

BUENAS PRÁCTICAS

EN EL CONSEJO ASISTIDO

EN PROFILAXIS

PRE-EXPOSICIÓN

EN ENTORNOS

COMUNITARIOS

(PrEP)



Edición: Guía elaborada por Coordinadora estatal de VIH y Sida (CESIDA) y Federación Estatal de Gais, Lesbianas, Trans y Bisexuales (FELGBT).

Ilustración y maquetación: Mary Ortega_graphic design.

Con la colaboración de **Viiv Healthcare**: Ha colaborado con este proyecto, pero no ha tenido ningún control editorial sobre el contenido de los materiales.

Descargo de responsabilidad: La información contenida en esta guía no pretende sustituir la proporcionada por profesionales sanitarios. Las decisiones sobre el tratamiento siempre deberían tomarse tras consultar con tu médico.

Con la subvención de la **Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida**.

Publicado en Madrid en 2020.

Elaborado por:



www.felgbt.org



Subvencionado por:



Financiado por:



Índice

3 I. INTRODUCCIÓN

5 II. ELEMENTOS CLAVE DE CONSEJO PARA
LA REDUCCIÓN DE RIESGOS

6 Antes de empezar

8 Seguimiento

9 III. LA ENTREVISTA

19 IV. ¿QUÉ ES LA PrEP?
PREGUNTAS Y RESPUESTAS

32 CONCLUSIÓN

I. Introducción

La profilaxis pre-exposición (PrEP) al VIH supone el uso de fármacos antirretrovirales para prevenir la infección por el virus. Está indicada en aquellas personas con mayor riesgo de contraer la infección por el VIH y la previene, con gran eficacia, cuando se sigue correctamente la prescripción médica.

En España, esta nueva indicación fue incluida en la cartera farmacéutica el 30 de septiembre de 2019 y se ha ido implementando, gradualmente, en los Sistemas Autonómicos de Salud (SAS). Los medicamentos antirretrovirales indicados para la PrEP están clasificados por la AEMPS como de uso hospitalario y, por lo tanto, solo pueden dispensarse en servicios de farmacia hospitalaria o en centros asistenciales autorizados por las Comunidades Autónomas (CC.AA.). Todo ello sin aportación del usuario y sin cupón precinto¹. Los circuitos de implementación varían entre CC. AA. en la mayoría de ellas se dispensa en las Unidades de VIH hospitalarias y Centros de ITS hospitalarios y extrahospitalarios. En la actualidad el único centro comunitario autorizado en España para dispensar la PrEP es el BCN PrEP Point en la ciudad de Barcelona. El consejo asistido al paciente es una

herramienta esencial tanto para mejorar la adherencia como para disminuir las prácticas de riesgo. El papel de las ONG es fundamental para informar y poder derivar a las personas subsidiarias del uso de la PrEP y para asegurar la adherencia tanto a la medicación como a las revisiones de las personas usuarias del programa².

El objetivo del presente documento es facilitar una metodología común para llevar a cabo el consejo asistido en el uso de PrEP en entornos comunitarios sin menoscabo de que esta la puedan implementar por otros profesionales implicados en la dispensación de la pastilla preventiva y la respuesta al VIH.

En el anexo a este documento se presenta un listado de preguntas y respuestas frecuentes para los equipos asesores y usuarios.

1. Grupo de Trabajo de PrEP. Plan Nacional sobre el Sida. Ministerio de Sanidad. *Manual de implementación de un Programa de Profilaxis Preexposición al VIH en España*. Febrero 2020
2. Idem.

Este manual es una adaptación de los siguientes documentos:

Herramienta de la OMS para la implementación de la profilaxis previa a la exposición al VIH. Módulo 3: Consejeros. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2018 (OPS/CDE/18-056). Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.^{3-4:}

- *Módulo Herramienta de la OMS para la implementación de la profilaxis previa a la exposición al VIH. Módulo 11: Usuarios de la PrEP.* Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2019 (OPS/CDE/19-005). Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

- *¿Qué es el 2 + 1 + 1? Profilaxis Pre-exposición PrEP a demanda para prevenir el VIH en hombres que tienen sexo con hombres: actualización de la recomendación de la OMS sobre PrEP oral.* Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2019 (OMS / CDS / VIH / 19.8). Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

- *Manual de implementación de un Programa de Profilaxis Preexposición al VIH en España.* Grupo de Trabajo de PrEP. Plan Nacional sobre el Sida. Ministerio de Sanidad. Febrero 2020.

3. La presente adaptación no es obra de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). La OPS no se hace responsable del contenido ni de la exactitud de la adaptación. La edición original en inglés será el texto auténtico y vinculante.
4. Esta traducción no ha sido creada por la Organización Mundial de la Salud (OMS). La OMS no es responsable por el contenido o la precisión de esta traducción. La edición original en inglés será la edición vinculante y auténtica.



II. Elementos clave de consejo para la reducción de riesgos

El consejo asistido es una herramienta y una intervención fundamental de los programas de PrEP tanto para mejorar la adherencia como para promover la salud sexual y reducir riesgos. Idealmente, el consejo asistido deberían realizarlo —en estrecha coordinación con el equipo médico— por enfermeros/as, psicólogos/as o educadores pares convenientemente formados. Las metas del consejo dependerán de si el usuario está comenzando con la PrEP o si ya la recibe. El asesoramiento puede explorar el estado de salud sexual actual y los planes de protección frente al consumo de drogas, sensibilizando acerca de la PrEP y otras estrategias de prevención. El asesoramiento para las personas interesadas en la PrEP se debe centrar en reforzar la sensibilización sobre esta como una opción de prevención, y ayudar a los usuarios a decidir si la PrEP es conveniente en su caso.

