



# GUÍA DEL USUARIO PARA



# PrEP



**NYC**  
Health

# PrEP

## Presentando PrEP

- Su medicamento PrEP se llama Truvada®. Cada pastilla contiene dos medicamentos: 300 miligramos de tenofovir (TDF) y 200 miligramos de emtricitabina (FTC).
- PrEP puede prevenir la infección por VIH al impedir que el virus se extienda por el cuerpo si es expuesto.
- PrEP detiene el VIH solo si usted toma medicamento suficiente, de modo que debe tomarlo **tal y como se le recetó**.

A photograph of two men in a library. One man is leaning over the other, looking at a book. The background shows bookshelves filled with books. A pink speech bubble graphic is overlaid on the image.

**PrEP**

**Protéjase contra  
el VIH cada día**

## Tome PrEP todos los días

- Tome PrEP **tal y como se le recetó**.
- Puede tomar PrEP en cualquier momento del día, con o sin comida.
- PrEP funciona mejor si lo toma a la misma hora todos los días.
  - Puede tomar PrEP antes o después de una actividad diaria, por ejemplo, cuando toma el desayuno, o cuando se lava los dientes antes de acostarse.
  - Para ayudarle a recordar, mantenga su botella de pastillas en un lugar visible.
- Considere la opción de programar recordatorios diarios en su teléfono. Envíe un texto con la palabra **CARE** al **877877** y después envíe otro texto con la palabra **MEDS** (al mismo número) para recibir mensajes de texto que le recuerden tomar su medicamento.

Mantenga sus pastillas a temperatura ambiente; no en el refrigerador ni en lugares calientes.

A photograph of two men embracing warmly at night. The man on the left is bald and wearing a light-colored jacket over a maroon shirt. The man on the right has short dark hair and is wearing a red t-shirt under a dark jacket with a patterned pocket. They are both smiling and looking at each other. The background is a blurred city street at night with warm, bokeh lights.

**PrEP**

**Comparta la noche,  
*no el VIH***

## Si olvida tomar la pastilla, tómela tan pronto se acuerde

- Si usualmente toma la pastilla en la mañana, pero se da cuenta en la noche de que olvidó hacerlo, tómela inmediatamente y después tome una el día siguiente en la mañana, como siempre.
- Si se da cuenta de que se le olvidó tomar una pastilla, simplemente tome una y vuelva a su horario normal. **No duplique la dosis para compensar.**
- Si regularmente se le olvida tomar PrEP, pídale información a su médico acerca de maneras de seguir el tratamiento.

### Lleve una pastilla con usted

Lleve siempre una pastilla en un pastillero o envuelta en papel de aluminio. De esta manera, si cambia su rutina, tendrá PrEP siempre a mano. Reemplace la pastilla cada cierto número de meses para evitar usarla después de su fecha de vencimiento.



## Conozca los efectos secundarios

- La mayoría de la gente que toma PrEP no reporta ningún efecto secundario. Los que lo hacen informan tener náusea, malestar del estómago, fatiga y dolores de cabeza. Estos síntomas suelen mejorar o desaparecer al primer mes de tomar PrEP.
- Para prevenir la náusea, tome PrEP con un refrigerio o antes de acostarse. Esto hará que la náusea sea menos perceptible.
- Para aliviar la náusea, chupe dulces de jengibre o tome té de menta.
- En caso de inflamación del estómago o gases, intente un medicamento contra los gases sin receta.
- Si sufre de heces blandas, tome un suplemento con fibra.
- Hable con su médico si sigue sufriendo efectos secundarios.
- Su médico examinará sus resultados de laboratorio en busca de otros efectos secundarios de PrEP.



## Consulte a su médico

- Visite a su médico cada tres meses para que le recete más PrEP y le haga un chequeo que incluya la prueba del VIH.
- Su médico le preguntará:
  - Si ha sufrido de efectos secundarios
  - Si está tomando PrEP según se le recetó
  - Acerca de su vida sexual y riesgo de contraer el VIH
- Su médico también le hará pruebas de otras infecciones de transmisión sexual (ITS) con la frecuencia que usted necesite.
- Informe inmediatamente a su médico si presenta fiebre, glándulas inflamadas o erupción en la piel – estos pueden ser síntomas de una infección de VIH.





# No interrumpa y comience de nuevo el tratamiento

- Si desea dejar de tomar PrEP por cualquier motivo, **hable con su médico.**
- Si dejó de tomar PrEP y quiere volver a tomarlo, consulte primero a su médico y hágase una prueba del VIH.
- Dejar PrEP y volver a tomarlo puede ser peligroso. Si resulta infectado con el VIH y toma PrEP otra vez, el VIH en su cuerpo puede volverse resistente al medicamento. Esto puede hacer que tratar el VIH sea más difícil.

## PrEP, condones y su salud sexual

- PrEP le ayuda a permanecer VIH negativo, incluso si no siempre usa condones, pero PrEP **no** le protege contra otras ITS o embarazos no planeados.
- Los condones **protegen** contra otras ITS y contra el embarazo, y le ofrecen protección adicional contra el VIH, incluso si usted toma PrEP. **Para mantenerse sano, use condones lo más frecuente posible, preferiblemente cada vez que tenga sexo.**



## Cinco pasos para tomar PrEP

1. Tome PrEP tal y como se le recetó.
2. Si se le olvida tomar la pastilla, tómela tan pronto se acuerde.
3. Informe a su médico si sufre algún efecto secundario.
4. Visite a su médico cada tres meses para que le recete más PrEP y le haga un chequeo.
5. No deje de tomar o reanude PrEP, o cambie la manera en la que lo toma, sin consultar a su médico.

### ¿Preguntas acerca de PrEP?

Para más información, visite [nyc.gov](https://www.nyc.gov) y busque “HIV PrEP”.

Texto adaptado de SPARK, Hunter HIV/AIDS Research Team.

