



**PrEP**  
PROFILAXIS ANTES DE LA EXPOSICIÓN

**UNA NUEVA  
OPCIÓN PARA QUE  
LAS MUJERES  
AMEN DE MANERA  
MÁS SEGURA**



*Una publicación para las mujeres que tienen sexo con hombres*

# Índice

- 1    Cómo usar este folleto
- 2    La vulnerabilidad ante el VIH: ¿Qué ves en el espejo?
- 3    Algunas maneras en las que se puede pensar sobre el VIH
- 6    ¿Qué es la PrEP y cómo puede ayudarte?
- 7    ¿Qué es Truvada y cómo combate al VIH?
- 8    ¿Qué tan bien funciona el Truvada para prevenir el VIH?
- 10    La PrEP no es para todo el mundo
- 10    Cosas saber antes de iniciar la PrEP
- 11    ¿Cuáles son los efectos secundarios potenciales?
- 12    ¿Qué otros riesgos hay de tomar la PrEP?
- 14    ¿Qué pruebas te harán antes de iniciar?
- 14    ¿Qué pruebas deberás hacerte mientras estés tomando la PrEP?
- 15    Piensa en quiénes deberían o no saber que estás tomando una PrEP
- 16    Si tomas la PrEP, ¿todavía usas condones?
- 17    Si estás tratando de quedar embarazada ...
- 19    PrEP requires a team approach
- 20    ¿Cómo puedes obtener la PrEP y cuánto te costará?
- 21    Recursos que pueden ayudarles

## *Cómo usar este folleto*

Project Inform, SHERO, SisterLove y AVAC se asociaron para escribir esta guía de recursos para mujeres que tienen relaciones sexuales con hombres, porque todos creemos que cada mujer es bella y que cada mujer merece tener una vida sexual que sea amorosa, consensual, apasionada, placentera y libre de preocupaciones acerca del VIH y otras enfermedades de transmisión sexual (ETS). Debido a esto, queremos hablarte de una relativamente nueva estrategia de prevención del VIH que es probable que quieras considerar si eres sexualmente activa o si piensas empezar a serlo. Se llama profilaxis anterior a la exposición (abreviado PrEP en inglés) e implica tomar una pastilla diariamente que puede ser muy eficaz en reducir el riesgo de contraer el VIH.

**A lo mejor ya estás pensando, “¿Y por qué quieren hablar conmigo sobre el VIH? ¡Yo no estoy en riesgo!”**

Eso puede ser verdad, pero queremos ser realistas, y lo cierto es que muchas mujeres que se infectan, piensan que no están en riesgo. Es probable que sepan o no cómo se transmite el VIH, pero en cualquier caso, entender los riesgos es un poco diferente para las mujeres, y existen una multitud de factores que es posible que no hayas considerado antes. Hasta 1 en 30 mujeres de raza negra contraerán el VIH, y muchas ni siquiera habrían pensado que estaban en riesgo



## *La vulnerabilidad ante el VIH: ¿Qué ves en el espejo?*

Empecemos por lo más sencillo primero. El VIH es un virus que ataca al sistema inmunitario y que sin tratamiento suele ser fatal. Se propaga por medio del contacto con sangre, semen, leche materna y fluidos vaginales.

Es probable que no tengas mucho de qué preocuparte si:

- no tienes relaciones sexuales con nadie,
- estás en una relación mutuamente monógama con un compañero que sabes 100% que no tiene VIH (quizás porque se hicieron juntos la prueba recientemente), o
- siempre usas correctamente un condón en las relaciones sexuales.

Si tu vida sexual es un poco más complicada que eso, lo que es cierto para muchas mujeres, hay algunas cosas que debes tener en cuenta.

En la página siguiente hay el dibujo de un espejo. Vamos a darte una larga lista de factores que hacen que algunas mujeres sean más vulnerables al VIH que otras.

Sabemos que no siempre es posible o aun deseable utilizar condones. Si una mujer usa regularmente condones, entonces es probable que tomar una pastilla para prevenir el VIH no le ofrezca beneficios adicionales. Pero para las mujeres que no siempre usan o pueden usar condones, la PrEP podría ser útil.

La PrEP para la prevención del VIH significa tomar una pastilla todos los días, la cual en el pasado se usaba (junto con otros medicamentos) solo para tratar el VIH. Puesto que esta pastilla es tan potente contra el VIH, los científicos empezaron a pensar que podría también ayudar a prevenir que las personas VIH negativas se infectaran. La PrEP se recomienda para algunas mujeres, debido a que los últimos dos estudios encontraron que quienes eran capaces de tomarla regularmente, tenían una alta protección contra el VIH.