Muchos de los métodos de asesoramiento empleados para respaldar la utilización de la PrEP recurren a las

estrategias de la entrevista motivacional. Estos enfoques se centran en el refuerzo de la motivación para una correcta utilización de la PrEP, incluidas las consecuencias percibidas, no solo de falta de adherencia, sino también del costo del cumplimiento.

Los elementos clave del consejo para la reducción de riesgos incluyen:

- Crear y mantener un clima de confianza y confidencialidad para construir un diálogo permanente que permita discutir sobre conductas sexuales y uso de sustancias.
- Respetar la autonomía y las decisiones del usuario teniendo en cuenta sus experiencias en el contexto de su realidad social.
- Facilitar la toma de decisiones y la resolución de problemas.
- Utilizar un lenguaje asertivo, empático, que huya del paternalismo y evite tecnicismos.

- Reforzar que la PrEP ofrece un nivel muy alto de protección si se toma tal como ha sido prescrita. El uso de otras medidas de prevención podría proporcionar un nivel todavía mayor de protección.
- Realizar un abordaje, integral y personalizado, de la salud sexual y el consumo de drogas (en el caso de que se diese tal consumo) no enjuiciador.

Antes de empezar

El consejo para las personas interesadas en la PrEP se debe centrar en reforzar la sensibilización sobre la PrEP como una opción de prevención y ayudar a los usuarios a decidir si la PrEP es conveniente en su caso. La autonomía y el respeto de las decisiones del usuario son imprescindibles. El asesoramiento centrado en el usuario hace hincapié en los siguientes aspectos:

- El intercambio de conocimientos.
- El respeto de las experiencias de la persona en el contexto de su realidad social.
- El reconocimiento y, según corresponda, la participación de personas que influyen en la vida del usuario.
- La creación de oportunidades que fomenten la autonomía y el éxito.

A las personas que eligen tomar la PrEP, el asesoramiento debe servirles de preparación para iniciarla, explicar su funcionamiento y elaborar un plan específico de utilización.

En estas sesiones se incidirá en aspectos como:

- Asegurar que el usuario comprende su funcionamiento, riesgos, beneficios y necesidad de adherencia.
- Determinar su idoneidad a través de una valoración de riesgo por medio de entrevistas o herramientas estandarizadas y tratar de identificar potenciales problemas psicosociales.
- Proporcionar estrategias habituales que favorecen la adherencia.
- Informar de estrategias complementarias de reducción de daños y de otras herramientas preventivas —como el preservativo— para reducir el riesgo de adquisición de ITS.

Además, es conveniente informar a los usuarios acerca de los siguientes aspectos:

- Las dosis que se deben tomar a fin de lograr la mayor protección.
- Qué hacer cuando se omite una dosis.

- La importancia del seguimiento clínico continuo durante la PrEP.
- Los efectos secundarios y su manejo.
- Cómo interrumpir y reanudar la PrEP sin riesgo.
- La reducción de daños en las personas que consumen drogas.
- La planificación integral de la prevención de la infección por el VIH y otras ITS.
- Las pruebas de detección del VIH.
- Las pruebas de detección del VIH y el tratamiento de la pareja o parejas.
- El cribado y el tratamiento de las ITS.
- Las metas reproductivas, la concepción, el embarazo y la anticoncepción sin riesgos.
- La prevención, las pruebas diagnósticas y el tratamiento de la hepatitis B y C.
- El suministro de preservativos y lubricantes.
- La detección de trastornos de salud mental y su tratamiento (en especial la depresión).



Seguimiento

En el asesoramiento durante las consultas de seguimiento, se pueden aplicar, además, las siguientes estrategias:

- Monitorizar la presencia de comportamientos de alto riesgo y proporcionar estrategias para reducirlos.
- Discutir el uso de otros métodos anticonceptivos.
- Evaluar consumo de sustancias y salud mental y, si fuera necesario, derivar a otros recursos especializados.
- En usuarios de PrEP con parejas con VIH, sin TAR, se debería recomendar el inicio del TAR en la pareja en cada visita.
- En usuarios que mantienen un riesgo elevado o que necesitan servicios adicionales de prevención, derivar a programas con intervenciones más intensivas.
- En hombres que practican slamming (inyección de drogas en el contexto del chemsex) y otras PID, proveer material estéril o referir a un centro de atención a drogodependientes y/o a puntos de dispensación de jeringuillas.
- Proporcionar apoyo e información en el caso del diagnóstico de una ITS (medidas preventivas para evitar la transmisión o

consejos sobre cómo revelar el diagnóstico a las parejas sexuales).

- Asesoramiento para la PrEP, y los factores que pueden facilitar u obstaculizar su utilización.
- Abordar los problemas de adhesión y las dificultades para comunicar la situación a la pareja o parejas.



III. La entrevista

El Consejo Asistido sobre PrEP se ha utilizado en numerosos estudios y programas. Las pautas recogidas en este manual constituyen una recopilación y adaptación de guías de asesoramiento y de preguntas adaptadas de un proyecto de demostración sobre la PrEP en los Estados Unidos⁵⁻⁶ y de otros proyectos que han aplicado enfoques diferentes, como el asesoramiento integrado sobre los próximos pasos o el asesoramiento sobre cómo tomar decisiones fundamentadas.

Algunos usuarios pueden preferir múltiples sesiones breves de asesoramiento en lugar de sesiones más largas. Sin embargo, también deben ponerse al alcance los encuentros más prolongados para quienes necesiten asistencia o servicios adicionales. En la mayoría de los casos, una conversación de diez a quince minutos es adecuada. Se prevé que las entrevistas más detalladas (por ejemplo, en la primera consulta de la PrEP o cuando el usuario tiene dificultades con la adhesión) serán menos frecuentes y pueden durar alrededor de treinta minutos.

A continuación, se hace un resumen de aspectos que se pueden tratar o que pueden surgir en una sesión de asesoramiento, junto con afirmaciones y

preguntas que pueden ayudar a gestionar la situación. No todas estas frases se pueden o se deben utilizar con todas las personas o en una misma sesión. El consejero escoge algunas de ellas en función de las circunstancias del usuario.

Durante la entrevista se pueden abordar los siguientes aspectos:

Comportamiento sexual

En este apartado se pretende conocer las prácticas que el usuario realiza y valorar el riesgo real de una posible infección por VIH y otras ITS. Se debe prestar especial atención a aquellas personas que hayan practicado penetración sin preservativo en el último mes, ya que en dicho caso no podría descartarse una infección reciente por VIH. Deberíamos chequear más adelante o realizar una PCR de VIH antes de administrar la PrEP.

5. Cohen SE, Vittinghoff E, Bacon O, Doblecki-Lewis S, Postle BS, Feaster DJ, et al. *High interest in preexposure prophylaxis among men who have sex with men at risk for HIV infection: baseline data from the US PrEP demonstration project.* J Acquir Immune Defic Syndr. 2015;68(4):439-48.

6. Liu AY, Cohen SE, Vittinghoff E, Anderson PL, Doblecki-Lewis S, Bacon O, et al. *Preexposure Prophylaxis for HIV Infection Integrated with Municipal and Community Bases Sexual Health Services.* JAMA Intern Med. 2015;1-11.

- Qué tipo de prácticas te gusta realizar?
- ¿Cómo te sientes respecto a esto que me cuentas?
- Vamos a hablar de tus parejas sexuales:
 - ¿Tienes sexo con hombres, mujeres o ambos, tanto cis como trans?
- ¿Con cuántas parejas has tenido sexo en el último año? (Adaptarlo a las recomendaciones de cada comunidad).
- ¿Qué estrategias de prevención utilizas para protegerte del VIH y otras ITS y con qué frecuencias las empleas?
- ¿Cómo te sientes cuando utilizas herramientas de prevención y cómo te sientes cuando no las utilizas?



- ¿Has tenido alguna penetración Anal/vaginal sin preservativo en el último mes?
- ¿Has pensado incluir nuevas estrategias de prevención en tu vida sexual?
- ¿Cómo te sentirías al incluir la PrEP como herramienta de prevención de infección por VIH?

Consumo de drogas

En algunas situaciones, hay personas que incluyen el consumo de sustancias en sus prácticas sexuales. Debemos mostrar especial atención a drogas como a la mefedrona (mefe) metanfetamina (tina) y GHB y especialmente cuando la vía de administración sea la parenteral.

- ¿Sueles usar alcohol o algún tipo de sustancia durante tus relaciones sexuales?
- En caso afirmativo:
 - ¿Cuál o cuáles sueles usar y con qué frecuencia?
 - ¿Sueles consumirla por vía rectal, esnifada, inyectada, fumada u oral?
- ¿Cómo te sientes respecto a este consumo?

- ¿Crees que ese consumo te expone a un mayor riesgo de infección por VIH u otras ITS?
- ¿Crees que seguirías las pautas recomendadas para tomar de PrEP habiendo consumido drogas?

Preparación para la utilización de la PrEP

Una vez que hemos hablado sobre la vida sexual del usuario y del consumo de sustancias (si existiera) podremos hablar sobre estrategias para un correcto uso de la PrEP. Es muy importante dejar claro al usuario que la efectividad de la medicación está directamente relacionada con la adherencia al tratamiento.

- ¿Has tenido o tienes algún tratamiento de larga duración?
- En caso afirmativo:
 - ¿Tuviste/tienes buena adherencia? (Convendría explicar qué es la adherencia si el usuario no conoce el término).
 - ¿Utilizaste/utilizas algunas herramientas para mejorar dicha adherencia?
 - ¿Crees que te servirían para la PrEP?

- En caso negativo, explorar distintas herramientas que podrían mejorar la adherencia, e intentar llegar un compromiso con el usuario para la utilización de alguna de ellas.

Herramientas para mejorar la adherencia

- Elegir una misma hora para la toma de la medicación.
- Ligar la toma de la PrEP a una actividad rutinaria diaria.
- Programar alarmas diarias para recordar las tomas.
- Utilizar aplicaciones de recuerdo de las tomas.
- Utilizar pastilleros.
- Marcar las tomas en un calendario.

¿Cómo reaccionarías si olvidaras una toma?.

Preparación para la prueba

Si después de este *precounselling*, vamos a realizar la prueba del VIH, podríamos valorar con la persona el posible resultado de la misma con preguntas como:

- ¿Cómo te sentirías si el resultado fuera positivo?
- ¿Qué te preocuparía si el resultado fuera positivo?
- ¿Cómo repercute este resultado negativo en tus estrategias para mantenerte seronegativo frente al VIH?

Una vez finalizada la intervención, habría que informar al usuario de aspectos básicos de la PrEP, así como de los diferentes análisis que el usuario va a tener que realizarse antes de iniciar el tratamiento y que podrían impedir el mismo. Informaremos de que debemos chequear infecciones como VHC y VHB, así como parámetros renales como el filtrado glomerular. Igualmente informaremos que, en caso de alguna infección inicial por VIH, hepatitis virales o alteración de la función renal, el tratamiento no podría iniciarse de forma inmediata y, en el caso de infección por VIH, la PrEP sería desestimada como posible estrategia. Por último, buscaremos el compromiso por parte del usuario de realizar los diferentes chequeos de VIH y otras ITS cada tres meses durante el tratamiento, así como el control de la función renal mínimo una vez cada seis meses.

Tabla de Entrevista

1. Conóctete

Pregunta y explora

Counselling inicial

Comportamiento y actividad

- ¿Qué tipo de prácticas te gusta realizar? ¿Cómo te sientes respecto a estas prácticas que me cuentas?
- Respecto a tus parejas sexuales, ¿son hombres, mujeres o ambos?
- ¿Con cuántas parejas has tenido sexo en el último año? ¿Con cuantas no has utilizado el preservativo para la penetración?
- ¿Qué estrategias de prevención usas para protegerte frente al VIH/ITS? ¿Con qué frecuencia las empleas? ¿Cómo te sientes al utilizarlas?
- ¿Has pensado en incluir nuevas estrategias de prevención? ¿Cómo te sentirías al incluir entre estas a la PrEP?

Counselling seguimiento

- ¿Cómo ha afectado la PrEP a tu vida diaria? ¿Consideras que ha mejorado tu vida sexual? ¿Te ha dado mayor seguridad en el sexo?
- ¿Has combinado otros métodos para evitar ITS? ¿Consideras que has disminuido el uso del preservativo?
- ¿Has notado algún cambio para abrirte a nuevas experiencias sexuales?
- ¿Has notado algún cambio en el sueño?
- ¿Has notado menos ansiedad en tus relaciones?

Tabla de Entrevista

2. Pregunta y explora

Resume tus fortalezas y retos

Counselling inicial

Consumo de sustancias (especialmente GHB, mefedrona y tina)

- ¿Utilizas algún tipo de sustancia durante tus relaciones sexuales? Si es así, ¿cuáles, con qué frecuencia y qué vías utilizas —esnifada, oral, fumada, rectal o inyectada—?
- ¿Cómo te sientes respecto a este consumo?
- ¿Crees que este consumo te expone a un mayor riesgo de infección por VIH/ITS?

Counselling de seguimiento

Cambios en patrones de consumo, chemsex

- ¿Ha cambiado la frecuencia con la que utilizas sustancias?
- ¿Consideras la PrEP una herramienta de prevención más sencilla cuando consumes?
- ¿Tienes alguna dificultad en la toma de PrEP cuando consumes drogas?
- ¿Te ha ayudado la PrEP como estrategia en las posibles dificultades que pudieras tener con tus patrones de consumo?
- En caso de consumo problemático, ¿acudes a otros profesionales en busca de ayuda?

Tabla de Entrevista

3. Reflexiona

Identifica

Counselling inicial

Preparación para el uso de PrE

- ¿Has tenido/tienes algún tratamiento de larga duración? Si es así, tuviste/tienes buena adherencia?
- ¿Utilizaste/ utilizas alguna herramienta para mejorar dicha adherencia? ¿Crees que te servirían para la PrEP?
- ¿Cómo reaccionarías si olvidaras una toma?

Counselling de seguimiento

Indagar sobre la adherencia

- ¿Has tenido algún efecto secundario? Si es así, ¿ha desaparecido? ¿Te has planteado dejar la medicación?
- Durante este tiempo, ¿cuántas veces te has olvidado de tomar la pastilla?
- ¿Has tenido alguna dificultad para tomar las pastillas? Si es así, ¿cuándo es más fácil que se te olvide?

Reevaluar las estrategias para mejorar la adherencia

Tabla de Entrevista

3. Reflexiona

Planifica

Counselling inicial

Herramientas para mejorar la adherencia

- Elegir una misma hora de toma.
- Ligar la toma de la PrEP a alguna actividad cotidiana diaria.
- Programas alarmas diarias para recordar las tomas.
- Usar aplicaciones de recuerdo de las tomas.
- Uso de pastillero.
- Marcar las tomas en un calendario.

Counselling seguimiento

Reevaluar necesidad de continuar con PrEP

- ¿Consideras que en el momento actual ha disminuido tu riesgo de contraer el VIH? Si es así, ¿consideras el abandonar el uso de PrEP como método preventivo?

Counselling seguimiento

Elaborar un plan alternativo a la PrEP en caso de que el usuario no continúe este tratamiento

- ¿Cómo vas a enfocar la prevención a partir de ahora?
- ¿Qué harías en el caso de querer retomarla?

Tabla de Entrevista

3. Reflexiona

Compromiso

Counselling inicial

Preparación para la prueba del VIH

- ¿Cómo repercute un resultado negativo en tus estrategias para mantener el seroestatus?
- ¿Cómo te sentirías si el resultado fuese positivo? ¿Qué te preocuparía en ese caso?

Counselling de seguimiento

Cribado frente al VIH y otras ITS

- Si el resultado es negativo, ¿qué estarías dispuesta/o a intentar o continuar haciendo desde ahora hasta tu próxima visita?
- ¿Cómo te sentirías ante un resultado positivo frente a alguna ITS? ¿Qué te preocuparía en ese caso?



IV. ¿Qué es la PrEP? Preguntas y respuestas

La profilaxis Preexposición (PrEP) es un tratamiento que podemos tomar las personas sin VIH para ayudar a prevenir esta infección. Es una herramienta complementaria de prevención que se puede utilizar junto con otras medidas. En la actualidad, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la utilización de la PrEP tomada diariamente y a demanda (Ver apartado PrEP a demanda) a los hombres y también a las mujeres que presentan un riesgo significativo de contraer la infección por el VIH.

En España la PrEP está incluida dentro de Sistema Nacional de Salud (SNS) tan solo en la modalidad de toma diaria.

¿Qué eficacia tiene la PrEP?

La PrEP reduce en más del 90% la probabilidad de adquirir la infección por VIH. Con una buena adherencia (toma adecuada de la medicación) se reduce significativamente esta probabilidad.

¿Quién se puede beneficiar de la PrEP?

La PrEP se recomienda para las personas que se encuentran en situaciones y en períodos de su vida en los que pueden tener un alto riesgo de adquirir la infección por el VIH.

Existen muchas razones por las que podrías pensar en la posibilidad de tomar la PrEP. Por ejemplo,

- Si no utilizas preservativos con todas tus parejas sexuales.
- Si tienes una pareja sexual que tiene otras parejas sexuales.
- Si tienes relaciones sexuales sin protección con una persona que se inyecta drogas y comparte los materiales de inyección.

- Si te inyectas drogas y compartes el material de inyección.

- Si tienes relaciones sexuales cuando consumes alcohol o drogas de uso recreativo.

- Si en el último año has tenido una o varias infecciones de transmisión sexual.

- Si tienes relaciones sexuales sin protección con una persona con VIH sin tratamiento antirretroviral o que está en tratamiento pero aún no ha logrado suprimir la carga viral a niveles indetectables.

1. Gais, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres (GBHSH) y personas trans VIH negativas mayores de dieciocho años con al menos dos de los siguientes criterios:

- Más de diez parejas sexuales diferentes en el último año.

- Práctica de sexo anal sin protección en el último año.

- Uso de drogas relacionado con el mantenimiento de relaciones sexuales sin protección en el último año.

- Administración de profilaxis post-exposición en varias ocasiones en el último año.

- Al menos una ITS bacteriana en el último año.

2. Trabajadoras del sexo VIH negativas que refieran un uso no habitual de preservativo.

¿Quién no puede utilizar la PrEP?

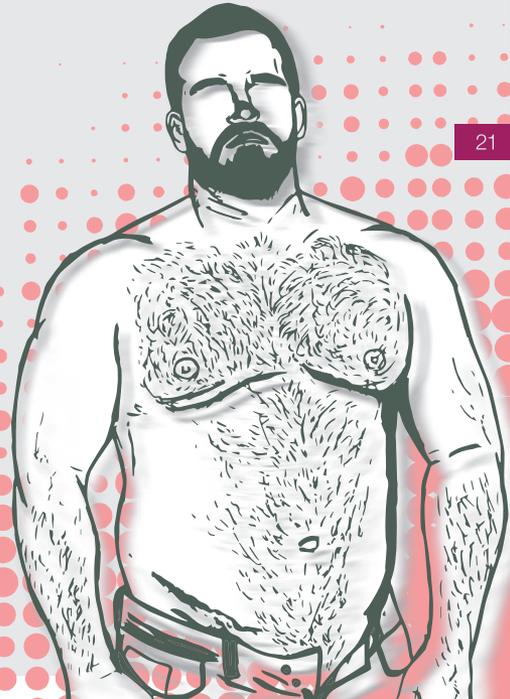
- Las personas que ya tienen la infección por el VIH no pueden tomar la PrEP. En cambio, se les debe ofrecer el tratamiento antirretroviral.
- Las personas con enfermedades renales no pueden tomar la PrEP que contiene tenofovir. Tampoco pueden tomar la PrEP aquellas personas que presenten una infección aguda por el virus de la hepatitis B (VHB). Habla con tu médico si te diagnostican hepatitis C (VHC) para valorar tu situación de manera personalizada.

¿Cuáles son las distintas maneras de prevenir el VIH?

Existen muchas maneras de prevenir la infección por VIH. Puedes escoger las que más te convengan según tus propias necesidades y situación personal. Puedes

combinar diferentes métodos y cambiar las estrategias que utilizas con el transcurso del tiempo. A continuación, se indican otras cosas que puedes hacer para protegerte.

- Los preservativos insertivos y receptivos (con lubricantes) son eficaces cuando se emplean de manera constante, con todas las parejas sexuales. También reducen el riesgo de contraer otras infecciones de transmisión sexual y evitan el embarazo.



- Si tienes una pareja con VIH, su tratamiento antirretroviral elimina el riesgo de transmisión mientras su carga viral sea indetectable de manera estable durante seis meses.
- La profilaxis postexposición (o PEP) es un tratamiento antirretroviral que se puede tomar después de haber tenido una práctica de riesgo. Para que la PEP funcione bien, debes comenzarla cuanto antes después de la exposición, y como máximo 72 horas después. La PEP debe continuarse durante 28 días después de la exposición.
- Si usas drogas inyectables, se recomienda que utilices siempre materiales de inyección nuevos o estériles y que no los compartas con otras personas. Esto previene la transmisión del VIH y también de otras infecciones transmitidas por la sangre como la hepatitis B y C.

¿Dónde puedo conseguir la PrEP?

- La PrEP es una prestación sanitaria gratuita en todo el territorio español. Su implementación es diferente en cada Comunidad Autónoma.
- Puedes contactar de manera gratuita con alguna ONG de tu Comunidad Autónoma para que te facilite más

información al respecto. También puedes consultar a tu médico de familia.

¿Tengo que usar preservativos cuando estoy tomando la PrEP?

- Si tu única preocupación es la infección por VIH, la eficacia de la PrEP no exige el uso de preservativos si tomas la medicación según las pautas recomendadas.
- Sin embargo, los preservativos ofrecen una protección suplementaria contra el VIH y otras ITS.
- La PrEP no previene las infecciones de transmisión sexual como la sífilis, la gonorrea, la clamidia y la hepatitis. Los preservativos, no obstante, sí protegen contra estas otras infecciones y también contra el VIH, por eso protegen su salud sexual en general.
- La PrEP no evita el embarazo. Si estás usando DepoProvera (DMPA) como método anticonceptivo, consulta con tu médico antes de iniciar la PrEP.

¿Cómo inicio y finalizo la toma de la PrEP?

Pauta diaria

- En hombres y mujeres con pauta diaria se estima que son necesarias 7 dosis, en una semana, para conseguir una protección efectiva en sexo anal. En el caso de sexo vaginal, la efectividad comienza tras 21 días de inicio del tratamiento. Si durante ese periodo hasta la efectividad mayor se mantienen relaciones sexuales, se recomienda el uso del preservativo.
- En mujeres trans no existe una evidencia clara, por lo que, desde un punto de vista conservador, en aquellas con neovagina y en tratamiento hormonal, se podría estimar el mismo periodo de protección efectiva que para hombres y mujeres cis. Para finalizar el programa de PrEP se debe continuar con un comprimido/día durante 7 días desde la última exposición de riesgo⁷.

Pauta a demanda

- Una ventaja de la PrEP a demanda es que simplifica la pauta de inicio de la PrEP. Con la PrEP diaria, varios expertos hacen diferentes recomendaciones con respecto a la cantidad mínima de tomas necesarias

para lograr protección antes del sexo. Las recomendaciones anteriores tenían la intención de ser conservadoras y se basaban en modelos farmacológicos para TDF solo.

- El modelado más reciente de la farmacocinética observada con FTC y TDF es consistente con la alta eficacia observada en PrEP a demanda entre hombres que tienen sexo con hombres. Si se toma como base esta nueva premisa, se sugiere que los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres que comienzan la PrEP empiecen con una dosis de carga única de dos tabletas de FTC/TDF (o 3TC/TDF) tomadas de 2 a 24 horas antes del sexo, cuando la intención sea usar PrEP diaria o ED-PrEP. Así mismo generalmente se aconseja que la PrEP se pueda suspender tras de dos dosis diarias después de la última exposición sexual independientemente de la pauta elegida⁸.

7. Grupo de Trabajo de PrEP. Plan Nacional sobre el Sida. Ministerio de Sanidad. *Manual de implementación de un Programa de Profilaxis Preexposición al VIH en España*. Febrero 2020.

8. ¿Qué es el 2 + 1 + 1? *Profilaxis Pre-exposición PrEP a demanda para prevenir el VIH en hombres que tienen sexo con hombres: actualización de la recomendación de la OMS sobre PrEP oral*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2019 (OMS / CDS / VIH / 19.8).

¿Cuándo y cómo tomo la PrEP?

- Según la OMS hay dos opciones posibles para tomar PrEP: Como ya hemos indicado en España tan solo está aprobada la indicación de PrEP diaria.
 - Diaria (es la única que está aprobada en España).
 - A demanda (2+1+1) (ver apartado sobre PrEP a demanda).
- La PrEP puede tomarse en cualquier momento del día, preferiblemente siempre a la misma hora, sobre todo en la toma a demanda.
- Es útil que asocie la toma de la PrEP con algo que haces todos los días.
- La PrEP se puede tomar con o sin alimentos.
- La PrEP se puede tomar cuando se consumen bebidas alcohólicas o drogas de uso recreativo.
- La PrEP se puede usar cuando estás tomando anticonceptivos hormonales, hormonas sexuales o medicamentos de venta sin receta.

- Antes de que comiences a tomar la PrEP es necesario realizar una prueba del VIH para estar seguros de que no lo has contraído. Si la prueba de VIH es positiva, se te derivará a los servicios especializados en VIH.

- Mientras estás en PrEP es necesario repetir la prueba del VIH cada tres meses para tener la seguridad de que no ha habido ningún cambio al respecto. Esto es importante porque en el caso de tener VIH se comprometería la eficacia de tu futuro tratamiento.

- Puedes decidir dejar de utilizar la PrEP en ciertos momentos y comenzarla de nuevo si tu situación cambia.

¿Cómo puedo acordarme de tomar la PrEP?

- Muchas personas encuentran útil tomar su pastilla junto con otra cosa que hacen todos los días (por ejemplo, durante el desayuno o al cepillarse los dientes, o cuando mira un programa diario de televisión).
- También pueden ayudar los recordatorios, por ejemplo, las alarmas del teléfono móvil o poner el frasco en alguna parte que veas todos los días.

- Busca el apoyo de alguien como tu pareja, un familiar o un amigo en quien confías para ayudarte a tomar la PrEP con regularidad.
- Cuando se altera la rutina (por ejemplo, cuando permaneces fuera una noche hasta el día siguiente, en vacaciones o cuando no realiza alguna comida), piensa en llevar comprimidos de reserva.
- Quedarse sin pastillas es una causa frecuente de omisión de dosis. Es una buena idea planificar con anticipación la cita para recoger tus medicamentos.

¿Y qué pasa si me olvido de tomar una dosis?

Si tomas en general la PrEP por la mañana, pero un día te das cuenta a las

diez de la noche de que lo has olvidado, está bien si te tomas una pastilla y sigues luego tu rutina a la mañana siguiente.

- Si no estás seguro/a de haber tomado el comprimido de la PrEP hoy, toma otro. Es seguro tomar en ocasiones dos comprimidos en un día. Si los olvidos son frecuentes, refuerza el método y momento de toma para evitar duplicar la medicación innecesariamente.
- Cuando tomas la PrEP cada día tienes un alto grado de protección, incluso si ocasionalmente no tomas una dosis. Si en general te das cuenta de que sueles tener olvidos puedes considerar opciones que te ayuden a mejorar tu adherencia.
- En el modo de la PrEP a demanda es muy importante no olvidar ninguna toma, ya que esto puede comprometer la eficacia del tratamiento.



¿Y qué pasa si tengo efectos secundarios?

- Algunas personas presentan efectos secundarios cuando comienzan la PrEP, como distensión abdominal, heces más blandas o frecuentes, o náuseas.
- Estos síntomas suelen ser leves y desaparecen en las primeras semanas.
- Las estrategias que algunas personas encuentran útiles a fin de disminuir los síntomas estomacales son:
 - Tomar la pastilla con los alimentos.
 - Tomar la pastilla por la noche antes de acostarse.
- En unas pocas personas, la PrEP afecta el funcionamiento de los riñones. Antes de comenzar la PrEP se te hará una prueba con el fin de evaluar tu función renal. Cuando el análisis de sangre muestra un problema, es posible que te pidan que dejes de tomar la PrEP durante algún tiempo. En general, la función renal se normaliza rápidamente y luego puedes reanudar la medicación.
- La PrEP puede tener un leve efecto sobre la salud de los huesos. El cambio se produce durante los primeros meses de utilización de la PrEP y no continúa

después. Las personas en PrEP no presentan más fracturas óseas de lo habitual. Cuando dejas de tomar la PrEP la densidad mineral ósea suele volver pronto a los valores normales.



¿Cómo guardo mis medicamentos de la PrEP?

- Cada envase contiene en general 30 pastillas (30 días de PrEP). Guárdalo a temperatura ambiente (no en la nevera ni en un lugar caliente como un automóvil).
- Mantén las pastillas en el envase. Si lo deseas, puedes extraer las pastillas y colocarlas en un pastillero de siete días, ya que este es un período corto.

¿Y si quiero quedarme embarazada mientras tomo la PrEP?

- Si quieres quedarte embarazada, avisa al personal sanitario que te atiende.

¿Cuándo y cómo puedo interrumpir la PrEP?

- La vida sexual de las personas puede cambiar con el transcurso del tiempo, debido a los cambios en sus relaciones, sus condiciones de vida, el consumo de

sustancias, la ocupación y otros factores. Comenzar la PrEP no significa que debas tomarla durante el resto de tu vida.

- Puedes interrumpir la PrEP cuando tú lo decidas.
- Después de la última exposición al VIH es necesario que continúes con la toma de la medicación durante dos días tras esta, con la recomendación de dos pastillas, como en el caso de la PrEP a demanda. (Ver más adelante.)
- Cuando decidas interrumpir la PrEP, comunícaselo a tu personal sanitario.
- Antes de reiniciar la PrEP consulta con tu personal sanitario y realiza una prueba del VIH. Podrías haber contraído el VIH durante el período en el que no estabas protegido por la PrEP.

¿Qué es 2 + 1 + 1 o PrEP a demanda?

- La PrEP a Demanda (2+1+1) está recomendada tan solo para GBHSH, consiste en el uso de una dosis doble (dos comprimidos) entre 2 y 24 horas antes del sexo; luego, una tercera píldora 24 horas después de la primera dosis y una cuarta píldora 48 horas después de las dos primeras píldoras (Fig. 1).

- La dosificación 2 + 1 + 1 o PrEP a demanda está indicada cuando se trata de un acto sexual aislado. Si se producen más actos sexuales durante los siguientes días, se debe continuar la toma de un comprimido diario durante el tiempo que el sexo continúa y seguir esta pauta durante los dos días siguientes al finalizar las relaciones sexuales.

- Los últimos estudios han demostrado que la eficacia de la PrEP a demanda es similar a la toma diaria en hombres gays, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres (no está demostrada su eficacia en mujeres por la menor concentración del fármaco en el tracto vaginal). Esta estrategia está avalada por la Organización Mundial de la Salud (OMS).



(Fig. 1)

Esquema de toma correcta de PrEP a demanda (2+1+1)



¿Cómo cambiar la pauta diaria PrEP a la Pauta a demanda?

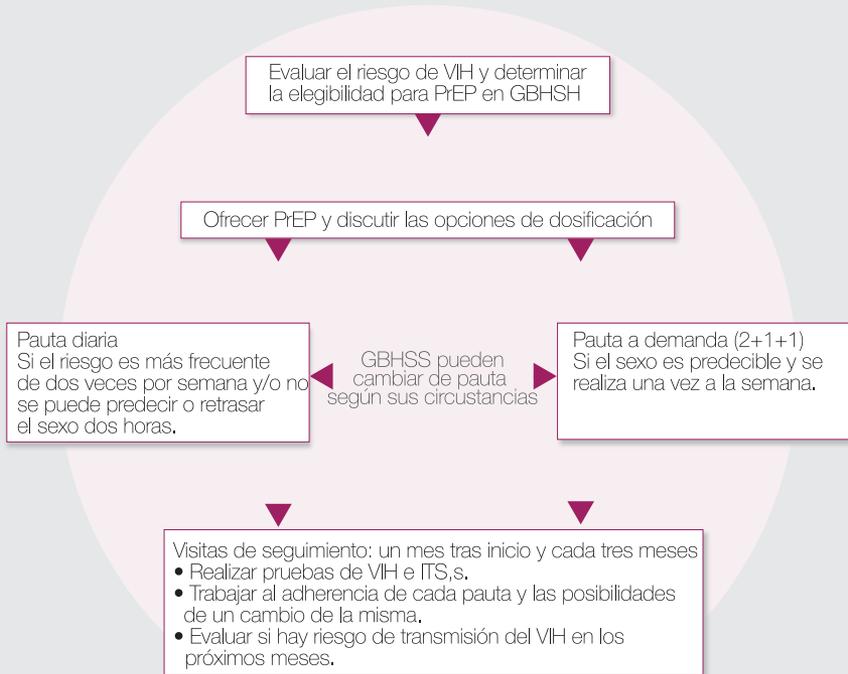
- Para los hombres que tienen sexo con hombres, la PrEP diaria o a demanda pueden ofrecerse como opciones, y la elección puede basarse en las circunstancias y preferencias de cada persona, según lo que mejor se adapte a su estilo de vida, incluida la frecuencia y la previsibilidad del sexo y si se anticipa el sexo. La figura 2 propone un algoritmo que los proveedores de PrEP podrían seguir con personas elegibles para PrEP,

incluidas las consideraciones clave durante las visitas de seguimiento.

- La dosificación diaria es apropiada para usuarios donde no se puede predecir la aparición de relaciones sexuales y para aquellos cuyas exposiciones potenciales al VIH son más frecuentes que dos veces por semana, de modo que la PrEP a demanda se tomaría con tanta frecuencia que se parecería efectivamente a la PrEP diaria.
- Los controles médicos, las pruebas de VIH y otras pruebas de laboratorio para las personas que toman PrEP deben ser las mismas si toman PrEP oral diaria o PrEP a demandas.

(Fig. 2)

Propuesta de algoritmo para proveedores de PrEP cuando se considera ofertar PrEP a Demanda



¿Por qué la PrEP a demanda es solo para HSH?

- En este momento, existe evidencia sobre seguridad y eficacia/efectividad de PrEP a demanda solo para hombres que tienen sexo con hombres (hombres expuestos a través de sexo anal receptivo o insertivo con otros hombres).
- La farmacología de tenofovir, particularmente en el tracto genital femenino, sugiere que la estrategia de dosificación de PrEP a demanda puede no conferir protección suficiente para las mujeres.
- Las mujeres transgénero pueden tomar PrEP oral diariamente de manera segura. Datos farmacológicos recientes sobre la interacción de PrEP y la terapia hormonal feminización en mujeres transgénero sugiere precaución al considerar la PrEP a demanda como una opción adicional.



Conclusión

La profilaxis preexposición es una estrategia preventiva biomédica para la infección por el VIH que está obteniendo un impacto relevante de cara a reducir las nuevas infecciones en poblaciones clave. Por ejemplo, en ciudades como San Francisco (EE.UU) los nuevos diagnósticos de VIH se han reducido en un 48% en los últimos cinco años. Esta reducción se debe a diversos factores entre los que cabe destacar el incremento de personas que están tomando la PrEP.

El **consejo asistido** dirigido a personas que deseen tomar la PrEP es una herramienta fundamental para acompañar a las personas en la toma de decisiones e informar sobre su uso correcto. Además, el Consejo Asistido puede ser clave para ayudar a los profesionales sanitarios y al personal de organizaciones no gubernamentales implicados a detectar situaciones como el uso problemático de drogas, problemas de salud mental o situaciones de exclusión social y derivar a las personas a servicios especializados. Asimismo, los programas de profilaxis preexposición pueden tener un impacto importante en la detección y tratamiento temprano de otras ITS y pueden proporcionar herramientas de reducción de daños. En definitiva, los programas de PrEP tienen el potencial de ser algo más

que la toma de una pastilla para prevenir el VIH y establecerse como un pilar fundamental en la mejora de la salud sexual de la población española. Esperamos que herramientas como el presente manual puede servir para facilitar el trabajo de todos los agentes implicados en la información, implementación y dispensación de la PrEP en España.

Elaborado por:



Subvencionado por:



Financiado por:

