

¡A TIEMPO PARA CUIDARTE!

PREP Y PPE

ALIADAS EN TU SALUD SEXUAL

www.felgtbi.org



FELGTBI+

Federación Estatal de Lesbianas, Gais,
Trans, Bisexuales, Intersexuales y más

INTRODUCCIÓN



Existen alternativas que ayudan a prevenir el VIH como la Profilaxis Pre-Exposición (PrEP) y la Profilaxis Post-Exposición (PPE). Ambas han demostrado ser muy efectivas para disminuir el riesgo de adquirir el VIH.

Aún así, muchas personas desconocen en qué consisten, si son adecuadas para su situación o cómo acceder a ellas. Esta falta de información se suma a la incomodidad que a veces sentimos al hablar sobre nuestra vida sexual, deseos o prácticas en los espacios sanitarios.

Esa incomodidad está directamente relacionada con el estigma y la discriminación que todavía existen hacia las personas del colectivo LGTBI+, y que pueden dificultar el acceso a una atención informada, respetuosa y libre de prejuicios.

Ahora revisemos en qué consisten y algunos ejemplos de cuándo están indicadas.

¿QUÉ ES LA PREP?

La PrEP puede ser parte de una serie de medidas preventivas para evitar o reducir el riesgo de adquirir el VIH, como el preservativo, el uso de lubricante y el testeo regular. Si, entre otras razones, te resulta complicado usar preservativos en tus relaciones sexuales, no los usas siempre o decides no usarlos, la PrEP puede ser una opción para ti.

Consiste en tomar diariamente un **tratamiento antirretroviral para reducir el riesgo de adquirir el VIH** antes de que pueda producirse una exposición al virus. Este tratamiento reduce el riesgo en más del 95% cuando se toma de forma correcta. Además, tendrás citas médicas periódicas, donde podrás acceder a un seguimiento constante de tu salud sexual.

¿ESTÁS CONSIDERANDO TOMAR PREP?

Este tratamiento está indicado para usuarios con el VIH negativo, con edad igual o mayor de 16 años y que cumplan los siguientes criterios:

- > Hombres que tienen Sexo con Hombres (HSH) y personas trans y que presenten al menos dos de los siguientes criterios:
 - Más de 10 parejas sexuales diferentes en el último año.
 - Practica 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.
- > Mujeres en situación de prostitución que refieran un uso no habitual del preservativo.
- > Mujeres y hombres cissexuales, y usuarios de drogas inyectadas con prácticas de inyección no seguras, que refieran un uso no habitual del preservativo y que presenten al menos dos de los criterios expresados anteriormente para HSH y personas trans.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR LA PREP?

Si quieres acceder a este tratamiento, puedes solicitarlo en centros de prescripción médica. Encuentra tu centro de referencia: <https://siprep.isciii.es/centros-prep/>



Ir a la web

¿PUEDO DEJAR DE USAR PREP?

Puedes decidir dejar de usar PrEP cuando te parezca adecuado, bien porque hayas cambiado tus hábitos y/o prácticas sexuales, o porque decidas usar otros métodos preventivos (preservativo interno/externo) durante tus encuentros sexuales, o porque te resulta difícil mantener la toma correcta de la medicación, entre otras razones.

Pero recuerda, es importante que valores con tu profesional de referencia si estás teniendo dificultades para tomar la medicación o si estás pensando en dejarla por cualquier motivo.

¿QUÉ ES LA PPE?

Si tienes una emergencia, por ejemplo, se te ha roto el condón o no lo usaste, o bien, no recuerdas si lo utilizaste, existe un tratamiento de emergencia, la Profilaxis Post Exposición (PPE) que **reduce significativamente el riesgo de adquirir el VIH.**

También se puede utilizar en otras situaciones, como si se comparten jeringuillas u otros materiales para consumir drogas y sustancias, como el turulo, o frente a una agresión sexual.

Tendrás que tomarlo durante 28 días sin interrupciones. La efectividad de este tratamiento depende también en gran medida de la rapidez con la que se inicie. Es importante empezar el tratamiento cuanto antes, si es posible en las primeras 6 horas y si no, siempre dentro de las primeras 72 horas.

¿ESTAS CONSIDERANDO LA PPE?

Debes considerar iniciar la PPE si has estado en alguna de las siguientes situaciones:

- Relación sexual sin protección.
- Uso compartido de jeringuillas u otros materiales de inyección.
- Agresión sexual.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR LA PPE?

Para acceder a este tratamiento, puedes pedirlo en urgencias de cualquier hospital público. Allí te harán una valoración y te darán el tratamiento de forma gratuita.

RECUERDA

La PPE es un tratamiento para una urgencia puntual que reduce el riesgo de contraer el VIH. Puede provocar efectos secundarios leves, como náuseas o cansancio, que desaparecen con el tiempo. Es muy importante completar los 28 días del tratamiento para que funcione correctamente. Al terminar la PPE, hazte una prueba de VIH para confirmar que no hubo transmisión.

PARA QUIÉN ESTÁ RECOMENDADA CADA MEDIDA

Cada situación es diferente, pero la prevención siempre es posible. A continuación encontrarás distintos ejemplos de consultas frecuentes y verás cuándo utilizar PrEP o PPE para cuidar tu salud de la mejor manera.

CLAVES PARA TU BIENESTAR



Uso habitualmente preservativo pero hoy no lo utilicé y tuve sexo anal.



Como no conoces el estado de salud de la persona con quién tuviste el encuentro sexual, es recomendable que valores tomar la **PPE**. Acude lo antes posible al servicio de Urgencias para recibir información y tratamiento.



He utilizado varias veces la PPE en el último año.



Cuando la PPE se utiliza en varias ocasiones, puede ser un buen momento para valorar si la **PrEP** encaja contigo. Ten en cuenta que la PrEP es más efectiva cuando se toma correctamente, que tomar la PPE cuando ya has tenido sexo sin protección. La eficacia de la PPE es menor que la PrEP. Puedes comentar tu situación en tu centro de salud o entidad LGTBI+ para recibir acompañamiento en la decisión.



Me dedico al trabajo sexual y algunos clientes me piden no usar preservativos.



Si has tenido sexo sin preservativo en las últimas horas, puedes valorar la **PPE** como medida de emergencia. Si esta situación se repite, quizá la **PrEP** pueda aportar más tranquilidad en tu día a día. Acude a alguna entidad LGTBI+ donde encontrarás un espacio seguro y libre de estigmas.



Mi pareja vive con VIH y es indetectable, por eso no usamos condones, pero hemos abierto la relación y ayer follé sin protección en un chill.



Aunque el VIH no se transmite cuando la pareja es indetectable, un encuentro sin preservativos con otras personas puede implicar un riesgo. Acude lo antes posible a un servicio de urgencias por tu **PPE** y valora solicitar la detección de otras ITS.



Me cuesta mucho trabajo usar condón, nunca me ha gustado, me corta el rollo, y ya he tenido varias ITS en este año.



La **PrEP** puede ayudarte a reducir el riesgo de VIH, aunque no protege frente a otras ITS. Puedes explorar otras alternativas de placer y cuidado que funcionen mejor para ti. Si tienes dudas o quieres consultar sobre tu salud sexual, acude a alguna entidad LGTBI+ donde encontrarás un espacio seguro de orientación.

Encuentra tu organización LGTBI+ más cercana para solicitar mayor información, te brindarán un acompañamiento sin estigmas sobre tu salud sexual.



Si crees que podrías haberte expuesto al VIH, no lo dejes pasar.

La PrEP y PPE son opciones a tener en cuenta para prevenir el VIH. ¡Estás a tiempo!

Sabemos que pueden surgir muchas preguntas sobre estos tratamientos preventivos.

Visita <https://felgtbi.org/yomepreparo/> y resuelve tus dudas.

¡LA PREP Y PPE ESTÁN A TU ALCANCE!



FELGTBI+

info@felgtb.org | +34 913 604 605
Chinchilla, 44. 1º Ext Izq. 28013 Madrid

Subvencionado por:

