

# GUÍA DEL USUARIO PARA





**PEP**

**Prevenga el VIH**  
después de la exposición

# PEP

## Introducción a PEP

- PEP (siglas en inglés de profilaxis postexposición) es un medicamento de emergencia que puede prevenir la infección por el VIH si se comienza a tomar cuanto antes, **dentro de las 36 horas posteriores —y no más de 72 horas después— a una posible exposición** al VIH.
- PEP evita que una exposición al VIH se convierta en una infección por el VIH.
- Para prevenir el VIH, tome PEP según se lo hayan recetado, durante **28 días**.

Si cree que estuvo expuesto al VIH, comuníquese con la línea directa de PEP de la Ciudad de Nueva York llamando al **844-373-7692**, o acuda de inmediato a una clínica o a una sala de emergencias y pida PEP

**PEP** = Siglas en inglés de profilaxis postexposición

**Prophylaxis** = Prevención

# Tome PEP a diario, según se lo hayan recetado, durante 28 días

- Pregúntele a su proveedor de atención de salud o al farmacéutico sobre cómo tomar sus pastillas. Existen diferentes combinaciones de medicamentos para PEP. Puede que tenga que tomar algunas pastillas una vez al día y otras pastillas dos veces al día.
- Para ayudarle a recordar:
  - Mantenga sus frascos de pastillas en un lugar visible.
  - Tome PEP antes o después de alguna actividad diaria, como desayunar o lavarse los dientes.
  - Fije recordatorios diarios para tomar PEP en su teléfono o en su reloj. Para recibir mensajes de texto que le recuerden que debe tomar su medicamento, envíe un mensaje de texto con la palabra **MEDS** (medicamentos) al **877877**.

## Paquete de inicio para PEP

Usted podría recibir un "paquete de inicio" con pastillas para los primeros días del tratamiento de PEP. Es posible que tenga que surtir una receta médica para el resto de los 28 días. Para evitar interrumpir el tratamiento de PEP, **surta su receta médica tan pronto como sea posible** e informe a la clínica donde se le recetó si tiene algún problema para adquirir las pastillas por cualquier motivo.

## ¿No sabe si continuar con PEP?

- **No** suspenda el tratamiento de PEP sin antes consultar con su proveedor de atención de salud.
- Si no puede pagar el tratamiento de PEP, avísele a su proveedor. Es posible que ellos puedan ayudarle a obtener asistencia económica.



## Si se le olvida tomar una pastilla, tómela tan pronto se acuerde

- Sin embargo, **no** debe tomar dos dosis al mismo tiempo para ponerse al día.
- Si suele olvidar las dosis regularmente, pregúntele a su proveedor de atención de salud acerca de maneras de seguir con el tratamiento.

### Lleve su PEP siempre con usted

Lleve siempre una dosis diaria de su tratamiento de PEP en un pastillero o envuelta en papel de aluminio. De esta manera, aunque cambie de rutina, aún podrá tomar las pastillas de su tratamiento de PEP y cumplir con el programa.

## Consulte con su proveedor de atención de salud

- Como parte de su tratamiento de PEP, su proveedor programará consultas de seguimiento o le dará un seguimiento por teléfono, por mensaje de texto o por correo electrónico para lo siguiente:
  - Ver si está tomando su PEP de acuerdo a lo recetado
  - Preguntarle si ha presentado algún efecto secundario
  - Responder a cualquier pregunta acerca de PEP, el VIH o sobre alguna otra infección de transmisión sexual (ITS)
- Se le harán pruebas de detección del VIH tres veces: al iniciar el tratamiento de PEP, justo después de que lo termine y dos meses después de haber terminado el tratamiento de PEP.
- Infórmele inmediatamente a su proveedor si tiene fiebre, glándulas inflamadas o sarpullido, ya que estos podrían ser signos de infección por el VIH en etapa temprana o de otra ITS. En esta etapa se necesitan hacer pruebas especiales para diagnosticar el VIH. Recibir un diagnóstico y su tratamiento a tiempo podría ofrecer beneficios para su salud y ayudarle a evitar que transmita el VIH a otros.

Puede programar consultas de seguimiento con su médico o enfermero habitual o en otras clínicas que tengan experiencia administrando PEP. Consulte la contraportada para obtener más información acerca de cómo buscar una clínica que pueda ayudarle con el tratamiento de PEP.



**PEP** me mantuvo  
**VIH-**

PEP es una opción de prevención eficaz para mujeres transgénero y no interferirá con el tratamiento hormonal.



## PEP y la salud reproductiva

- Si usted está embarazada, intentando concebir o amamantando, todavía puede usar PEP para prevenir el VIH. La persona que le recete PEP puede analizar cualquier inquietud en cuanto a la seguridad con un especialista en VIH.
- PEP no interferirá con el método anticonceptivo hormonal, incluyendo el anticonceptivo de emergencia.



## Conozca los efectos secundarios

- PEP puede causar efectos secundarios leves que incluyen: náusea, malestar estomacal, fatiga y dolores de cabeza.
- A menudo estos síntomas mejoran o desaparecen después de la primera semana del tratamiento de PEP.
  - Para prevenir las náuseas, tome PEP con un refrigerio o antes de acostarse. Esto hará que la náusea sea menos perceptible.
  - Para aliviar las náuseas, coma un dulce de jengibre o tome té de menta.
  - En caso de inflamación del estómago o gases, intente un medicamento para aliviar los gases sin receta.
  - Si sufre de heces blandas, tome un suplemento de fibra.
- Hable con su proveedor de atención de salud si los efectos secundarios no desaparecen.

## Después del tratamiento de PEP, considere un tratamiento de PrEP

- El **tratamiento de PEP** de emergencia lo protege después de haber estado expuesto al VIH. Puede repetir el tratamiento de PEP si ha estado expuesto nuevamente. PrEP (siglas en inglés de profilaxis previa a la exposición) es una mejor opción si usted no tiene VIH y es posible que pueda volver a exponerse al VIH.
- **PrEP** es una pastilla diaria que reduce enormemente su riesgo de contraer el VIH, pero debe tomarla todos los días.
- Si le preocupa el VIH, pregúntele a su médico si PrEP podría ser la opción indicada para usted.

### Otras maneras de prevenir el VIH

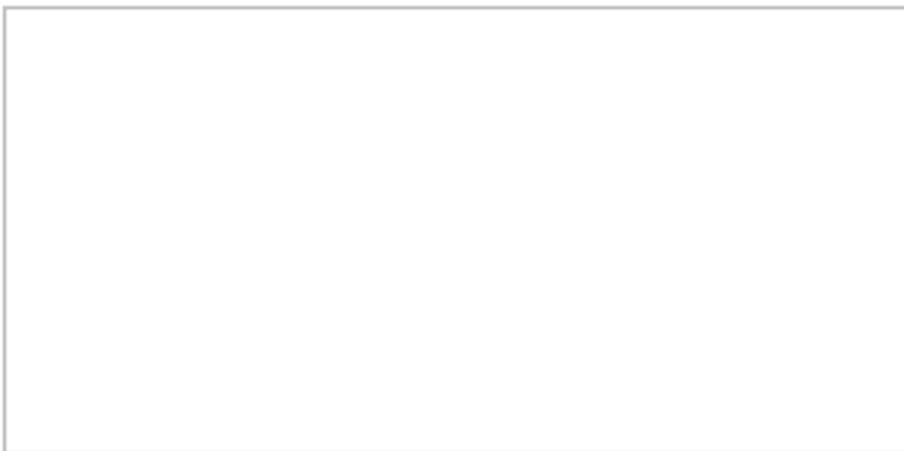
- **Use condones u otros métodos anticonceptivos siempre que le sea posible**, preferiblemente cada vez que tenga sexo, incluso si está en tratamiento de PEP o PrEP. Los tratamientos de PrEP y PEP no le protegen de otras ITS ni del embarazo; los condones sí.
- **Use lubricante a base de silicona o a base de agua**, especialmente durante el sexo anal.
- **Hágase pruebas de detección.** Esa es la única manera de saber si usted o su pareja tienen VIH.
- **Apoye a sus parejas que vivan con VIH.** Motívelas para que reciban atención para el VIH y para que tomen sus medicamentos para el VIH todos los días, de manera que puedan mantenerse saludables y no le transmitan el VIH a usted ni a otras personas.

**Tome PEP todos los días y lleve un registro de cada vez que lo tome.**

<b>Día 1</b>	<b>Día 2</b>	<b>Día 3</b>	<b>Día 4</b>
X	X	X	X
<b>Día 5</b>	<b>Día 6</b>	<b>Día 7</b>	<b>Día 8</b>
X	X	X	X
<b>Día 9</b>	<b>Día 10</b>	<b>Día 11</b>	<b>Día 12</b>
X	X	X	X
<b>Día 13</b>	<b>Día 14</b>	<b>Día 15</b>	<b>Día 16</b>
X	X	X	X
<b>Día 17</b>	<b>Día 18</b>	<b>Día 19</b>	<b>Día 20</b>
X	X	X	X
<b>Día 21</b>	<b>Día 22</b>	<b>Día 23</b>	<b>Día 24</b>
X	X	X	X
<b>Día 25</b>	<b>Día 26</b>	<b>Día 27</b>	<b>Día 28</b>
X	X	X	X

# Cinco pasos para tomar PEP

1. Tome PEP según se lo hayan recetado, diario durante 28 días. Utilice el calendario incluido en esta guía para ayudarle a asegurarse de tomar su PEP todos los días.
2. Si se le olvida tomar la pastilla, tómela tan pronto se acuerde. Sin embargo, **no** debe tomar dos dosis al mismo tiempo para ponerse al día.
3. Consulte con su proveedor de atención de salud.
4. Infórmele a su proveedor si sufre algún efecto secundario.
5. Después del tratamiento de PEP, considere tomar PrEP y usar condones siempre que pueda para divertirse y cuidarse.



## ¿Tiene preguntas acerca de PEP?

Para obtener más información, visite [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque las palabras "HIV PEP".

Si cree que ha estado expuesto al VIH, comuníquese con la línea directa de PEP de la Ciudad de Nueva York llamando al **844-373-7692**, o acuda de inmediato a una clínica o a una sala de emergencias y pida PEP.