



PrEP
PROFILAXIS ANTES DE LA EXPOSICIÓN

TRANSCENDIENDO LAS BARRERAS PARA UN PLACER MÁS SEGURO



una publicación para las mujeres transgénero

Cómo usar este folleto

Project Inform y Outshine NW se asociaron para escribir esta guía de recursos de la PrEP para mujeres que son transgénero y para otras personas de variaciones transgeneristas a quienes les fue asignado el sexo masculino al nacer.

Creemos que todas las personas son bellas y merecen tener una vida sexual que sea amorosa, consensual, placentera y libre de preocupaciones acerca del VIH. Debido a esto, queremos compartir contigo la información acerca de la estrategia de prevención del VIH conocida como PrEP, o profilaxis anterior a la exposición.

A diferencia de los condones, la PrEP no requiere la cooperación de tus compañeros sexuales, poniendo el control en tus propias manos. Creemos que tú mereces conocer los hechos de manera que puedas tomar decisiones mejor informadas. La PrEP es una innovadora y eficaz herramienta de prevención, aunque no es adecuada para todo el mundo.

TÉRMINOS QUE SE ENCUENTRAN EN ESTE FOLLETO

En este folleto el término “MSM” se refiere a hombres cisgénero o transgénero que tienen sexo con otros hombres, y no se refiere a mujeres o a personas transexuales a quienes se les asignó el sexo masculino al nacer.

El término “cisgénero” o “cis” se refiere bien sea a un hombre o a una mujer cuyo sexo actual es el mismo que le fue asignado al nacer. Cisgénero es lo opuesto a transgénero.

Vulnerabilidad al VIH: Fortaleciendo tu comunidad, fortaleciéndote tú misma

Empecemos por lo más básico: el VIH es un virus que ataca el sistema inmunitario, y sin tratamiento casi siempre es fatal. Se propaga a través del contacto con sangre, semen, leche materna y fluidos vaginales. Si nunca has tenido sexo con nadie, o si siempre has usado correctamente un condón en todos tus encuentros sexuales, o si nunca has compartido una jeringa u otro equipo de inyección, entonces probablemente no tienes que preocuparte por el VIH.

Pero si tu vida es un poco más complicada que eso, lo que es cierto para las muchas mujeres, este folleto te ayudará a lograr un mayor control sobre tu salud. La PrEP para la prevención del VIH significa tomar todos los días una pastilla que en el pasado solo se usaba para tratar el VIH. En el 2010, se publicó un estudio llamado iPrEX. Incluyó a 339 mujeres transexuales que conformaban el 14% de la totalidad de los participantes en el estudio.

Cerca de un 28% de las mujeres transgénero en los EE.UU. están viviendo con el VIH. Un estudio sugiere que un 73% de las mujeres transexuales VIH positivas no saben que tienen el VIH. El simple hecho de ser una mujer transexual no te pone automáticamente en un mayor riesgo de contraer el VIH, pero los factores de riesgo del VIH parecen ser más comunes en las mujeres transexuales, de manera que puede ser muy importante considerarlos de una manera honesta y evaluar cómo pueden afectar tu estatus del VIH.

Miremos algunas de las cosas que afectan el riesgo del VIH en las mujeres. Conforme leas cada una de estas preguntas, considera si se aplican a tu caso o a una situación en la que podrías llegar a estar:

- ¿Tiene alguno de tus compañeros sexuales VIH? Muchas veces empezamos relaciones con personas VIH positivas que son maravillosas, amorosas y satisfactorias. Algunas veces en las relaciones, los condones se sienten como una barrera para la intimidad y las personas prefieren no usarlos.

CONTINUA ...

- ¿Es un reto para ti el uso de condones? ¿Tienes un compañero que se niega a usar condón por lo menos algunas veces? ¿Sientes que a veces no eres tú quien elige si se debe usar o no un condón? Muchas mujeres tienen que lidiar con esto, así es que no estás sola. Pero sí tienes opciones para proteger tu salud, incluso aunque no puedas cambiar por ahora otros aspectos de la situación.
- ¿Eres afro americana, latina o nativa americana? Las mujeres transexuales de color son más propensas a contraer el VIH en los EE.UU., principalmente debido a las barreras que encuentran para tener acceso al cuidado de salud. Las mujeres transexuales de raza blanca también tienen altas tasas de infección con el VIH y encontrar un médico competente no es algo fácil, pero las mujeres transexuales de color se ven mucho más afectadas.
- ¿Vives en una parte de país con altas tasas de VIH? Estas incluyen pero no se limitan a Washington DC, Baltimore, Atlanta, New York City, Los Angeles, y mucha parte del Sur. Incluso si no vives en una de estas áreas todavía podrías estar en riesgo del VIH, especialmente si otros de los factores que se enumeran aquí se aplican a tu caso.
- ¿Tienes más de un compañero sexual, aunque sea de vez en cuando? Esto es cierto para muchas mujeres.
- ¿Tiene tu compañero otro(a)s compañero(a)s sexuales, o sospechas que podría tenerlo(a)s? Esto es también cierto para muchas mujeres.
- ¿Has sido tú o tu(s) compañero(s) sexual(es) tratados recientemente por una ITS como sífilis, gonorrea, clamidiasis o herpes?
- ¿Has utilizado la PEP (*profilaxis posterior a la exposición*), una estrategia en la que tomas medicamentos durante un tiempo después de una exposición al VIH para detener la infección, más de una vez durante el año pasado?

CONTINUA ...

- ¿Has experimentado un ataque sexual u otro tipo de violencia en tu vida? ¿Te amenaza verbalmente tu compañero o te dice cosas que te hacen sentir mal acerca de ti misma? Aproximadamente una de cada tres mujeres, “cis” o similares a “trans”, experimentan este en algún momento de sus vidas. Desafortunadamente, las personas que experimentan abuso de niñas o de adultas son mucho más propensas a contraer la infección con el VIH.
- ¿Utiliza tu compañero drogas inyectadas o las ha utilizado alguna vez? Esto podría ponerlo en mayor riesgo del VIH y hacerlo a ti más vulnerable también. Sin embargo, la PrEP puede disminuir tu riesgo, incluso si compartes equipo de inyección.
- ¿Luchas contra la depresión, la baja autoestima o la ansiedad? Todas estas pueden afectar tu riesgo del VIH, y dificultarte negociar el uso de condones.
- ¿Tú o tu(s) compañero(s) han intercambiado alguna vez sexo por dinero, vivienda u otro tipo de asistencia?
- ¿Tú o tu compañero han estado en la cárcel?

¿Se aplica alguno de estos factores a tu caso? Estos se aplican a muchas mujeres, tanto cisgénero como transgénero. A primera vista, parecería que no es una buena noticia saber esto, pero de hecho puede ser empoderante, ya que significa que has dado los primeros pasos para conocer tu riesgo de contraer el VIH. Ahora tienes el poder de hacer algo para protegerte a ti misma.

Depende de ti determinar la mejor manera de preservar tu propia salud. ¿Crees que puedes usar condones el 100% de las veces con cada compañero que tengas? ¿Estás en una relación monógama con alguien que ya está siendo tratado exitosamente para el VIH o que recientemente ha tenido un resultado negativo en la prueba del VIH? ¿Nunca tienes relaciones sexuales? Si algo de lo anterior es cierto para ti, entonces es posible que no necesites la PrEP. Sin embargo si estas no son opciones para ti o si crees que necesitas un nivel adicional de protección, la PrEP es una herramienta que puedes elegir para que te proteja del VIH sin importar cuál sea el estatus de tu compañero.

¿Qué es la PrEP?

PrEP es la sigla en inglés de “profilaxis antes de la exposición”. Significa tomar un medicamento antes de exponerse al VIH para mantenerse VIH negativo. Los estudios han probado que la PrEP funciona para una amplia gama de tipos de cuerpo. La Administración de Fármacos y Alimentos de los EEUU (FDA) aprobó el Truvada para la PrEP en julio de 2012 para adultos en riesgo de contraer el VIH sexualmente.

El Truvada es una pastilla conformada por 2 medicamentos — Viread (tenofovir, fumarato de disoproxil) y Emtriva (emtricitabina). Actualmente se usa comúnmente con otros medicamentos para tratar la infección del VIH en personas VIH positivas. El Viread también se usa para tratar la hepatitis B.

El Truvada previene que el VIH se reproduzca en el organismo. Si te has expuesto a semen, pre-cum, líquidos vaginales o sangre de una persona con VIH, el Truvada puede ayudar a que no se convierta en una infección crónica. (Mira este video en www.whatisprep.org.)

La PrEP es distinta de la PEP (profilaxis posterior a la exposición). La PEP implica comenzar medicamentos para el VIH dentro de las 72 horas siguientes a haber estado expuesto y tomarlos durante un mes. Si te recetaron una PEP, habla con tu médico acerca de una receta para la PrEP sin que haya pausa entre las dos. Esto puede maximizar tu protección continua.

¿Es la PrEP adecuada para ti?

Ahora que has considerado tus factores de riesgo del HIV, puedes estar preguntándote qué sigue a continuación. ¿Es la PrEP una opción de prevención del VIH adecuada para ti? Estas son algunas de las cosas que puedes considerar conforme tú misma le das respuesta a esa pregunta:

- La PrEP puede usarse con condones. En algunos estudios, las personas que usaban condones antes de empezar la PrEP por lo general continuaron usándolos. Las personas que no usaban condones antes de la PrEP por lo general continuaron no usándolos — pero tuvieron un riesgo muy bajo de contraer el VIH. De hecho, en los estudios hasta el momento, ninguno de los que se confirmó que eran VIH negativos antes de empezar el Truvada y que tomaron la pastilla cumplidamente, se infectó con el VIH.
- A diferencia de los condones, la PrEP es algo que tienes el control de tomar diariamente a una hora que sea conveniente para ti. Los condones requieren que las dos partes se pongan de acuerdo en el furor del momento. Este solo hecho hace que la PrEP sea la herramienta de prevención más empoderante disponible en la actualidad.
- La PrEP requiere una atención continua por parte de tu proveedor, incluyendo una visita al consultorio con análisis de laboratorio cada tres meses. Esto puede ser una gran oportunidad de preguntar cualquier otra inquietud de salud que puedas tener, como las pruebas de hormonas. Muchas personas transexuales encuentran que esas visitas cada tres meses aumentan su satisfacción y calidad de vida, además de la prevención del VIH. Si necesitas encontrar un médico que sea competente en transexualidad, sigue leyendo que tenemos algunos recursos para ti.

Algunas razones por las que la PrEP puede no ser apropiada para ti:

- No conoces tu estatus del VIH. Tu médico te hará la prueba del VIH antes de recetarte la PrEP para garantizar que sea segura.
- No conoces tu estatus de hepatitis B. Tu médico te hará la prueba de hepatitis B antes de recetarte la PrEP para garantizar que sea segura.
- Eres VIH positiva. El Truvada no es un tratamiento completo para el VIH.
- No puedes encontrar un profesional médico o clínico que te proporcione pruebas del VIH y de ETS, además de prevención, junto con el Truvada.
- No puedes o no quieres cumplir con un régimen de pastillas diarias.
- Planeas tomarla solo durante cortos períodos, como por ejemplo los fines de semana que lo necesites.
- Tienes una enfermedad o mala salud en tus riñones.



¿Cuáles son los efectos secundarios?

La mayoría de las personas que toman Truvada no experimentan efectos secundarios. De hecho, algunas personas comentan que se preguntaban si la pastilla estaba funcionando debido a que no sentían ningún cambio.

No obstante, los efectos a corto plazo que se han notado en los estudios sobre la PrEP son dolores de cabeza, pérdida de peso y problemas estomacales como náuseas, diarrea y dolor de estómago. Estos se presentaron en cerca de 1 de cada 10 personas, y por lo general desaparecieron después de unas pocas semanas de tomar la pastilla.

Cerca de 1 en 200 personas tuvo problemas menores con la salud de los riñones, los cuales mejoraron cuando se suspendió el Truvada y se pudo reiniciar la PrEP después de una breve pausa. Algunas personas también experimentaron una leve pérdida de densidad ósea, aunque esta no fue motivo de preocupación. En cuanto a los efectos secundarios a más largo plazo, la mejor información que se tiene sobre el Truvada proviene de experiencia que han tenido las personas VIH positivas en más de una década de uso.

Algunas personas se preocupan acerca de otros efectos secundarios que han escuchado de otros medicamentos para el VIH, como los cambios en la distribución de la grasa. El Truvada no está asociado con ese tipo de efectos secundarios. Fue elegido para la PrEP debido no solo a sus pocos efectos secundarios sino a que es mucho más seguro que otros medicamentos para el VIH. Esta es una de las razones por la que es mejor prevenir el VIH, para evitar necesitar otros medicamentos en el futuro que podrían tener efectos secundarios más drásticos.

Un “efecto secundario” que raramente se menciona es que muchas personas terminan sintiéndose menos ansiosas acerca del VIH. Tienen más tiempo para organizar sus pensamientos, lo que los lleva a tomar decisiones más sanas que pueden ayudar a estabilizar sus relaciones, y sus ingresos, situación de vivienda o cualquier otro asunto que podría ser más duro de afrontar si tuvieran que preocuparse por el VIH. Tu podrías encontrar que la PrEP te brinda el espacio mental y emocional para ser más decidida acerca de todo lo relacionado con tu salud sexual.

¿Qué tan bien protege el Truvada contra a infección del VIH?

Las estimaciones provenientes de los estudios clínicos sugieren que las personas que toman Truvada todos los días, como es recetado, pueden esperar un 99% de reducción en el riesgo del VIH. En el estudio iPrEx (el cual investigó la eficacia de la PrEP en mujeres transgénero y hombres cisgénero que tienen sexo con otros hombres), los investigadores encontraron que las personas que contrajeron el VIH durante el estudio no estaban tomando la pastilla regularmente. Quienes tomaron la pastilla todos los días no contrajeron el VIH.

El mismo estudio encontró que solo un 18% de las mujeres transsexuales tomaron la PrEP cumplidamente como había sido recetada, pero entre las que tomaron la pastilla diariamente o casi todos los días, ninguna contrajo el VIH. No hubo infecciones con el VIH entre los participantes del estudio que tomaron la pastilla 4 días a la semana o más. Las personas que tomaron la pastilla todos los días estuvieron bien protegidas contra el VIH sin importar cuál era el estatus de VIH de su compañero.

¿Por qué tengo que hacerme una prueba de VHB?

Los dos medicamentos que contiene el Truvada también funcionan contra la hepatitis B. Por consiguiente, es importante saber si actualmente tienes hepatitis B antes de iniciar a PrEP. Si esa prueba muestra que no has estado expuesta a la hepatitis B, hazte poner las vacunas correspondientes, las cuales están cubiertas por la mayoría de los planes de seguros médicos.

Puedes tomar la PrEP al mismo tiempo que tomas los medicamentos para la hepatitis B. De hecho, es posible que te den Truvada para tratar la hepatitis B así como para prevenir el VIH. Sin embargo, si tienes una enfermedad activa de hepatitis B y suspendes repentinamente la PrEP, esto podría provocar peligrosos problemas del hígado. Trabaja con tu proveedor de atención médica para encontrar la manera más segura de suspender la PrEP si también tienes la enfermedad de la hepatitis B.

¿Qué pruebas necesitas hacerte?



ANTES DE QUE INICIES LA PrEP, deberás hacerte:

- Una prueba de anticuerpos/antígenos al VIH y posiblemente una prueba para detectar el VIH directamente.
- Pruebas de hepatitis B, función renal, y ETS (enfermedades de transmisión sexual).

MIENTRAS QUE ESTÉS TOMANDO LA PrEP, deberás:

- Hacerte pruebas rutinarias del VIH después del primer mes de estar en la PrEP y cada 3 meses para asegurar que permaneces VIH negativa.
- Hacerte análisis de laboratorio rutinarios para monitorear la salud de tus riñones en caso de efectos secundarios raros pero posibles. Si esto se convierte en una preocupación, es posible que tu médico te pida que tomes un descanso temporal de la PrEP.
- Tener una conversación honesta con tu proveedor de atención médica acerca de los efectos secundarios, cómo tomarla todos los días, y tu actividad sexual o con el uso de drogas. También deberás hacerte pruebas de ETS cada 3 a 6 meses dependiendo de tu nivel de riesgo.

¿Qué temas sería importante que hablaras con tu proveedor de atención médica?

- ¿Están bien informados, dispuestos y listos a apoyarte mientras estés en la PrEP? Si no, ¿están dispuestos a aprender? Puedes compartir con ellos los recursos que se suministran al final del folleto.
- ¿Con qué frecuencia quieren hacerte la prueba del VIH? (Por lo menos cada 3 meses.)
- ¿Tienes hepatitis B? Si no, ¿está tu vacuna todavía activa?
- ¿Para qué ETS debes hacerte pruebas y con qué frecuencia? ¿En todos los sitios de posible exposición se está pasando un hisopo o haciendo una prueba?
- ¿Cómo es la salud de tus riñones? ¿Es seguro iniciar la PrEP?
- ¿Te sientes segura en tu hogar? Tienes alguna preocupación de que un compañero sepa que estás tomando la PrEP?
- ¿Existe algún motivo por el cual temas que no seas capaz de tomar la pastilla todos los días, tales como una condición de vivienda inestable, no tener cobertura de seguro o lidiar con problemas económicos para sobrevivir? Pregunta si tu médico te puede conectar con recursos para aliviar algo del estrés y hacer que tomar la PrEP sea un poco más fácil para ti.



¿Cuándo debe empezar o dejar de tomar la PrEP?

Depende.

Por lo general, las personas usan la PrEP durante un período de tiempo cuando están en riesgo de contraer el VIH. Algunas pueden rápidamente adoptar comportamientos sexuales diferentes y solo usar la PrEP durante unos meses. Otras pueden elegir tomarla durante años. Incluso otras pueden tomarla por meses o años, suspenderla durante algún tiempo si no están en riesgo y luego reiniciarla si eso vuelve a cambiar. Tomar esta decisión —cuándo usar o no la PrEP— se toma mejor en conjunto con tu proveedor de atención médica.

También está bien suspenderla por otras razones. A lo mejor simplemente quieres dejar de tomarla, o puedes encontrar que tu riesgo de contraer el VIH ha cambiado, o que no te gustan los efectos secundarios, o que tienes problemas para tomar la pastilla todos los días. Cualquiera que sea la razón, es importante que hables primero con tu proveedor de atención médica para asegurarte de que estás haciendo todo lo demás para prevenir infectarte con el VIH. Recuerda que si contraes el VIH, de todas maneras vas a terminar tomando esta pastilla todos los días combinada con otros medicamentos como tratamiento, lo que posiblemente te puede provocar más efectos secundarios que el Truvada solamente.

Algo muy importante para recordar es que si tienes hepatitis B, deberás tener mucho cuidado para suspender la PrEP. Esto va a prevenir un peligroso empeoramiento de los problemas en el hígado, que pueden ocurrir cuando se suspende el Truvada de una sola vez.

En este momento los expertos recomiendan que las personas cuyo riesgo principal es a través del sexo anal tomen Truvada diariamente durante por lo menos 7 días antes de la exposición. Para otras formas de exposición, es mejor tomar la PrEP durante 20 días antes de la exposición.

En cuanto a dejar de tomar la PrEP, las indicaciones hasta hace poco han sido las de continuar el medicamento durante 28 días a partir del último encuentro sexual riesgoso antes de dejar de tomarla. Datos recientes del estudio IPERGAY sugieren que es probable que no tengas que tomarla por tanto tiempo, pero todavía no existe un consenso fuerte.

¿Por qué debe tomar la PrEP todos los días?

En pocas palabras, si no la tomas, no funciona.

Las mujeres transexuales tienen una de las tasas más altas de infección con el VIH en los Estados Unidos. Sin embargo, en el estudio iPrEx, solo un 18% de estas mujeres tomaron la PrEP cumplidamente como se les recetó. Las mujeres que no tomaron la pastilla no estuvieron protegidas. Muchas de ellas contrajeron el VIH, lo que pudo haberse prevenido fácilmente. Es mucho más fácil tomar una pastilla para la PrEP todos los días ahora que tomar medicamentos para tratar el VIH todos los días por el resto de tu vida.

Actualmente, la PrEP se receta como una sola pastilla, la cual ofrece la protección más confiable. No es mucho problema si accidentalmente omites una dosis de vez en cuando, o si no la tomas a la misma hora todos los días, pero lo mejor es que hagas todo lo posible por tomarla todos los días.

A mucha gente le parece fácil tomar pastillas todos los días, como por ejemplo tomar vitaminas. Esto puede ser todavía más fácil si se toman cuando ocurre algo de la rutina diaria como tomar el desayuno o cepillarse los dientes antes de irse a dormir.

También puede ayudar que el frasco de pastillas esté a plena vista como en la mesa de noche o en un estante del baño. Algunas personas utilizan la alarma del teléfono celular o una aplicación para recordar tomar pastilla. MediSafe es una aplicación gratuita que a muchas personas les ha parecido útil para recordarles de tomar sus medicamentos.

Si olvidas tomar la pastilla una vez, puedes tomarla al día siguiente y aún tener un alto grado de protección contra el VIH. En contraste, si olvidas usar un condón una vez y no estás tomando la PrEP, no tendrás ninguna protección durante ese encuentro, y no hay manera de volver atrás y cambiar ese hecho.

¿Qué pasa si contraes el VIH mientras tomas la PrEP?

A fin de controlar el virus, las personas VIH positivas toman tres medicamentos al mismo tiempo. Tomar solo dos medicamentos (el Truvada solo contiene dos medicamentos) no es suficiente para controlar la infección del VIH para alguien que esté infectado. Tomar menos medicamentos de lo debido permite que el VIH siga reproduciéndose y desarrolle cepas que los medicamentos ya no pueden controlar. En otras palabras, el virus se vuelve “resistente” a esos medicamentos.

Por consiguiente, si contraes el VIH mientras estás en la PrEP y no caes en cuenta de ello sino hasta después de que se haya desarrollado la resistencia a los dos medicamentos que contiene el Truvada, no podrás usarlos después para tratar el VIH. Puesto que el Truvada es preferido a muchos otros medicamentos para el VIH debido a su bajo riesgo de efectos secundarios, no poderlo usar limitaría mucho tus opciones de tratamiento. Ha resultado que casi todas las personas del pequeño número que ha desarrollado un virus resistente a los medicamentos estando en la PrEP ya estaban infectadas cuando la iniciaron, pero habían sido diagnosticadas incorrectamente como VIH negativas debido a que su infección era muy reciente.

Hay dos cosas que puedes hacer para prevenir la resistencia:

1 Antes de iniciar la PrEP, asegúrate de que eres VIH negativa. Si has sido infectada muy recientemente, tu prueba de anticuerpos podría decir que eres VIH negativa cuando en realidad eres positiva. Esto se debe a que tu cuerpo aún no ha desarrollado suficientes anticuerpos al VIH para que se detecten en la prueba. Por este motivo, es importante informar de cualquier síntoma parecido al de la gripe o salpullido a tu proveedor de atención médica antes de iniciar la PrEP ya que podrían ser síntomas de una infección aguda.

2 Mientras que estés en la PrEP, hazte la prueba después de un mes, y luego hazte la prueba rutinariamente cada 3 meses. Además, infórmale a tu proveedor si omites dosis o si desarrollas síntomas similares a los de la gripe o salpullidos inexplicados entre prueba y prueba.

¿Todavía tienes que usar condones?

Los condones funcionan maravillosamente cuando se usan. Son la manera más económica de prevenir contraer el VIH y protegen contra algunas ETS, mientras que la PrEP no. Sin embargo, la PrEP también es muy buena para algunas personas, especialmente si se lucha con el uso de condones, si simplemente no se quieren usar condones o si no tienes la opción de usar o no condones.

Usar condones no es siempre posible. Tu(s) compañero(s) puede(n) negarse a usarlo. Si estás deprimida o si usas abundantemente alcohol o drogas, los condones pueden parecer imposibles. Tú y tu compañero pueden ver el uso de condones como una señal de que ya no confía el uno en el otro, o de que se aman menos. Mucha gente lucha con el uso de condones; no hay motivo de sentirte avergonzada si tú no los usas.

En casi todos los estudios sobre la PrEP hasta ahora, la gente ha declarado que ha mejorado su uso de condones mientras que estaban en la PrEP. Muchas personas eligen usar condones tanto como les sea posible durante la PrEP.



La PrEP no previene la mayoría de ETS, pero reducirá fuertemente el riesgo del VIH, y te recordará hacerte pruebas cada 3 meses, de manera que si contraes otra ETS podrás tratarla de inmediato. Contraer otra ETS no es necesariamente un problema, sino no hacerte la prueba y desarrollar un cáncer o quedar ciega porque no sabes que tienes la ETS. La PrEP te ayudará a cuidar de ti misma de otras maneras fuera de protegerte contra el VIH, sin importar si además usas o no condones.

¿Debo mantener en secreto que estoy usando la PrEP?

Eso depende de ti.

Una de las cosas que podrías no pensar antes de empezar la PrEP es que ocurriría si alguien descubre que estás tomando Truvada. Algunos de tus familiares o amigos podrían saber para qué se usa la pastilla y asumir que eres VIH positiva. Es

probable que no sepan que se usa para la PrEP. Incluso si saben de la PrEP, es posible que tengan una opinión negativa sobre esta.

Tómate un tiempo para pensar cómo vas a tomar la pastilla todos los días, dónde la vas a guardar, y quién podría andar por ahí y verte. A muchas personas no les parece esto un inconveniente, pero para otras puede representar algunos problemas sociales innecesarios.

Además, muchos proveedores de atención médica aún no están enterados de que el Truvada puede usarse para la PrEP y por lo tanto asumir que eres VIH positiva. A lo mejor también tienes que explicarles qué es la PrEP, e incluso remitirlos a recursos clínicos para que lean.



NUESTRA CONCLUSIÓN PRINCIPAL: Si estás tomando la PrEP, te estás haciendo cargo de tu salud. La habrás considerado cuidadosamente y estarás actuado responsablemente para prevenir el VIH — tanto por ti misma como por tu comunidad. Eso es algo de que enorgullecerse. Si alguna vez escuchas que alguien desaprueba tu elección de usar la PrEP, quizás tengas la oportunidad de educarlos, si decides seguir por esa ruta.

¿Cómo se consigue la PrEP y cuánto cuesta?

Puesto que el Truvada fue aprobado por la FDA, está cubierto por el seguro médico. También debe estar disponible a través de los programas gubernamentales como Medicaid. Si tienes dificultad para acceder a la PrEP o si tu compañía de seguros trata de negar la cobertura, consulta nuestra lista de recursos al final de este folleto. ¡Querer es poder!

Tu seguro debe cubrir tanto el Truvada como las visitas médicas y las pruebas de laboratorio, sin que tengas que poner mucho dinero de tu bolsillo. Algunos planes de seguro requieren que tu médico llene previamente una autorización antes de que puedas recibir el medicamento.

Si tienes que hacer copagos con tu seguro privado, Gilead Sciences, el fabricante del Truvada, cubrirá hasta \$3,600/año (www.gileadadvancingaccess.com), de manera que muchas personas solo tienen que cubrir el copago de las visitas médicas y los análisis de laboratorio.

Algunos planes de seguro no son nada generosos, y pueden tener gastos de bolsillo muy altos por el costo de los medicamentos, o un coseguro que requiere que pagues un porcentaje del costo en lugar de un copago fijo. La Patient Advocate Foundation (www.patientadvocate.org) y la PAN Foundation (www.panfoundation.org) pueden estar en capacidad de ayudarte con estos altos costos, especialmente si se combinan con el programa de copagos de Gilead.

Para las personas que no tienen seguro médico y no son elegibles para Medicaid, o para las personas con seguros que no cubren los medicamentos, el Medication Assistance Program de Gilead ofrece medicamentos gratuitos para aquellos con ingresos de bajos a moderados.

Para aprender más acerca de los programas de copagos, visita el sitio web de Fair Pricing Coalition (www.fairpricingcoalition.org/projects/). Para una guía paso a paso sobre cómo pagar por la PrEP, lee el cuadro de Project Inform en www.projectinform.org/prep-chart.

¿Qué otras cosas es conveniente saber?

- Es seguro tomar hormonas en conjunto con la PrEP. Muchas mujeres usan el Truvada bien sea como PrEP o como tratamiento para HIV, y no se han observado problemas con el uso del Truvada y las hormonas al mismo tiempo.
- NO TOMES la PrEP por tu propia cuenta. Solo toma la PrEP como te la recete un proveedor de atención médica que pueda monitorear tu salud y cualquier posible efecto secundario. Vas a necesitar pruebas específicas al comienzo y durante el curso de la PrEP. Si no conoces los resultados de estas pruebas, tu salud podría sufrir. No compartas tu medicamento con otros, ya que para su seguridad ellos también deben ser monitoreados.
- NO TOMES solo unas pastillas durante el fin de semana o cuando vayas a tener sexo. Aunque el estudio IPERGAY encontró que las “dosis basadas en el sexo” eran relativamente seguras y eficaces, pocas personas en el estudio tomaron la PrEP durante menos de cuatro días a la semana. Por consiguiente, tomarla con menor frecuencia puede no ofrecer el mismo nivel de protección que tratar de tomarla todos los días.
- Aunque actualmente se están estudiando otros medicamentos para el VIH, ninguna otra pastilla fuera de Truvada y el Viread han mostrado prevenir la infección con el VIH. Por consiguiente, no es confiable usar ningún otro medicamento para el VIH en lugar del Truvada.
- Tomar la PrEP puede ser un cambio importante en tu vida, tus relaciones sexuales y otras relaciones de tipo íntimo. Considera hablar sobre la PrEP (y otros métodos de prevención) con tu(s) compañero(s) para continuar promoviendo un diálogo abierto acerca de las elecciones que haces.

Resources that may help

PATIENT INFORMATION ...

Pre-Exposure Prophylaxis

projectinform.org/prep

My PrEP experience

myprepexperience.blogspot.com

What is PrEP?

whatisprep.org

HIVE

hiveonline.org/for-you/transgender

Trans MSM:

Rethinking Sexuality & Health

facebook.com/groups/transMSM

PrEP Facts: Women's Sexuality & HIV Prevention

facebook.com/groups/PrEP4Women

PrEP Works for Transgender Women

<http://tinyurl.com/betatrans>

Transgender Women and PrEP

tinyurl.com/PrEPtransFenway

RESOURCES FOR CLINICIANS ...

Federal HIV PrEP Guidelines

tinyurl.com/PrEPCDCGuidelines

Federal Guidelines Supplement

tinyurl.com/PrEPCDCSupplement

Clinician Consultation Center

(only for clinicians)

800-933-3413, <http://nccc.ucsf.edu>

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

CDC Guidance on HIV PrEP for Various Populations

www.cdc.gov/hiv/prevention/research/prep

Traducido al español por Luis David Merino.

Nuestro agradecimiento a nuestro socio comunitario
por su liderazgo y producción de este folleto.



www.projectinform.org/prep