

GUÍA DEL USUARIO PARA 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**.

Cinco pasos para tomar PEP

1. Tome PEP según se lo hayan recetado, diario durante 28 días

- Pregunte a su proveedor de atención médica o al farmacéutico sobre cómo tomar sus pastillas. Existen diferentes combinaciones de medicamentos para PEP. Es posible que usted tenga que tomar algunas pastillas una vez al día y otras, dos veces al día.
- Para ayudarlo a no olvidarse:
 - Mantenga sus frascos de pastillas en un lugar donde pueda verlos.
 - 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 **CUIDESE** al **877877**, y luego mande un mensaje de texto con la palabra **MEDICINAS** al mismo número.

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 que se interrumpa 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 o no con PEP?

- **No** suspenda el tratamiento de PEP sin antes hablar con su proveedor de atención médica.
- Si no puede pagar el tratamiento de PEP, infórmelo a su proveedor. Es posible que ellos puedan ayudarlo a obtener asistencia económica.

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

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

2. Si se le olvida tomar una pastilla, tómelas tan pronto se acuerde

- Sin embargo, **no** debe tomar dos dosis al mismo tiempo para ponerse al día.
- Si se le olvidan dosis regularmente, pregúntele a su proveedor de atención médica acerca de maneras de seguir con el tratamiento.

Lleve su PEP consigo

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 mantener sus horarios.

3. Consulte con su proveedor de atención médica

- Como parte de su tratamiento de PEP, su proveedor programará citas para consultas de seguimiento, o le dará seguimiento por teléfono, por mensaje de texto o por correo electrónico para:
 - Ver si está tomando su PEP de acuerdo a lo recetado
 - Preguntarle si tiene algún efecto secundario
 - Responder a cualquier pregunta acerca de PEP, el VIH o alguna otra infección de transmisión sexual (ITS)
- Se le harán pruebas del VIH tres veces: cuando inicie 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 del VIH en etapa temprana o de otra ITS. En esta etapa se necesitan hacer pruebas especiales para diagnosticar el VIH. Recibir temprano un diagnóstico y su tratamiento podría ofrecer beneficios para su salud y ayudarle a evitar que contagie el VIH a otros.

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

4. Conozca los efectos secundarios

- PEP puede causar efectos secundarios que incluyen: náusea, malestar estomacal, fatiga y dolores de cabeza.
- A menudo estos síntomas se alivian o desaparecen después de la primera semana del tratamiento de PEP.
 - Para evitar las náuseas, tome su PEP con un refrigerio o antes de ir a la cama para que la náusea le moleste menos.
 - Para aliviar las náuseas, coma un dulce de jengibre o tome té de menta.
 - Si tiene gases o distensión estomacal, pruebe tomar algún medicamento de venta libre para aliviar el malestar estomacal.
 - Si le molesta tener las heces blandas, pruebe tomar un suplemento de fibra.
- Hable con su proveedor de atención médica si los efectos secundarios no desaparecen.

5. 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 se ha expuesto nuevamente. **PrEP** (siglas en inglés de profilaxis **previa de la exposición**) es una mejor opción si usted es VIH negativo y es posible que pueda volver a estar expuesto 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 lo indicado para usted.
- Pregúntele a su médico o enfermera si PrEP podría ser adecuado para usted.

Más formas de prevenir el VIH

- **Use condones siempre que 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 lo hacen.
- **Use silicona o lubricante 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 el VIH.
- **Apoye a sus parejas que vivan con VIH.** Motíveles 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.

Cinco pasos para tomar PEP

1. Tome PEP según se lo hayan recetado, diario durante 28 días. Utilice el calendario que se incluye en esta guía para ayudarle a asegurarse de tomar su PEP todos los días.
2. 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.
3. Consulte con su proveedor de atención médica.
4. Infórmele a su proveedor si los efectos secundarios le están molestando.
5. Después del tratamiento de PEP, considere tomar PrEP y usar condones siempre que pueda para divertirse con protección y seguir saludable.

¿Preguntas acerca de PEP?

Para obtener más información, visite nyc.gov y busque **HIV PEP**.

Llame al 311 para buscar una clínica cercana que tenga experiencia proporcionando PEP.