegidds, donde podrán recibir atención gratuita y anónima.

¿EN QUE CONSISTE EL SEGUIMIENTO DE LA PREP?

Tomar la PrEP también implica someterse a un plan de seguimiento de salud sexual que consta de varios puntos:

1 / UN SEGUIMIENTO TRIMESTRAL

La prescripción de la PrEP debe ir acompañada de un seguimiento clínico y biológico regular. Este control permite comprobar la ausencia de:

- infección por el VIH;
- otras enfermedades de transmisión sexual (ETS) (véase la página 13);
- embarazo (véase la página 13);
- efectos indeseados renales.

Durante esta cita también podrá renovar la receta de la PrEP.

Con independencia de dónde tuviera lugar la consulta inicial, si lo desea el seguimiento y la renovación de la prescripción de PrEP podrán estar a cargo de su médico habitual o de cualquier otro médico de cabecera, a veces con posibilidad de teleconsulta.



Si toma la PrEP, es preferible (aunque no obligatorio) que informe a su médico habitual, especialmente para evitar cualquier incompatibilidad con otros tratamientos. Si tiene alguna duda sobre las posibles interacciones, hable con el médico que le ha prescrito el tratamiento o con un farmacéutico. También puede consultar los recursos mencionados en la página 25.

Se ha creado una plataforma electrónica de aprendizaje para orientar a los médicos de cabecera respecto a los pacientes que toman la PrEP. Su diseño es obra de todas las partes implicadas. Si lo considera necesario, comparta la dirección con su médico habitual: formaprep.org.

2 / ETS

Tanto si toma la PrEP como si no, el hecho de tener una vida sexual activa significa estar expuesto al riesgo de contraer una o más ETS. Estas ETS pueden ser víricas (hepatitis, herpes, virus del papiloma) o bacterianas (gonococo, clamidia, sífilis, etc.)

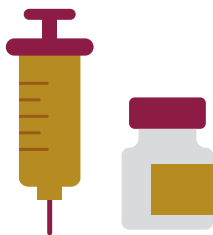
Por eso, además de los análisis de sangre, es recomendable que la revisión trimestral que incluya posibles clamidias y gonococos en las tres «zonas» de riesgo: la genital (vagina/pene), la rectal (ano) y la faríngea (garganta). De hecho, no es raro que estas infecciones sean silenciosas («asintomáticas»), por lo que estas revisiones pueden ayudar a detectarlas y tratarlas adecuadamente.

En prep-info.fr se puede encontrar una guía detallada sobre estas infecciones.

Si le han diagnosticado una o más ETS, también es importante que se lo comunique a sus parejas sexuales siempre que sea posible para que estas puedan hacerse las pruebas y recibir el tratamiento adecuado. Así, se romperá la cadena transmisión.

En prep-info.fr se puede encontrar un folleto que explica cómo comunicar este tipo de noticias.

Vacunas



Se pueden ofrecer varias vacunas como parte del seguimiento de la salud sexual. Algunas son especialmente recomendables: hepatitis A, hepatitis B, VPH (virus del papiloma humano), etc.

3 / LA PREP Y LA SALUD REPRODUCTIVA

MATERNIDAD

Tanto si tiene pensado tener un hijo como si está embarazada o acaba de dar a luz, le recomendamos que hable con el médico que le prescribe la PrEP. Si no se dispone de otros medios de prevención, se puede prescribir la PrEP durante el embarazo a las mujeres con alto riesgo de contraer el VIH.

ASPECTO ANTICONCEPTIVO

Es importante recordar que la PrEP no es un método anticonceptivo. Para evitar un embarazo no deseado, es importante que la PrEP vaya acompañada de un método anticonceptivo adaptado a la vida, la historia médica y el estilo de vida de cada paciente.

La PrEP no interactúa con ningún método anticonceptivo.

Los médicos de cabecera, los ginecólogos y las matronas también pueden informarle sobre todas estas cuestiones, ayudarle a elegir el anticonceptivo más adecuado y recetárselo. También puede dirigirse a un centro de planificación y educación familiar (*Centre de planification et d'éducation familiale* o CPEF) cercano o directamente a una farmacia si necesita un anticonceptivo de urgencia disponible sin receta.

Más información en choisirscontraception.fr.

4 / ORIENTACIÓN

Tomar la PrEP puede plantear dificultades o dudas sobre:

- cómo tomar la PrEP;
- el cumplimiento (acordarse de tomar el tratamiento);
- cómo encaja la PrEP con otros métodos de prevención;
- lo que opina de la PrEP el entorno del paciente (parejas, amistades, etc.);
- la interacción con el entorno médico;
- la cantidad de personas involucradas en el tratamiento, etc.

No dude en pedir ayuda, especialmente durante los primeros meses.

ORIENTADORES DE PREP

Miembros de diferentes asociaciones (AIDES, Enipse, Acceptess-T, Afrique Avenir, etc.) con formación y experiencia en orientación sobre la salud sexual. Su enfoque es neutral y se basan no solo en su propia experiencia personal, sino también en la de otras personas que reciben asesoramiento y utilizan la PrEP.

Están sujetos a una estricta política de confidencialidad en cuanto a lo que hablan en las sesiones y solo pueden hablar con el equipo médico si usted así lo autoriza. A veces, estas charlas pueden hacerse con una enfermera o un psicólogo presentes.

EL PROCESO DE ORIENTACIÓN PREP

Si lo desea, puede recibir orientación sobre la PrEP desde su primera cita en el hospital o en el Cegidd. Se trata de una charla confidencial en una sala reservada para ese fin. Si lo prefiere, también puede hacerse por teléfono o por videollamada (Skype, WhatsApp).

Le recomendamos que se reúna al menos una vez con el orientador o la orientadora para intercambiar sus datos de contacto. Así, podrá consultarle entre una cita médica y otra cualquier duda relacionada con la PrEP o la salud sexual en general.

Si su médico de cabecera le hace un seguimiento de la PrEP o si no se le ha asignado un orientador PrEP en el centro donde tiene lugar la consulta, póngase en contacto con AIDES para solicitar esa orientación.

Puede encontrar la oficina de AIDES más cercana en aides.org.

COMPARTIR EXPERIENCIAS CON OTROS USUARIOS DE LA PREP

Aunque la orientación puede ser muy útil, no hay nada mejor que compartir experiencias con otros usuarios de la PrEP.

El grupo de Facebook **PrEP'Dial** es el grupo francófono de intercambio de información más importante entre usuarios e involucrados en la PrEP. Un espacio donde los usuarios pueden ayudarse mutuamente, debatir y compartir noticias sobre la PrEP y la la salud sexual. Ahí encontrará respuesta a todas sus preguntas. Además, puede consultarlo en cualquier momento: facebook.com/groups/PrepDial.



Si tiene preguntas sobre la PrEP, también puede ponerse en contacto con el Sida Info Service (servicio de información sobre el SIDA), disponible las 24 horas del día en el número **0 800 840 800** o en sida-info-service.org.

¿CÓMO TOMAR LA PREP?

Luando está tomando la PrEP, los antirretrovíricos que introduce en el cuerpo impiden que el VIH infecte las células, impidiendo así que se multipliquen. Todos los estudios demuestran que la PrEP funciona si se toma correctamente.

La PrEP puede tomarse durante periodos de tiempo cortos o largos, según la frecuencia de actividad sexual, lo que más cómodo le resulte y lo que le ayude a recordar mejor las tomas. Para decidirse, no solo necesita saber cómo **comenzar**, **interrumpir** y **volver a tomar** la PrEP, sino también cómo **actuar en caso de saltarse una toma**.

Algunas pruebas realizadas con hombres cis permiten ahora otra forma de tomar la PrEP única y exclusivamente para este grupo de personas (*páginas 17 a 19*). Las mujeres cis y las personas trans deben tomar la PrEP de otra manera (*páginas 20 a 22*). El motivo es que la PrEP no penetra en los tejidos vaginales de la misma forma; además, hay que tener en cuenta las posibles interacciones de PrEP con ciertas hormonas que algunas mujeres trans toman. Estas recomendaciones podrían cambiar a medida que avanza la investigación sobre la PrEP.

ATENCIÓN

Las personas que **padece**n hepatitis B no deben interrumpir la PrEP sin consultarlo antes con su médico, pues las dos moléculas de la PrEP también actúan contra el virus de la hepatitis B. Las personas que interrumpen y retoman la PrEP podrían reactivar el virus de la hepatitis B y sufrir daños hepáticos.

¡La PrEP funciona bien si se toma bien!

BREVE GLOSARIO GÉNERO

Persona cis o cisgénero:

persona cuya expresión o identidad de género coincide con el sexo que se le asignó al nacer.

Persona trans o transexual:

persona cuya expresión o identidad de género difiere de las tradicionales, que se basan en el sexo asignado al nacer.

PARA HOMBRES CIS

(HETEROSEXUALES, BISEXUALES, HOMOSEXUALES, ETC.)

1

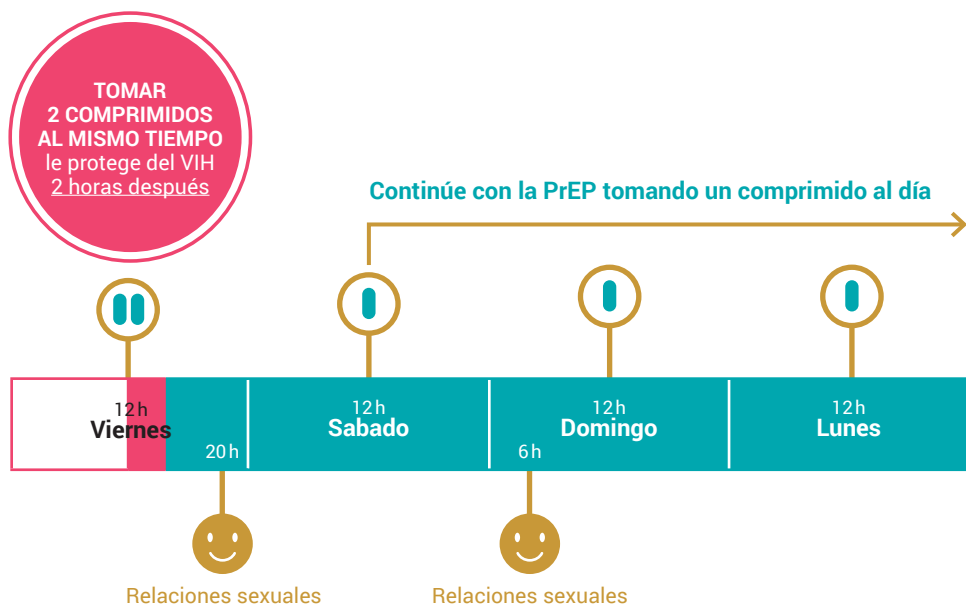
COMENZAR CON LA PREP

Comience con la PrEP tomando 2 comprimidos a la vez. Esto le dará una protección completa contra el VIH después de dos horas y durante veinticuatro horas. Esta doble dosis puede provocar efectos secundarios en el estómago: para mitigarlos, es preferible tomarlo con alimentos.

Posteriormente, y mientras siga queriendo estar protegido con la PrEP, deberá seguir tomando 1 comprimido cada 24 horas (2 horas arriba o abajo) para mantener el efecto protector contra el VIH.



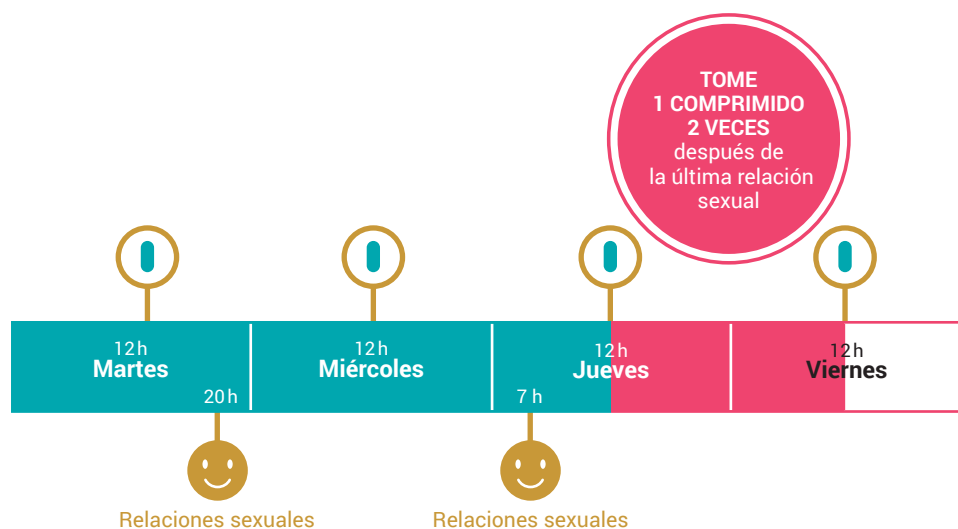
Comienzo de la PrEP para hombres cis (heterosexuales, bisexuales, homosexuales, etc.)



La PrEP puede dejar de tomarse por varios motivos, bien durante un periodo corto de tiempo (por ejemplo, para volver a tomarla el siguiente fin de semana) o bien durante un periodo más largo.

! Cuidado: antes de dejar la PrEP **deberá seguir tomándola 2 veces más tras la última relación sexual para estar protegido** (véase diagrama inferior). Para tener protección contra el VIH, es igualmente importante tomar la PrEP después y antes de las relaciones sexuales.

Interrupción de la PrEP en hombres cis (heterosexuales, bisexuales, homosexuales, etc.)



Por lo tanto, la duración más corta posible de la PrEP es de 3 días:

- 2 comprimidos tomados al mismo tiempo, entre 2 y 24 horas antes de la relación sexual;
- 1 comprimido tomado aproximadamente 24 horas después de la primera dosis (2 horas arriba o abajo);
- 1 comprimido tomado aproximadamente 24 horas después de la segunda dosis (2 horas arriba o abajo).

3

RETOMAR LA PREP

Para retomar la PrEP, bien transcurridos solo unos días o tras semanas o meses de descanso, basta con hacer lo mismo que al principio: **tomar 2 comprimidos a la vez al menos 2 horas y como pronto 24 horas antes de la relación sexual para la que quiere protección.**

4

EN CASO DE OLVIDO

Dependiendo del caso, olvidar una toma de PrEP puede ser un problema.

Si se ha saltado una dosis, pero ha tomado la PrEP durante 4 días (o más) en los últimos 7 días, la concentración del medicamento en el cuerpo es suficiente como para tener cierto margen:

- si se olvida de tomar un comprimido durante las 12 horas posteriores a la hora habitual, hágalo en cuanto pueda y continúe tomándolo a su hora habitual los siguientes días;
- si se olvida de tomar un comprimido más de 12 horas después de la hora habitual, sáltese esa dosis y tome un comprimido al día siguiente a la hora habitual.

En cambio, si se ha saltado una dosis y solo ha tomado la PrEP durante 3 (o menos) días en los últimos 7 días, la concentración del fármaco en el organismo no será suficiente para tener protección.

De ser así, si ha mantenido relaciones sexuales, no ha utilizado un preservativo y no está seguro del estado serológico de su pareja, corre el riesgo de contraer el VIH. En tal caso, le recomendamos que se someta a un tratamiento posterior a la exposición para el VIH (*véase el recuadro sobre el TPE en la página 23*).

PARA MUJERES CIS Y PERSONAS TRANS

1

COMENZAR CON LA PREP

Para conseguir una protección completa contra el VIH gracias a la PrEP, **comience tomando 1 comprimido diario durante 7 días (a la misma hora, 2 horas arriba o abajo)**. Para protegerse del VIH durante este periodo inicial de 7 días es aconsejable utilizar un preservativo.

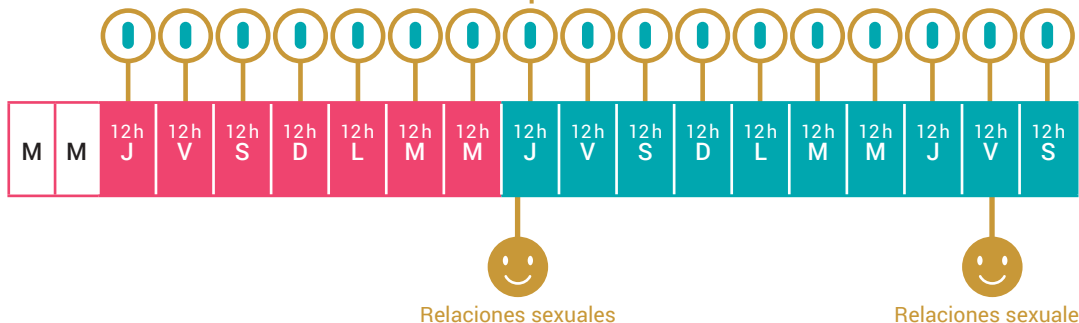
Posteriormente, y mientras siga queriendo estar protegida con la PrEP, deberá seguir tomando 1 comprimido cada 24 horas para mantener el efecto protector contra el VIH.



Comienzo de la PrEP para mujeres cis y personas trans



Continúe con la PrEP tomando un comprimido diario



2

INTERRUMPIR LA PREP

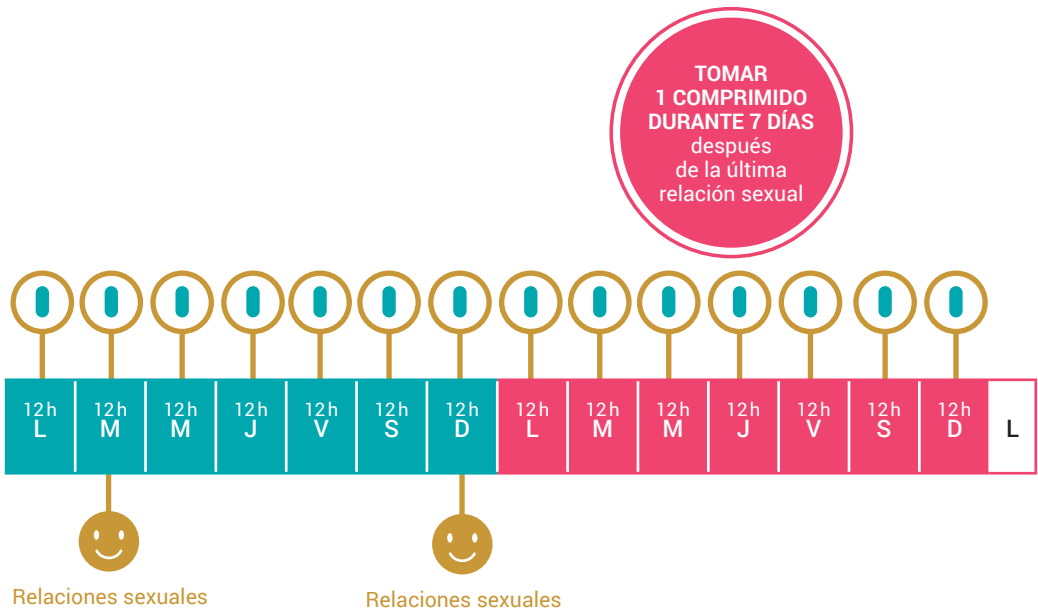
La PrEP puede dejar de tomarse por varios motivos, bien durante un periodo corto de tiempo o bien durante uno más largo.



Cuidado: antes de dejar la PrEP **deberá seguir tomándola durante los 7 días posteriores a la última relación sexual para estar protegida** (véase diagrama inferior). Para tener protección contra el VIH, es igualmente importante tomar la PrEP después y antes de las relaciones sexuales.



Interrupción de la PrEP para mujeres cis y personas trans



3

RETOMAR LA PREP

Para retomar la PrEP, bien transcurridos solo unos días o tras semanas o meses de descanso, basta con hacer lo mismo que al principio: **tomar 1 comprimido al día durante 7 días antes de la primera relación sexual para la que quiere protección.**

4

EN CASO DE OLVIDO

Dependiendo del caso, olvidar una toma de PrEP puede ser un problema.

DURANTE LOS PRIMEROS 7 DÍAS DE TRATAMIENTO CON PREP

Antes de tomar la PrEP a diario durante 7 días, la concentración del fármaco en el organismo no es suficiente para estar protegida.

Si ha mantenido relaciones sexuales antes de acabar los 7 primeros días de toma diaria, no ha utilizado preservativo y no está segura del estado serológico de tu pareja, corre el riesgo de contraer el VIH. En tal caso, le recomendamos que se someta a un tratamiento posterior a la exposición para el VIH (véase el recuadro sobre el TPE en la página siguiente).

Si se ha saltado una toma, pero no ha tenido relaciones sexuales, vuelva a comenzar los 7 días de toma inicial.

TRAS LOS 7 PRIMEROS DÍAS CON PREP

Tras los 7 primeros días de toma, la concentración del fármaco en el organismo es suficiente como para tener cierto margen. Se recomienda mantener la toma a una hora más o menos fija, pero las grandes diferencias horarias no disminuirán la eficacia de la PrEP.

- si se olvida de tomar un comprimido dentro de las 12 horas posteriores a la hora habitual, hágalo en cuanto pueda y continúe tomándolo a su hora habitual los siguientes días;
- si se olvida de tomar un comprimido más de 12 horas después de la hora habitual, sáltese esa dosis y tome un comprimido al día siguiente a la hora habitual. De hecho, una vez completados los primeros 7 días de medicación, un olvido a la semana no disminuye la protección que proporciona la PrEP.

En cambio, si se ha saltado más de una dosis en una semana y ha mantenido relaciones sexuales, no ha utilizado un preservativo y no estás segura del estado serológico de tu pareja, corre el riesgo de contraer el VIH. De ser así, le recomendamos que se someta a un tratamiento posterior a la exposición para el VIH (véase el recuadro sobre el TPE en la siguiente página).



Tratamiento posterior a la exposición (TPE)

Si la situación lo requiere, puede solicitar un tratamiento de urgencia (en un plazo máximo de 48 horas y, a ser posible, en las primeras cuatro horas tras producirse la situación de riesgo). El tratamiento está disponible en el departamento de Enfermedades infecciosas de los hospitales (en horario laboral y en días laborales) o en el servicio de urgencias (por la tarde fuera del horario laboral, por la noche y los fines de semana). También es posible conseguir un tratamiento de urgencia en algunos centros Cegidd.

Puede encontrar la dirección del centro correspondiente más cercano en Sida Info Service, disponible las 24 horas del día en el número **0 800 840 800** o en sida-info-service.org.

LA PREP Y LA DIFERENCIA HORARIA



*Cuando viaja a una zona horaria diferente.
¿Cómo debe tomar sus comprimidos?*

Si desea mantener el mismo horario de administración en el lugar de destino, vaya desplazándolo en franjas de 2 horas cada día. También puede anticiparse y empezar a adelantar o retrasar su toma unos días antes de viajar.

Esa franja de 2 horas pasa a ser de 12 horas si ha estado tomando la PrEP diariamente durante al menos 7 días. En ese caso, y para la mayoría de destinos, puede hacer el cambio de hora en una sola vez.

Para las personas que cambian de franja horaria con mucha frecuencia (p. ej., si trabaja como personal de abordaje), es preferible que marque un intervalo de 24 horas entre cada toma, con independencia de la hora del día que sea en cada lugar. Para hacerlo, puede poner una alarma fija en su reloj siempre para la misma zona horaria o utilizar una aplicación como Medisafe®.

En cualquier caso, el objetivo es que pueda tener una cantidad suficiente de medicación en el organismo para tener protección frente al VIH.

Aplicaciones para la PrEP

My PrEP®

Se acabaron los olvidos y los retrasos en la toma de comprimidos. My PrEP le envía notificaciones para recordarle cuándo le toca tomar la medicación. La aplicación también calcula su grado de protección contra el VIH (desde y hasta qué fecha tiene protección con la PrEP al mantener relaciones sexuales). Basta con seguir las instrucciones de la aplicación. My PrEP también le ofrece un historial de todas sus tomas, así como una serie de estadísticas.

Atención: la aplicación solo está disponible para hombres cis.

AT-PrEP®

La asociación *Actions Traitements* ha lanzado una aplicación especialmente diseñada para las personas que toman la PrEP. Está pensada como una especie de «entrenador» que incluye un dispositivo para recordar cuándo hay que tomarse la medicación, una tabla con información sobre las interacciones con otros medicamentos, un cuaderno de notas para recordar las citas y una serie de consejos prácticos.

Medisafe®

Para ayudarle a controlar las tomas del medicamento (con o sin diferencia horaria), también puede utilizar la aplicación Medisafe®: recordatorio de las horas de toa, seguimiento de los comprimidos que le quedan, historial de tomas.



Si tiene alguna duda o pregunta sobre cómo tomar la PrEP, hable con su farmacéutico, con el médico encargado del seguimiento de su tratamiento de PrEP o con su orientador-a PrEP.

RECURSOS ÚTILES

- **Prep'Dial:** grupo de Facebook de intercambio y apoyo entre usuarios y actores de la PrEP (más de 13 000 miembros).
- **prep-info.fr:** en esta página encontrará todos los documentos publicados sobre la PrEP, numerosos enlaces, referencias de estudios e investigaciones sobre la PrEP y un espacio para los profesionales sanitarios.
- **Sida Info Service:** 0 800 840 800 o sida-info-service.org (sección especial sobre la PrEP, servicio de chat en directo, correo electrónico de contacto).
- **sexosafe.fr:** el sitio web de referencia sobre la prevención para hombres que tienen relaciones sexuales con hombres, publicado por la agencia sanitaria francesa *Santé publique France*.
- Consulte seronet.info e vih.org; una excelente fuente de información sobre la PrEP.
- Para saber más sobre la PrEP en el extranjero:
 - prepwatch.org
 - prepineurope.org

HERRAMIENTAS PARA LOS PROFESIONALES SANITARIOS

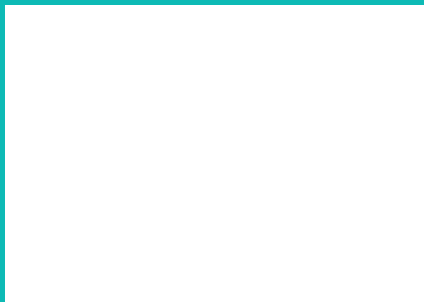
- **FormaPrEP:** plataforma de aprendizaje electrónico y orientación para la primera prescripción y el seguimiento de la PrEP en medicina liberal — formaprep.org
- **Vihclic:** sitio web de información de ayuda a la prescripción y al seguimiento (prevención, interacciones entre medicamentos, seguimiento) — vihclic.fr
- **Folleto PrEP: apoyo a la dispensación** para los profesionales de la farmacia, coescrito por AIDES y Cespharm (*Ordre des pharmaciens*)— cespharm.fr

¿QUIÉNES SOMOS?

AIDES es la asociación de lucha contra el VIH/SIDA pionera en Francia y está presente en 72 ciudades del país. Participó como investigadora conjunta en el primer ensayo de la PrEP en Francia (ANRS-Ipergay) y desplegó una campaña muy potente para conseguir la autorización de comercialización de la PrEP y el acceso gratuito a este tratamiento para todo el mundo. A día de hoy, AIDES sigue trabajando activamente para informar sobre este tratamiento y facilitar el acceso para todas las personas interesadas.

Únase a nosotros en las veladas que celebramos periódicamente para dar a conocer la asociación en todas las ciudades donde AIDES está presente. Para encontrar la oficina de AIDES más cercana, visite aides.org.

Si tiene sugerencias o preguntas acerca de este folleto, envíenos un correo electrónico a prep@aides.org.



AIDES - 14 rue Scandicci - 93500 Pantin
01 41 83 46 46
www.aides.org
www.facebook.com/aides
www.twitter.com/assoAIDES
www.instagram.com/assoaides/



En asociación con