## *Estas son algunas maneras en las que se puede pensar sobre la vulnerabilidad ante el VIH*

**Lee estas preguntas y mira si alguna se puede aplicar a tu situación.**

- ¿Alguno de tus compañeros sexuales tiene VIH? Muchas mujeres inician relaciones con hombres VIH positivos y muchas de estas relaciones son maravillosas, amorosas y satisfactorias. En esos casos, algunas mujeres llegan a un punto en el que sienten que el condón interfiere con su intimidad. No se trata de que sea lo correcto o lo incorrecto... sino que las emociones son poderosas. Pero el hecho de que hasta ahora hayas tenido sexo sin condón sin haberte infectado, no significa que siempre va a ser así.
- ¿Te presenta un reto el hecho de tener que usar condón? Entonces hay por lo menos dos cosas que puedes hacer para reducir tu riesgo. Si tu compañero VIH positivo está tomando medicamentos para el VIH y sus niveles del virus son indetectables, entonces tu riesgo desciende considerablemente. Pero si tu compañero no está tomando medicamentos, o si no sabes si su carga viral es indetectable, entonces la PrEP te puede brindar una mayor protección.
- ¿Tu compañero se rehúsa a usar condones contigo? Si lo hace, y estás en una relación nueva, o si existe la probabilidad de que él tenga otras parejas sexuales, entonces no estás sola. También puede ocurrir que él nunca se haya hecho la prueba del VIH o no se la haya hecho recientemente. Muchas mujeres tienen que lidiar con esto, y desafortunadamente las pone en un riesgo mucho mayor de contraer el VIH.



CONTINUA ...

- ¿Eres afroamericana o latina? Tristemente, las mujeres de color suelen estar en un riesgo mucho más alto de infectarse con el VIH en los EE.UU. debido a que hay más VIH en esas comunidades y un menor número de personas que acceden a los servicios de salud. Eso no quiere decir que las mujeres de raza blanca nunca se infecten, pero significa que las mujeres de color pueden necesitar considerar más detenidamente que otras el riesgo del VIH, y que podrían beneficiarse en mayor grado de la PrEP.
- ¿Vives en una parte del país donde hay altas tasas de VIH? Estas incluyen pero no se limitan a Washington DC, Baltimore, Atlanta y muchas otras partes del Sur, la ciudad de Nueva York, el Sureste de Los Ángeles, y muchos otros lugares. Si es así, es posible que necesites reconsiderar tu riesgo. Incluso si no vives en ninguna de estas partes del país, pero tienes otras vulnerabilidades, todavía podrías estar en riesgo de contraer el VIH.
- ¿Tienes más de un compañero sexual, aunque sea de vez en cuando? Esto es cierto para muchas mujeres y puede aumentar su vulnerabilidad hacia el VIH.
- ¿Tu compañero tiene otras parejas sexuales o sospechas que puede tenerlas? Esto también es cierto para muchísimas mujeres e igualmente puede aumentar su vulnerabilidad ante el VIH.
- ¿Has sido tú o tu(s) compañero(s) tratados recientemente por una ETS tal como sífilis, gonorrea, clamidiasis o herpes? Esto puede ser una señal de que tienes un riesgo más alto de adquirir el VIH.
- ¿Has experimentado violencia sexual o de otro tipo en tu vida? ¿Te ha amenazado tu compañero verbalmente o te ha golpeado o destruido tu autoestima? Aproximadamente 1 de cada 3 mujeres en los EE.UU. experimenta este tipo de abuso un algún momento de sus vidas. Desafortunadamente, las mujeres que han sido maltratadas cuando niñas o adultas tienen una mayor probabilidad de infectarse con el VIH. Existen una multitud

CONTINUED ...

de razones para esto, incluyendo el hecho de que el maltrato puede aumentar la probabilidad de que la mujer use alcohol o drogas para enmascarar su dolor emocional, y por lo tanto sea menos prudente para protegerse sexualmente.

- ¿Tu compañero utiliza o alguna vez ha utilizado drogas inyectadas? Esto podría ponerlo a él en un riesgo más alto de tener VIH y hacerte más vulnerable a ti también. Sin embargo, la PrEP también puede ayudar a reducir tus riesgos de VIH si comparten los equipos de inyección.
- ¿Ha estado tu compañero en la cárcel? Esto también lo puede poner en un riesgo más alto de tener VIH y te hace a ti más vulnerable.
- ¿Sufres de depresión, muy baja autoestima o ansiedad? Todo esto puede hacerte más vulnerable al VIH, porque hace que sea más difícil que negocies el uso de condones con tu compañero que si te sintieras mejor.
- ¿Han tu compañero o tú intercambiado sexo por dinero, drogas, vivienda u otro tipo de compensación? Esto puede aumentar tu vulnerabilidad ante el VIH.

Una vez que hayas caído en cuenta de que alguno de estos factores podría ponerte en riesgo, demos un paso atrás. ¿Cómo se siente mirarse en ese espejo? Podría sentirse bien, puesto que entender tu verdadera vulnerabilidad puede de hecho ser empoderante, ya que significa que estás en capacidad de hacer cosas para cambiar tus riesgos.

Habiéndote mirado al espejo, ahora puedes decidir qué quieres hacer con tu vulnerabilidad ante el VIH. ¿Crees que ya puedes insistirle a tu(s) compañero(s) que use(n) condón para estar contigo? ¿Hay otras cosas que puedes hacer para reducir tu riesgo? Si es así, es probable que no necesites la PrEP. Sin embargo, si no eres capaz de hacer ese tipo de cambios, entonces la PrEP podría ser una herramienta que puedes usar para protegerte del VIH, por lo menos hasta que logres hacer otros cambios.

## ¿Qué es la PrEP y cómo puede ayudarte?



PrEP es la abreviación en inglés de “profilaxis ANTES de la exposición”, lo que quiere decir que tomas los medicamentos antes de estar expuesta a una enfermedad a fin de que sea menos probable que te enfermes. En este caso, una persona VIH negativa que es particularmente vulnerable a contraer el VIH, toma todos los días una pastilla llamada Truvada para reducir así su riesgo de infección. Pero la PrEP no solo se usa para prevenir la transmisión del VIH. También se usan otros medicamentos para prevenir otras enfermedades. Por ejemplo, si viajas a ciertas partes del mundo, es probable que te den un medicamento para prevenir la malaria. Comenzarías a tomarlo antes de viajar, durante el viaje, y hasta un poco después. Eso también es un tipo de “PrEP”.

Los estudios clínicos muestran que hombres y mujeres heterosexuales VIH negativos que tomaron todos los días Truvada como PrEP, y que la combinaron con otras estrategias de prevención, redujeron de riesgo de contraer el VIH hasta en un 90%. Basados en la evidencia, en el 2012 la Administración de Medicamentos y Alimentos de los Estados Unidos (FDA) aprobó el Truvada tomado diariamente como PrEP del VIH, para adultos en alto riesgo de la transmisión sexual. También recomendaron que la PrEP se combinara con el uso de condones. Aunque se están estudiando otros medicamentos para la PrEP del VIH, actualmente Truvada es el único medicamento aprobado para ese propósito.

La PrEP no solo consiste en tomar una pastilla todos los días. Si tú decides tomar Truvada como PrEP, deberás ver a un proveedor de atención médica por lo menos cada tres meses para consultas de rutina, monitoreo y pruebas del VIH. También deberás hablar acerca de tu actividad sexual actual, tu nivel de riesgo, las enfer-

CONTINUED ...



medades de transmisión sexual (ETS), los resultados de tus pruebas de rutina y cualquier efecto secundario que hayas tenido. Esto implica un mayor número de visitas clínicas y una mayor atención a tu plan de prevención del VIH.

**La PrEP debe ser tomada solo por personas VIH negativas.  
Por eso es que son tan importantes las pruebas de detección.**

Debes notar que la PrEP es distinta a la PEP (profilaxis DESPUÉS de la exposición), que implica tomar medicamentos para el VIH inmediatamente después de que creas haber estado expuesta a VIH. Cuando una persona toma la PEP para prevenir el VIH toma medicamentos durante aproximadamente un mes después de una exposición de alto riesgo.

## *¿Qué es Truvada y cómo combate al VIH?*

Truvada es una pastilla compuesta por dos medicamentos — Viread (tenofovir, disoproxil fumarato) y Emtriva (emtricitabina). El Truvada se utiliza normalmente con otros medicamentos para tratar la infección del VIH en personas VIH positivas. Los medicamentos del Truvada también se utilizan algunas veces para tratar la hepatitis B.

El Truvada previene que el VIH se reproduzca en el cuerpo. Si te has expuesto por semen o por “pre-cum” de un hombre VIH positivo, el Truvada puede ayudarte a evitar que el virus cause una infección duradera. (Mira este video en [www.whatisprep.org](http://www.whatisprep.org).)



Los medicamentos para el VIH a veces se usan también después de que una persona haya tenido una exposición de alto riesgo al VIH, por lo general durante 28 días. A eso se le llama profilaxis posterior a la exposición, o PEP, como se mencionó en la sección anterior.

## *¿Qué tan bien funciona el Truvada para prevenir el VIH?*

En los estudios clínicos, cuando hombres y mujeres heterosexuales en parejas de estatus mixto (uno de los miembros era VIH positivo) tomaron Truvada lo más cerca posible a todos los días, esta pastilla pareció reducir el riesgo de infección hasta en un 90%. No protegió tan bien a las personas que la tomaron con menos frecuencia. Como con cualquier otro medicamento, no puede funcionar si no lo tomas como se debe, esto es de sentido común.

A continuación encontrarás una breve recapitulación de los estudios que incluyeron mujeres. Se encontró que la PrEP también era altamente eficaz para hombres heterosexuales como para hombres gay, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres.

**EL ESTUDIO PARTNERS PREP:** En el 2011, se publicaron los resultados del estudio Partners PrEP. Este estudio, que fue conducido en África Oriental, incluyó a 4,758 parejas heterosexuales de estatus mixto en las que uno de los compañeros era VIH positivo y el otro VIH negativo. En algunos casos era el hombre el VIH positivo y en otros era la mujer. En general, el estudio mostró una reducción del 75% en el riesgo de infección cuando la persona VIH negativa de la pareja tomó el Truvada. Cuando se observaron las personas que tomaron la pastilla todos los días, su riesgo fue un 90% más bajo que los que no tomaron Truvada como PrEP.

El mismo equipo condujo otro estudio para observar un escenario más parecido al del mundo real en parejas de estatus mixto. En este caso, el hombre o la mujer VIH positivos comenzaron a tomar medicamentos para el VIH para tratar su enfermedad y hacer que el virus llegara a niveles indetectables. Hacer esto no solo es bueno para la persona VIH positiva, sino que redujo el riesgo la posibilidad de transmitir el VIH a sus compañeros VIH negativos por lo menos en un 96%. Puesto que puede tardarse unos pocos meses para que los niveles del VIH se vuelvan indetectables, la

CONTINUA ...

persona VIH negativa en cada pareja tomó la PrEP. Aunque este estudio aún está en curso, hasta el momento solo ha habido una transmisión del VIH.

**EL ESTUDIO TDF-2:** El estudio TDF2 se condujo en Botswana con resultados similares. A las mujeres a quienes se les asignó el Truvada tuvieron una probabilidad un 62% menor de contraer el VIH. Cuando se midió el Truvada en la sangre, las mujeres con niveles detectables tuvieron menos probabilidades de contraer el VIH que las que no lo tenían (lo que indicaba que posiblemente no habían tomado el medicamento).

**EL ESTUDIO FEM-PrEP:** Como era de esperarse, el Truvada no puede proteger a una mujer si no lo toma como debe ser. Otro estudio conducido sobre mujeres jóvenes VIH negativas en África, llamado FEM-PrEP, fue suspendido tempranamente debido a que no hubo diferencias entre las que tomaron Truvada o un placebo (una pastilla falsa de Truvada). Sin embargo, después se descubrió que casi 3 de cada 4 mujeres no estaban tomando la pastilla.

**EL ESTUDIO VOICE:** Un segundo estudio llamado VOICE, el cual incluyó a mujeres VIH negativas en África, tuvo un resultado similar al del FEM-PrEP. Aunque las mujeres reportaron haber tomado el medicamento, resultó que solo aproximadamente 1 de cada 3 había tomado el medicamento regularmente. Sabemos esto porque los investigadores hicieron revisiones en la sangre de las mujeres para verificar la presencia de los medicamentos del Truvada. Una vez más, con tan pocas mujeres realmente tomando el medicamento como se debe, a quienes se les ofreció el Truvada tenían las mismas probabilidades de contraer el VIH que las que tomaron el placebo. En la actualidad hay algunos estudios en curso para hablar con las mujeres y averiguar por qué reportaron haber tomado el medicamento cuando de hecho no lo habían tomado.

Se están planificando otros estudios para averiguar acerca del uso de la PrEP en el "mundo real" fuera de los estudios clínicos. La mayoría se realizarán en África, pero se planea hacer al menos uno en los Estados Unidos.

## *Cosas saber antes de iniciar la PrEP*

Como con cualquier otro medicamento, la PrEP podría no ser adecuada para ti debido a otras inquietudes médicas. Además, prácticamente cualquier cosa que pongamos dentro de nuestro organismo tiene el potencial de producir efectos secundarios. Aun los medicamentos más simples tales como la aspirina, o hasta los remedios herbales, pueden producir efectos secundarios en algunas personas. La PrEP no es diferente y algunos efectos secundarios solo se muestran en las pruebas de laboratorio. Esto es lo que debes saber si estás considerando tomar la PrEP.

## *La PrEP no es para todo el mundo*

### **No debes usar la PrEP si:**

- Crees que no eres capaz de tomar una pastilla todos o casi todos los días.
- No conoces tu estatus de VIH.
- Eres VIH positiva (el Truvada no es un régimen completo para las personas con VIH sino que debe usarse en conjunto con otros medicamentos).
- Tienes síntomas de infección aguda del VIH (síntomas similares a los de la gripe). Puedes hacerte la prueba para VIH agudo el día que estés considerando iniciar la PrEP.
- No puedes encontrar un proveedor de atención médica que te ordene pruebas regulares del VIH y las ETS, y que te ofrezca consejos de prevención junto con el medicamento. No se recomienda que tomes el medicamento de otra persona sin ser monitoreada.
- No te has hecho la prueba para determinar si tienes hepatitis B. Cuando te hagan la evaluación para la PrEP, te harán también una prueba de detección de la hepatitis B.
- Tienes una enfermedad renal o mala salud del hígado.

## *¿Cuáles son los efectos secundarios potenciales?*

En los estudios sobre el Truvada como PrEP, los principales efectos secundarios fueron malestar estomacal de corta duración. También hubo unos pequeños cambios en los análisis de sangre sobre la salud de los huesos y los riñones, pero no hasta el punto de no considerarse dañinos.

Para saber la probabilidad de que alguien vaya a tener efectos secundarios podemos mirar los números del estudio. De acuerdo con esos estudios se esperaría que si se les da Truvada a 100 mujeres, aproximadamente 3 de ellas tendrían malestar estomacal o se sentirían fatigadas; pero en los estudios esto solo duró durante unas pocas semanas y luego desapareció.

En cuanto a las mujeres VIH positivas que toman Truvada junto con otros medicamentos para tratar su enfermedad, sabemos que puede causar algún deterioro en la función renal y la salud de los huesos, que en un número reducido de personas, puede llegar a ser algo serio. Sin embargo, el VIH de por sí puede también causar algunas de estas cosas, de manera que es difícil saber cuánto de este problema se le debe atribuir al Truvada y cuánto al VIH o a otros factores.

En los estudios sobre el Truvada como PrEP, aproximadamente 1 de cada 100 mujeres experimentaron cambios leves en la función renal, los cuales siempre desaparecieron tan pronto como se suspendió el medicamento. Cerca de 9 de cada 100 mujeres tuvieron cambios leves en la salud de los huesos, pero esto también se presentó en las mujeres a quienes se les asignó el placebo.

Podría haber otros problemas para las personas que toman Truvada, y tu proveedor de atención médica deberá repasar esta información en detalle antes de recetártelo. Un proveedor de atención médica también te deberá monitorear regularmente para detectar la presencia de efectos secundarios que pudieran surgir posteriormente.

## ¿Qué otros riesgos hay de tomar la PrEP?



Habrás podido escuchar que omitir dosis del Truvada puede no ser una preocupación, y esto es especialmente cierto cuando el riesgo principal es el sexo anal. Sin embargo, los medicamentos se pueden concentrar a diferentes niveles en la vagina y en el recto, y esto también es cierto para el Truvada. De hecho, los niveles en el tejido vaginal de uno de los medicamentos del Truvada (el tenofovir) no solo son más bajos, sino que tardan más tiempo en acumularse. Es por esto que advertimos que la PrEP puede no proteger contra la transmisión vaginal tan rápidamente como lo hace contra la transmisión anal. También es por esto que es probable que las mujeres no puedan omitir dosis y continuar estando protegidas.

Si te saltas demasiadas dosis y te infectas con el VIH mientras estás tomando la PrEP, hay la probabilidad de que el virus desarrolle resistencia, no solo al Truvada, sino a otros medicamentos para el VIH. La resistencia es cuando las cepas del virus mutan de tal manera que los medicamentos ya no pueden combatirlo.

Por consiguiente, si contraes el VIH mientras estás tomando la PrEP y no te das cuenta sino hasta que se haya desarrollado resistencia a ambos medicamentos en el Truvada, no podrás luego

CONTINUA ...

utilizarlos en el futuro para controlar el VIH. Puesto que el Truvada es uno de los medicamentos preferidos para iniciar el tratamiento del VIH, no poder usarlo puede limitar mucho tus opciones.

Hay dos cosas que puedes hacer para prevenir la resistencia a los medicamentos:

## **1 Asegúrate de que eres VIH negativa antes de iniciar la PrEP.**

Si te has infectado muy recientemente (durante las últimas semanas), tu prueba de anticuerpos podría decir que eres VIH negativa cuando de hecho eres VIH positiva. Esto se debe a que aún no has desarrollado suficientes anticuerpos del VIH para que aparezcan en la prueba. Por este motivo, avísale a tu proveedor de atención médica sobre cualquier síntoma parecido a los de la gripe, o cualquier erupción en la piel, antes de que inicies la PrEP, ya que estos podrían ser síntomas de una nueva infección “aguda”.

## **2 Hazte rutinariamente pruebas para el VIH cada 3 meses mientras que estés tomando la PrEP.**

Además, hazle saber a tu proveedor de atención médica si desarrollas síntomas parecidos a los de la gripe o erupciones inexplicadas entre prueba y prueba.

Ambos medicamentos en el Truvada también actúan contra la hepatitis B. Por consiguiente, es importante que sepas si tienes hepatitis B antes de empezar la PrEP. Si tu proveedor decide que es adecuado para ti, hazte poner la vacuna contra esta enfermedad.

Si tus pruebas para la hepatitis B muestran que tienes una enfermedad activa, empieza entonces el tratamiento para la hepatitis B que te recomienden. Discute tus opciones de tratamiento con tu proveedor de atención médica. Sin embargo, si tienes una enfermedad de hepatitis B activa y suspendes la PrEP repentinamente, esto puede provocar peligrosos problemas en el hígado. Habla con tu proveedor de atención médica acerca de la manera más segura de hacerlo si es que decides suspender la PrEP y también tienes la enfermedad de la hepatitis B.

## ¿Qué pruebas te harán antes de iniciar?

### ANTES DE INICIAR LA PREP,

tu proveedor de atención médica deberá hacerte las siguientes pruebas y exámenes:

- Una plática exhaustiva acerca de tu actividad sexual y el nivel del riesgo del VIH.
- Una prueba de anticuerpos o posiblemente una prueba para detectar directamente al VIH.
- Pruebas de hepatitis B, función renal y ETS.
- Una prueba de embarazo, especialmente si no has tenido la menstruación durante algún tiempo o si no te ha llegado de manera regular. No se tiene información específica acerca de cómo podría el Truvada afectar el feto si estás tomando este medicamento como PrEP, aunque parece seguro para las mujeres VIH positivas que toman este medicamento.

## ¿Qué pruebas deberás hacerte mientras estés tomando la PrEP?

### MIENTRAS QUE ESTÉS TOMANDO LA PREP,

deberán hacerte las siguientes pruebas:

- Debes hacer visitas médicas regulares cada 3 meses.
- Se requieren pruebas rutinarias del VIH (por lo menos cada 3 meses) para asegurarte de que continúas siendo VIH negativa y no desarrolles resistencia a los medicamentos si te vuelves VIH positiva mientras que tomas la PrEP.
- Tu proveedor de atención médica deberá hablarte acerca de los efectos secundarios, la adherencia al tratamiento y la actividad sexual. También debes hacerte pruebas de ETS cada 6 meses o con más frecuencia si tu riesgo de ETS continúa siendo alto.
- Si no te llega un periodo menstrual o si tus períodos son irregulares, deberías averiguar si estás embarazada.



## *Piensa en quiénes deberían o no saber que estás tomando una PrEP, y cómo piensas tomarla todos los días*

Una de las cosas que quizás no pienses antes de iniciar la PrEP es lo que pudiera pasar si alguien se entera de que estás tomando Truvada. Algunos de tus amigos o familiares podrían saber que se usa para tratar el VIH y asumir que eres VIH positiva. Es probable que no sepan que se utiliza como PrEP, y aunque lo supieran, podrían no tener en muy buen concepto a las personas que la toman.

Además, es importante que pienses cómo se va(n) a sentir tu(s) compañero(s) sexual(es) de que estás tomando una PrEP si llegan a enterarse. Algunos hombres pueden ponerse molestos y hasta violentos, de manera que es importante que pienses dónde vas a guardar tus pastillas y a quién vas a decirle que las tomas.

Tómate un tiempo para pensar cómo vas a tomarte tu pastilla todos los días, dónde vas a guardarla y quién podría estar por ahí para verte. También piensa en cómo vas a llevarla contigo o acordarte de traerla cuando estés fuera de casa. A algunas personas no les parecerá que esto sea un problema, pero para otras puede constituirse en un inconveniente innecesario.



## *Si tomas la PrEP, ¿todavía usas condones?*

En un mundo ideal, todo el mundo usaría condones para prevenir el VIH y otras ETS. Pero esto no siempre es posible. Tu(s) compañero(s) puede(n) rehusarse a usar condón. Si estas deprimida o consumes mucho alcohol y drogas, los condones pueden parecer algo imposible. Tú o tu compañero pueden considerar que el uso de condón es una señal de que ya no confía el uno en el otro, o de que ya se aman menos. Muchas personas luchan con el uso de condones, de manera que no tienes por qué sentirte avergonzada si tú también luchas.



Los condones son estupendos. Son una forma barata y confiable de evitar contraer el VIH, y además ayudan a prevenir otras ETS. Sin embargo, la PrEP también es estupenda para mucha gente, especialmente cuando se lucha con el uso de condones. La PrEP puede ser una de las mejores maneras de prevenir el VIH mientras que resuelves esos problemas que te impiden usar condones cada vez que tengas sexo para disminuir tu riesgo.

En los estudios sobre la PrEP hasta ahora, la gente ha comentado que su uso de condones mejoró mientras estaban usando la PrEP. Esto significa que en el mejor de los casos la gente usará condones tanto como sea posible mientras toma la PrEP.

## *Si estás tratando de quedar embarazada ...*

Los hombres y las mujeres que están en relaciones de estatus mixto (en las que uno es VIH positivo y el otro VIH negativo) algunas veces quieren ser padres. Para algunos, hay servicios de reproducción asistida, tales como el lavado de esperma y la fertilización in vitro que pueden usarse para asegurar que el VIH no sea transmitido cuando la mujer esté tratando de quedar embarazada. Desafortunadamente, estos servicios son muy costosos y no están disponibles en todas partes.

Otro enfoque promisorio es el uso de la PrEP en las mujeres VIH negativas combinado con un régimen antiretroviral completo para el hombre VIH positivo. Hasta ahora, un pequeño estudio mostró que la PrEP es eficaz en prevenir la transmisión del VIH de un compañero VIH positivo cuando las parejas están tratando de tener un bebé, pero se necesitan más estudios antes de que pueda recomendarse el uso de la PrEP en estos casos. El Truvada parece ser seguro de usar en las mujeres embarazadas VIH positivas, pero no ha sido estudiado en las mujeres VIH negativas que lo toman mientras tratan de quedar embarazadas. Las parejas que estén tratando de tener un bebé deben encontrar un especialista con quién puedan explorar sus opciones. Si no puedes encontrar un especialista que te ayude a tomar decisiones acerca de la PrEP o del uso de otras opciones de concepción seguras mientras estás tratando de quedar embarazada,



CONTINUA ...

tu proveedor de atención médica puede llamar a la línea de ayuda National Perinatal HIV Hotline (1-888-448-8765) y obtener allí asistencia y consejo.

Hay algunos puntos a considerar antes de usar la PrEP cuando estés tratando de quedar embarazada:

- Tú compañero VIH positivo debe estar tomando un régimen completo contra el VIH e idealmente tener una carga viral indetectable del virus en su sangre. Si no puede lograr estar indetectable o no tienes acceso a un proceso denominado lavado de espermatozoides, la PrEP podría ser una buena manera de reducir tu riesgo de contraer el VIH mientras estás tratando de quedar embarazada.
- Podrías programar la actividad sexual y solo tener sexo sin condón los días en que es más probable que concibas, es decir durante la ovulación — que es el tiempo del mes cuando tus ovarios liberan un óvulo — por lo general 2 semanas después de tu último periodo.
- Sería conveniente que te hicieras pruebas de embarazo regulares. Discute tus opciones de prevención del VIH en caso de que quedes embarazada. Aunque el uso del Truvada como PrEP parece ser seguro durante el embarazo, quizás debas suspenderlo para reducir cualquier posible daño al feto. En ese caso, utiliza otros métodos de prevención para protegerte del VIH.
- Debes ver a un proveedor de atención médica que esté familiarizado con el uso de medicamentos para el VIH durante el embarazo y con la concepción en parejas de estatus mixto. Si no puedes encontrar uno, tu proveedor de atención médica puede llamar a la National Perinatal HIV Hotline en el 1-888-448-8765 para obtener asistencia y consejos.



## *La PrEP requiere un enfoque de equipo*

Es verdaderamente muy importante que recibas la PrEP de un proveedor de atención médica y otros proveedores de servicios de apoyo social que sepan cómo usarla de manera segura, y que te apoyen para tener las relaciones sexuales más saludables posibles mientras que estés tomando la PrEP.

No todos los proveedores de atención médica están totalmente de acuerdo con la PrEP. Muchos no están muy enterados sobre ella. Por este motivo, si crees que la PrEP es adecuada para ti, pero no tienes un proveedor de atención médica que se sienta cómodo administrándotela, es posible que necesites encontrar uno que sí lo esté.

Tu proveedor también puede obtener apoyo y aprender más acerca de PrEP. Anímalo a que mire las pautas de la CDC sobre la PrEP ([www.cdc.gov/hiv/prevention/research/prep/index.html](http://www.cdc.gov/hiv/prevention/research/prep/index.html)) o en el sitio web de Truvada en (<http://start.truvada.com/>) para ver instrucciones sobre cómo recetar la PrEP y monitorear a las mujeres que eligen tomar la PrEP.

### **Cosas que puedes preguntarle a tu proveedor de atención médica.**

- Está bien informado, deseoso y dispuesto a apoyarme mientras uso la PrEP?
- ¿Cuál fue el resultado de mi prueba de anticuerpos o de antígenos del VIH? ¿Necesito volver a hacerme la prueba después, o hacerme una prueba de carga viral después de iniciar la PrEP debido a sexo de alto riesgo reciente?
- ¿Con qué frecuencia quiere que me haga la prueba del VIH? (Debe ser como mínimo cada tres meses.)
- ¿Me va a pedir una prueba para la hepatitis B? ¿Puedo hacerme vacunar contra la hepatitis B? Si tengo una enfermedad activa, ¿cuál es el tratamiento adecuado para mí?
- ¿Para cuáles ETS debo hacerme la prueba? ¿Con qué frecuencia debo hacerme estas pruebas?
- ¿Cuál es el estado de salud de mis riñones? ¿Son lo suficientemente sanos para iniciar la PrEP?

## ¿Cómo puedes obtener la PrEP y cuánto te costará?

Puesto que el Truvada fue aprobado por la FDA para la PrEP, está cubierto por los seguros de salud. También debe estar disponible a través de los programas del gobierno como Medicaid. Debido a que la PrEP es una estrategia de prevención del VIH relativamente nueva, unos pocos aseguradores pueden decidir no cubrirla o hacerte superar todo tipo de obstáculos para obtenerla.

Si tienes Medicaid, deberás poder obtener tu medicamento y todas las citas médicas y pruebas de laboratorio con muy pocos desembolsos de tu parte. Algunos Medicaid requieren que tu médico llene un formulario de autorización previa antes de que puedas obtener el medicamento, pero esto por lo general no es un obstáculo.

Si tienes un seguro privado, los costos que pagues pueden variar considerablemente. Algunas personas tienen copagos relativamente bajos. El fabricante de Truvada, Gilead Sciences, cubre hasta \$3600 al año por copagos ([www.gileadadvancingaccess.com](http://www.gileadadvancingaccess.com)).

Algunas personas tienen planes de seguros menos generosos, especialmente quienes eligieron los planes del nivel "bronce" a través de los intercambios estatales de seguros de salud. Para estas puede haber: 1) gastos de bolsillo muy altos antes de que los beneficios de medicamentos comiencen a entrar en vigor, o 2) un coseguro que te requiere pagar un porcentaje (quizás del 30% o más) en lugar de un copago. Dos programas pueden ayudar con copagos: Patient Advocate Foundation (<https://www.copays.org/diseases/hiv-aids-and-prevention>) y PAN Foundation ([www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)).

Para las personas que no tienen seguro de salud y que no son elegibles para Medicaid, o para las personas con seguro pero sin cobertura de medicamentos, Gilead's Medication Assistance Program ofrece medicamentos gratuitos para aquellos con ingresos de bajos a moderados.

Para más información, lea "Cómo Prepararse para la PrEP" de Project Inform: [www.projectinform.org/prep-chart](http://www.projectinform.org/prep-chart).

## *Recursos que pueden ayudarles a usted y su médico (la mayoría en inglés)*

### **INFORMACIÓN DE LA PrEP**

---

#### **Pre-Exposure Prophylaxis**

[www.projectinform.org/prep](http://www.projectinform.org/prep)

#### **My PrEP Experience**

<http://myprepexperience.blogspot.com/>

#### **PrEP Facts**

<http://prepfacts.org/>

#### **What is PrEP?**

[www.whatisprep.org](http://www.whatisprep.org)

#### **PrEP Watch**

[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

#### **The HIVE**

(reproductive health & HIV)

[www.hiveonline.org](http://www.hiveonline.org)

#### **Truvada for PrEP**

(company website)

<http://start.truvada.com/#>

#### **Truvada for PrEP**

(company REMS website)

<https://www.truvadapreprems.com/#>

### **FORMULA**

---

#### **Medication Assistance Program**

(for uninsured people to cover the cost of Truvada, work with doctor to fill it out)

[https://start.truvada.com/Content/pdf/Medication\\_Assistance\\_Program.pdf](https://start.truvada.com/Content/pdf/Medication_Assistance_Program.pdf)

### **ARTÍCULOS**

---

#### **The Math and Morality of PrEP**

[www.frontiersla.com/Blog/PositiveFrontiers/blogentry.aspx?BlogEntryID=10474103](http://www.frontiersla.com/Blog/PositiveFrontiers/blogentry.aspx?BlogEntryID=10474103)

#### **Ask a Guinea Pig:**

#### **What Do I Need to Know**

#### **Before Joining a PrEP Trial?**

<http://betablog.org/ask-a-guinea-pig-what-do-i-need-to-know-before-joining-a-prep-trial/>

### **RECURSPS PARA LOS MÉDICOS**

---

#### **Truvada for a PrEP Indication**

<https://start.truvada.com/>

#### **CDC Fact Sheet (PrEP: A New Tool for HIV Prevention)**

[www.cdc.gov/hiv/prep/pdf/PrEPfactsheet.pdf](http://www.cdc.gov/hiv/prep/pdf/PrEPfactsheet.pdf)

#### **CDC Guidance on HIV PrEP for Various Populations**

[www.cdc.gov/hiv/prevention/research/prep/](http://www.cdc.gov/hiv/prevention/research/prep/)

#### **Clinician Consultation Center**

800-933-3413

<http://nccc.ucsf.edu/>

#### **Clinical Studies Resources**

[www.avac.org/ht/d/sp/i/262/pid/262](http://www.avac.org/ht/d/sp/i/262/pid/262)

Traducido al español por Luis David Merino.

Nuestro agradecimiento a los siguientes socios comunitarios y el proveedor en la producción de este folleto.

**SHERO**



SisterLove, Inc.



**Raphael Landovitz, MD, Los Angeles**



***[www.projectinform.org/prep](http://www.projectinform.org/prep)***