Hoja informativa sobre la PrEP

www.getprepd.org.au/es/

GET PrEP'D

Get PrEP'D (PrEPárate) es una iniciativa nacional de Australia para gais y otros hombres (cis o trans), incluso no binarios, que tienen sexo con hombres que toman la PrEP (profilaxis previa a la exposición).

¿QUÉ ES LA PrEP?

PrEP significa profilaxis previa a la exposición. La **PrEP** es una píldora que las personas que son VIH negativas pueden tomar para prevenir el VIH. Tomar la **PrEP** antes de exponerse al VIH significa que tienes medicamento suficiente en tu organismo para detener el VIH, si es que este entra en tu cuerpo. Si la **PrEP** se toma según lo prescrito, ha demostrado ser muy eficaz en la prevención del VIH y reduce el riesgo de transmisión del VIH en casi un **100 %.**

¿PARA QUIÉN ES LA PrEP?

La PrEP se recomienda a todas las personas con riesgo de contraer el VIH.

Los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres (incluyendo trans y no binarios) pueden estar en riesgo si:

has tenido relaciones sexuales, o es probable que las tengas, sin condón (o si el condón se rompe o se cae) con parejas ocasionales

has tenido relaciones sexuales, o es probable que las tengas, sin condón (o si el condón se rompe o se cae) con una pareja seropositiva que no está en tratamiento o que está en tratamiento, pero tiene una carga viral detectable

consumes drogas recreativas como el cristal (metanfetamina) o el GHB (gamma hidroxibutirato)

has tenido recientemente una ITS, como gonorrea anal, clamidia anal o sífilis.

¿CÓMO PUEDO EMPEZAR A TOMAR LA PrEP?

Para empezar la **PrEP**, primero tendrás que consultar a tu médico para obtener una receta. Cualquier médico de familia puede recetar la **PrEP**. Antes de tomar la **PrEP**, debes ser VIH negativo, por lo que tendrás que hacerte la prueba del VIH. Tu médico también te hará pruebas de otras ITS y revisará tu salud renal. Una vez que empieces a tomar la **PrEP**, tendrás que hacerte un examen completo de salud sexual cada tres meses, cuando vuelvas a obtener tu siguiente receta de **PrEP**, y tu médico también podrá revisar tu salud renal.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR LA PrEP Y CUÁNTO CUESTA?

Si eres un residente australiano con tarjeta de Medicare, una vez que tengas la receta del médico, puedes obtener la **PrEP** en tu farmacia más cercana, como lo harías con otros medicamentos con receta (aunque es posible que algunas farmacias tengan que ordenarla). Al igual que ocurre con otros medicamentos de venta con receta subvencionados por el gobierno, cuando adquieras la **PrEP** en la farmacia tendrás que hacer un pago.

Actualmente, la **PrEP** cuesta **31.60** dólares por receta (**30** pastillas) y **7.70** dólares para los titulares de tarjetas de descuento [concession card].

	PRECIO	TARJETAS DE DESCUENTO [CONCESSION CARD]
30 PASTILLAS	31.60 dólares	7.70 dólares

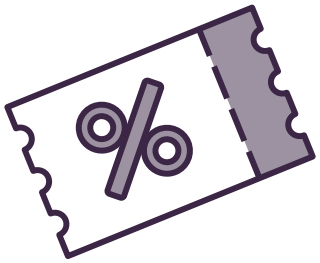
También puedes comprar los medicamentos en una farmacia extranjera en línea e importarlos legalmente a Australia. El costo varía, por lo que puede ser útil comparar los precios en distintos sitios web.

Puedes encontrar más información sobre las formas de obtener la **PrEP** aquí: **www.getprepd.org.au/es/ways-to-get-prep/**

¿CÓMO PUEDO OBTENER LA PrEP SI NO TENGO UNA TARJETA DE MEDICARE?

Si no tienes una tarjeta de Medicare, puedes importar legalmente 3 meses de la **PrEP** a la vez, a través de sitios web de farmacias extranjeras. No obstante, necesitarás una receta de tu médico antes de hacer el pedido en línea. El siguiente sitio web tiene más información, incluyendo cómo buscar estas farmacias extranjeras en línea: **www.getprepd.org.au/es/ways-to-get-prep/#personalimportation**

¿QUÉ PASA SI TENGO DIFICULTADES PARA PAGAR LA PrEP?



Si no puedes costear la PrEP, puedes solicitar ayuda a través de los programas de cupones. Puedes encontrar más información sobre estos aquí: **www.getprepd.org.au/es/cant-afford-prep/**

¿Y QUÉ HAY DE OTRAS ITS?

La **PrEP** previene el VIH, pero no otras ITS, ni el embarazo. Los exámenes regulares de salud sexual son importantes para todos los hombres sexualmente activos. Si eres sexualmente activo, deberías realizarte exámenes periódicos de salud sexual cada tres meses. Si estás tomando la **PrEP**, estas pruebas de ITS periódicas pasan a formar parte de cada visita a tu médico para que te recete la **PrEP**, con el fin de garantizar que si tienes una ITS se diagnostique y se trate rápidamente. Las ITS pueden ser asintomáticas, por lo que es importante realizar pruebas periódicas.

¿CÓMO DEBO TOMAR LA PrEP?

Hay diferentes maneras de tomar la **PrEP**, es el mismo medicamento, sólo que se toma de diferentes maneras. Puedes elegir la opción que más te convenga.

PrEP DIARIA

Si eres un hombre cisgénero (no trans) que tiene relaciones sexuales con hombres, puedes empezar tomando **dos píldoras** al menos **2** a **24** horas antes de tener relaciones sexuales para lograr niveles altos de protección, después, toma **una píldora** al día.

HOMBRES CISGÉNERO QUE TIENEN RELACIONES SEXUALES CON HOMBRES:		
DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3
PrEP PrEP Niveles altos de protección	PrEP	PrEP

Si eres una persona trans o de género diverso que tiene relaciones sexuales con hombres, se recomienda la **PrEP** diaria. Esto garantiza una protección total si estás tomando hormonas de afirmación de género y si tienes relaciones sexuales por el orificio frontal o por la vagina. Toma una píldora diaria durante siete días completos para obtener una protección total, y luego una píldora al día.

TODAS LOS DEMAS			
DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
PrEP	PrEP	PrEP	PrEP
DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	
PrEP	PrEP	PrEP Protección total	

La **PrEP** diaria también puede incluir la toma de la **PrEP** durante periodos de tiempo específicos en los que quieras protegerte del VIH, como durante el verano, en vacaciones o en eventos de celebración del orgullo.

PrEP A DEMANDA (O PrEP DE ACUERDO A LA OCASIÓN)

Es posible que prefieras la **PrEP** a demanda si no estás teniendo suficientes relaciones sexuales para justificar la **PrEP** diaria, y así reducir el costo, si no quieres tomar pastillas a diario. Tienes que poder planificar con antelación cuándo vas a tener relaciones sexuales o poder retrasarlas al menos **2 horas**. Si utilizas la **PrEP** a demanda, tienes que respetar el régimen de dosificación, ya que, si te saltas una dosis, es posible que no prevengas el VIH. Si te resulta difícil acordarte de tomar medicamentos, puede que esta no sea la mejor opción para ti.

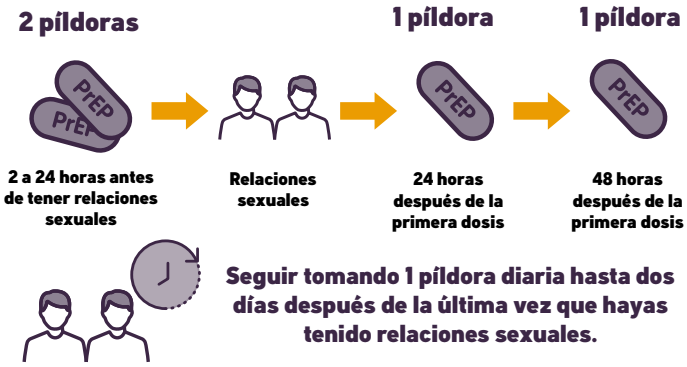
Si eres una persona trans o de género diverso, no se recomienda la **PrEP** a demanda. Si se toman hormonas de afirmación de género y si se tienen relaciones sexuales por el orificio frontal o por la vagina, se recomienda la **PrEP** diaria para garantizar una protección total.

Para tomar la PrEP a demanda, necesitas:

- **tomar dos píldoras al menos 2 a 24 horas antes de tener relaciones sexuales,**
- **tomar una píldora 24 horas después de la primera dosis doble,**
- **tomar una píldora 24 horas después (48 horas después de la primera dosis doble).**

Una forma fácil de recordarlo es: **2+1+1**

Si vuelves a tener relaciones sexuales en este tiempo, tienes que seguir tomando una píldora diaria hasta dos días después de la última vez que hayas tenido relaciones sexuales.



¿CÓMO PUEDO DEJAR DE TOMAR LA PrEP DE FORMA SEGURA?

Si eres un hombre cisgénero (no trans) que tiene relaciones sexuales con otros hombres, para dejar de tomar la **PrEP**, tendrás que tomar una píldora al día, durante **48 horas** después de la última vez que hayas tenido relaciones sexuales. Si eres una persona trans o de género diverso, deberás tomar una píldora al día durante **28 días** después de la última vez que hayas tenido relaciones sexuales.

¿CÓMO DEBO EMPEZAR DE NUEVO LA PrEP DESPUÉS DE UNA PAUSA?

Muchos hombres dejaron de tomar la **PrEP** durante la pandemia del **COVID-19**, ya que los confinamientos y otras restricciones hicieron que tuvieran menos relaciones sexuales. Si después de una pausa vas a volver a tomar la **PrEP**, lo primero que debes tener en cuenta es cuándo fue tu último examen de salud sexual, para asegurarte de que seas VIH negativo. Si no te has hecho uno en los últimos tres meses, debes considerar hacértelo. Además, debes revisar cuántas píldoras te quedan, si se han guardado de forma segura, que no hayan caducado y si tienes una receta vigente.

Cuando vuelvas a tomar la PrEP, asegúrate de tomarla de la forma recomendada en tus circunstancias, y sigue el régimen de dosificación para asegurarte de obtener una protección completa.

¿QUÉ EFECTOS SECUNDARIOS TIENE?

Los medicamentos utilizados para la **PrEP** son seguros y bien tolerados. La mayoría de las personas no experimentan ningún efecto secundario. Algunas personas sufren efectos secundarios leves, como náuseas, diarrea y dolores de cabeza, al comenzar la **PrEP**. Estos efectos secundarios suelen desaparecer en unos días o semanas. En muy raras ocasiones, la **PrEP** puede afectar a la función renal.

También hay un efecto muy leve en la densidad mineral ósea, pero ésta volverá a la normalidad después de dejar de tomar la **PrEP**. Tu médico supervisará los efectos secundarios con análisis de sangre de la función renal.

¿QUÉ HAY ACERCA DE OTRAS OPCIONES DE PREVENCIÓN DEL VIH?

Ahora más que nunca, hay una serie de opciones disponibles para prevenir el VIH. Puedes elegir la opción o la combinación de opciones que más te convenga. La **PrEP** es una de las opciones. Otras opciones incluyen las siguientes:

- Los **condones**, cuando se utilizan correctamente, son eficaces para prevenir el VIH y el embarazo, y ayudan a reducir el riesgo de otras ITS (aunque no eliminan el riesgo).
- La **carga viral indetectable (CVI)** es eficaz para prevenir la transmisión del VIH. Si una persona con VIH está tomando el tratamiento y tiene una carga viral indetectable, esto significa que no puede transmitir el VIH a sus parejas. A esto se le conoce como Tratamiento como Prevención. También se escucha hablar de esto como "U=U", lo que significa "indetectable es igual a intransmisible".
- La **profilaxis post exposición (PEP)** está disponible si crees que has estado expuesto al VIH. Esto no es lo mismo que la **PrEP**. La PEP es un curso de medicamentos que se toma durante un mes, después de una posible exposición al VIH. La PEP debe iniciarse lo antes posible. Es más eficaz cuando se empieza en las primeras 24 horas, pero tiene que iniciarse en las 72 horas posteriores a la exposición. Para más información, visita **www.getpep.info**.

Consulta más información sobre las formas de prevenir el VIH, aquí:
www.getprepd.org.au/es/other-ways-to-prevent-hiv/

Para más información: www.getprepd.org.au/es/