

**Profilaxis farmacéutica de emergencia (PEP)  
posterior a la exposición para la  
prevención del VIH**

**PEP  
PARA LA  
PREVENCIÓN DEL  
VIH**

# LOS 4 PUNTOS DE PEP PARA LA PREVENCIÓN DEL VIH

1. Si tuvo relaciones sexuales o compartió una aguja con una persona con VIH o que desconoce su condición de portador del virus
2. y si la exposición ocurrió dentro de las últimas 72 horas,
3. un farmacéutico capacitado en su farmacia,
4. puede comenzar a brindarle medicamentos para prevenir el VIH.



## PUNTO 1

### TENER CIERTAS CONDUCTAS SEXUALES Y COMPARTIR AGUJAS PUEDEN AUMENTAR EL RIESGO DE VIH.

- Tener relaciones anales (sexo anal) sin condón
- Tener relaciones vaginales (sexo vaginal) sin condón
- Compartir una aguja para la inyección de drogas

**Para obtener una estimación del riesgo de contraer VIH a partir de determinadas conductas diferentes, visite:**  
[www.cdc.gov/hiv/risk/estimates/riskbehaviors.html](http://www.cdc.gov/hiv/risk/estimates/riskbehaviors.html)

Si su pareja sexual tiene VIH con una carga viral que no ha sido detectable durante por lo menos los últimos seis meses, no existe riesgo real de contraer VIH a través de las relaciones sexuales.



## PUNTO 2

### SI LA EXPOSICIÓN OCURRIÓ DENTRO DE LAS ÚLTIMAS 72 HORAS

SI COMIENZA CON LA PEP DENTRO DE:

**0-2 HORAS** esta le otorga la protección más óptima

**2-36 HORAS** esta le otorga una protección muy buena

**36-72 HORAS** esta le otorgará menos protección conforme trascurren las horas

**DESPUÉS DE 72 HORAS** no se recomienda

Si han transcurrido más de 72 horas desde la exposición, puede programar una consulta con un proveedor de atención médica o con una organización comunitaria para:

1. debatir acerca de su situación;
2. realizar pruebas de VIH;
3. evaluar las opciones de prevención más óptimas para usted, por ejemplo, la profilaxis antes de la exposición para el VIH (PrEP).



## PUNTO 3

### UN FARMACÉUTICO CAPACITADO EN SU FARMACIA

Dado que la administración de PEP debe comenzar cuanto antes, una farmacia es un buen lugar para visitar, dado que:

- suelen estar cerca y abren durante horarios extendidos;
- cuentan con los medicamentos para la PEP;
- los farmacéuticos son individuos capacitados y serviciales que pueden ayudarlo de manera confidencial;
- si le preocupa la confidencialidad, puede solicitar hablar con el farmacéutico en privado.



# PUNTO 4

## COMENZAR CON LA MEDICACIÓN PEP

La PEP puede prevenir el VIH cuando los medicamentos se administran lo antes posible y se toman todos los días durante 28 días.

Si decide comenzar con la PEP en la farmacia, el farmacéutico trabajará con usted para programar una consulta con un proveedor de atención médica lo antes posible, dentro de 1 a 3 días.

El proveedor de atención médica realizará lo siguiente:

1. Evaluará la exposición al VIH.
2. Le ofrecerá pruebas de VIH.
3. Decidirá si le otorgará una receta para continuar con los medicamentos durante los 28 días de PEP contra el VIH.
4. Evaluará una posible exposición a la hepatitis B y C y tomará las medidas necesarias.
5. Le aconsejará tomar los medicamentos según lo recetado.

# ATENCIÓN DE SEGUIMIENTO

## INFORMACIÓN ACERCA DE SU DERIVACIÓN PARA LA ATENCIÓN DE SEGUIMIENTO

Nombre del proveedor o de la práctica de atención médica

Dirección del proveedor de atención médica

Número de teléfono

Fecha y hora de la consulta

# PrEP

## PROFILAXIS ANTES DE LA EXPOSICIÓN (PrEP)

Si ha usado PEP con éxito en una exposición anterior y desea protegerse del VIH en el futuro, puede considerar el uso de la profilaxis antes de la exposición (PrEP). Si las pruebas de VIH arrojan resultados negativos, entonces la PrEP es una opción preventiva para usted.

## OBTENGA MÁS INFORMACIÓN ACERCA DE LA PREP

[www.prepforsex.org](http://www.prepforsex.org) o

<http://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/prep-pep.page>

## ¿DÓNDE PUEDO OBTENER LA PREP?

Hable con su proveedor de atención médica o:

Visite una Sexual Health Clinic (Clínica de salud sexual) de la Ciudad de Nueva York (solo para residentes de la Ciudad de Nueva York):

<https://a816-healthpsi.nyc.gov/NYCSiteLocator>

Verifique el directorio de proveedores de PrEP del estado de Nueva York para los proveedores en la Ciudad de Nueva York y en todo el estado:

<https://www.health.ny.gov/diseases/aids/general/prep>

# VIH

## ¿QUÉ ES EL VIH?

El VIH (Virus de inmunodeficiencia humana) es un virus relacionado con el SIDA. El VIH ataca el sistema de defensa del cuerpo, conocido como sistema inmunológico. Algunas personas con VIH pueden no tener síntomas durante 10 años o más. Es posible que ni siquiera sepan que tienen el virus. No obstante, si no reciben tratamiento, la mayoría de las personas con VIH no pueden combatir los gérmenes y otros virus, y pueden enfermarse gravemente. Una prueba de VIH es la única manera de descubrir si una persona tiene VIH. El tratamiento para el VIH es muy eficaz, tiene pocos o nulos efectos secundarios y puede implicar la toma de solo un comprimido al día. Es importante conocer si es portador del VIH.

## ¿DE QUÉ MANERAS NO SE TRASMITE EL VIH?

El VIH no se transmite por estar cerca de un portador. No puede transmitirse a través de la picadura de un mosquito, un estornudo, la exposición a la saliva o al sudor de un portador o mediante un apretón de manos.

El VIH no se transmite con un beso, salvo que haya sangre en la boca o que las encías tengan úlceras, lo que solo aumenta el riesgo levemente. El contacto casual con un portador de VIH nunca puede transmitir el virus. Esto significa que nunca podrá contagiarse el VIH de otra persona al compartir cubiertos, vasos, el inodoro, las piscinas, las duchas o los lavabos.



# TRANSMISIÓN DEL VIH

Los fluidos corporales que pueden transmitir el VIH son la sangre, el semen y los fluidos vaginales. El VIH puede transmitirse cuando la sangre, el semen o los fluidos vaginales del portador se introducen en el torrente sanguíneo de otra persona. Estos fluidos corporales están presentes durante el acto sexual. El riesgo de contagio depende de la conducta sexual.

**Circunstancias que pueden disminuir el riesgo:**

Si su pareja tiene VIH y no tiene carga viral detectable durante por lo menos 6 meses, el riesgo de contagio de VIH a través de las relaciones sexuales es mínimo.

**Circunstancias que pueden aumentar el riesgo:**

La presencia de sangre  
Que una de las personas tenga una enfermedad de transmisión sexual

**Actividad sexual: Descripción:**

Sexo oral  
Una persona coloca su boca en los genitales de otra persona

**Nivel de riesgo:**

No hay riesgo o el riesgo de transmisión del VIH es bajo

**Actividad sexual: Descripción:**

Coito vaginal  
Una persona con pene introduce el pene en la vagina de la mujer

**Nivel de riesgo:**

Riesgo medio de transmisión del VIH

**Actividad sexual: Descripción:**

Coito anal  
Una persona con pene introduce su pene en el ano de otro hombre o mujer

**Nivel de riesgo:**

Riesgo elevado de transmisión del VIH

# TRANSMISIÓN DEL VIH

## TRANSMISIÓN DE MADRE A HIJO:

- La madre también puede transmitir el virus a su hijo durante el embarazo, el parto o el amamantamiento.
- El tratamiento contra el VIH reduce en gran medida la posibilidad de que la madre contagie a su hijo.
- Si está embarazada o puede estarlo, es importante que se realice una prueba de VIH lo antes posible durante el embarazo y nuevamente durante el tercer trimestre.
- Puede tomar los medicamentos PEP si está embarazada.
- Si tiene VIH, puede tomar los medicamentos para tratar el VIH o para evitar transmitirle el virus a su hijo. Debe tomar los medicamentos durante el embarazo y el parto. Su bebé deberá recibir los medicamentos durante las primeras semanas de vida.

# CÓMO PREVENIR LA INFECCIÓN POR VIH A TRAVÉS DE LAS CONDUCTAS SEXUALES

Si su única pareja sexual tiene VIH y no posee una carga viral detectable durante por lo menos los últimos seis meses, efectivamente no existe riesgo de contagio del VIH a través de las relaciones sexuales.

Si desconoce si su pareja sexual es portadora del virus, podrá protegerse del VIH de la siguiente manera:

- Evitando el coito vaginal o anal.
- Practicando la monogamia mutua, en la que ambas personas han sido evaluadas y conocen que no son portadoras de VIH y no mantienen relaciones sexuales con otras personas.

A continuación, se enumeran otras opciones que algunas personas implementan para evitar la infección por VIH. Estos enfoques brindan un nivel muy elevado de protección:

- **Condomes:** Usar un condón masculino o femenino de manera consistente y correcta cada vez que se tienen relaciones sexuales brinda protección contra el VIH y otras infecciones de transmisión sexual.
- **La profilaxis antes de la exposición (PrEP):** Medicamentos que toman una vez al día las personas que no tienen VIH para prevenir el virus. Se ha demostrado que la PrEP reduce el riesgo de una infección por VIH a través de las relaciones sexuales en un 92-99 % cuando se la administra de manera consistente. El uso combinado de condones y PrEP brinda protección contra el VIH y otras infecciones de transmisión sexual.

# CÓMO PREVENIR LA INFECCIÓN POR VIH A TRAVÉS DE LAS CONDUCTAS SEXUALES

- **El sexo oral:** Solo practicar sexo oral (dar o recibir) es considerado un acto de muy bajo riesgo para la infección por VIH.

**Existen maneras importantes de reducir el riesgo de una infección por VIH. Estas se consideran estrategias de reducción del daño, dado que aún existe riesgo de contagio de VIH si una de las personas porta el virus y no ha logrado la supresión viral.**

- **El uso de lubricante:** La lubricación adicional, como el lubricante KY, puede reducir la posibilidad de cortes o rasaduras en la piel o las membranas mucosas del pene, el recto o la vagina. Esto disminuye la probabilidad de que haya sangre, por lo que reduce la posibilidad de que el VIH ingrese al cuerpo.
- **Evaluación y tratamiento frecuente para las enfermedades de transmisión sexual (STD):** Una úlcera o la inflamación producto de una infección de transmisión sexual puede permitir que el VIH ingrese al cuerpo de una persona que no porta el virus; lo que no sucedería si la piel estuviese intacta. Tener una infección de transmisión sexual puede aumentar las posibilidades de que una persona con VIH transmita el virus a otras.

# LOS CONDONES SON GRATUITOS

**Programa de acceso a los condones del estado de Nueva York:** El New York State Department of Health (NYDOH, Departamento de Salud del estado de Nueva York) distribuye condones gratuitos a las organizaciones elegibles que luego se encargan de dárselos al público. Para más información acerca de las organizaciones cercanas, visite:

**[www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm)**

o envíe un correo electrónico a:

**[nyscondom@health.ny.gov](mailto:nyscondom@health.ny.gov)**. Llame o visite a la organización para obtener más información acerca de cómo conseguir los condones y cuántos condones se distribuyen por día.

**Ciudad de Nueva York: NYC Condom (Condomes en la Ciudad de Nueva York):** Condones masculinos y femeninos y lubricante gratis. Para más información, marque 311 o visite **[www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/condom.page](http://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/condom.page)**

**Acceso a los condones en las escuelas:** Los distritos escolares pueden facilitar el acceso a condones a los estudiantes como parte del programa de instrucción del VIH/SIDA del distrito. El New York State Education Department (NYSED, Departamento de Educación de Nueva York) ha establecido un proceso y un conjunto de instrucciones de evaluación

**[www.p12.nysed.gov/sss/documents/NYSED-CAP-update.4.25.14.pdf](http://www.p12.nysed.gov/sss/documents/NYSED-CAP-update.4.25.14.pdf)** para la creación del Condom Availability Program (CAP, Programa para la disponibilidad de condones); estos deberán ser completados y enviados al NYSED para su revisión y aprobación. Tras conseguir la aprobación, los distritos escolares pueden solicitar condones a través del programa NYS Condom que se encuentra disponible en **[www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm)**.

# LOS CONDONES SON GRATUITOS

**Los condones también se distribuyen a través de:**  
**La línea directa en todo el estado: 800-541-2437 o**  
**la Línea directa para la Asesoría sobre VIH:**  
**800-872-2777.**

En la actualidad, tienen como reglamento limitar los pedidos a un máximo de 10 condones por llamada. La persona debe tener, por lo menos, 18 años de edad y ser residente del estado de Nueva York. Este reglamento puede ser modificado conforme la demanda y la disponibilidad de condones.

Asimismo, Medicaid cubrirá el costo de los condones. Su proveedor de atención médica puede escribir una receta, si así lo desea.

También puede comprar condones en los almacenes, kioscos o por Internet.

# CÓMO EVITAR LA INFECCIÓN POR VIH MEDIANTE EL USO DE DROGAS

## TRANSMISIÓN MEDIANTE EL USO DE SUSTANCIAS

Compartir agujas y accesorios al inyectarse drogas es una conducta de alto riesgo para la transmisión de VIH de una persona a otra. Dado que la aguja, la jeringa, el calentador o el agua utilizada durante la inyección pueden tener sangre, el VIH puede transmitirse con facilidad cuando se comparten estos elementos.

## CÓMO EVITAR UNA INFECCIÓN POR VIH

Las personas que consumen drogas siempre deben utilizar agujas, jeringas y accesorios nuevos y deben evitar compartirlos. Se aconseja a las personas que se inyectan drogas que utilicen una jeringa nueva y estéril todas las veces para prevenir el VIH.

Existen tres maneras de obtener agujas y jeringas nuevas y limpias en el estado de Nueva York:

- 1. En una farmacia:** En el estado de Nueva York, el Expanded Syringe Access Program (ESAP, Programa de acceso a jeringas expandido) permite que las farmacias registradas vendan hasta diez jeringas por vez, sin receta médica, a adultos mayores de 18 años. Para encontrar farmacias que forman parte del ESAP o para obtener respuestas a preguntas relacionadas con el VIH/SIDA y sobre cómo desechar jeringas y agujas de manera segura, comuníquese con la línea directa sobre VIH/SIDA del estado de Nueva York llamando al 1-800-541-AIDS (inglés) o al 1-800-233-7432 (español).

# CÓMO EVITAR LA INFECCIÓN POR VIH MEDIANTE EL USO DE DROGAS

Para encontrar las farmacias que participan en el programa ESAP, visite:  
[www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/prevention/needles\\_syringes/esap/provdirect.htm](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/prevention/needles_syringes/esap/provdirect.htm)

## 2. En un Syringe Exchange Program (SEP, programa de intercambio de jeringas), también llamado Needle Exchange Programs (Programas de intercambio de agujas):

Los SEP son lugares en donde las personas que consumen drogas pueden acceder a una gran variedad de servicios, como el intercambio de jeringas usadas por nuevas y limpias. Los SEP están ubicados en muchas áreas del estado de Nueva York.

Para encontrar un SEP en su área, visite:  
[www.health.ny.gov/diseases/aids/providers/prevention/harm\\_reduction/needles\\_syringes/](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/providers/prevention/harm_reduction/needles_syringes/)

Comuníquese con la línea directa sobre VIH/SIDA del estado de Nueva York llamando al 1-800-541-AIDS (inglés) o al 1-800-233-7432 (español).

## 3. A través de su médico: Mediante el ESAP, los centros de atención médica y los médicos, además de otros proveedores de atención médica, pueden recetar jeringas y brindar jeringas sin una receta. Hable con su médico sobre las maneras en las que puede acceder a agujas y jeringas limpias.

Si obtener equipos nuevos no es una posibilidad, las personas que se inyectan drogas pueden reducir el riesgo de contraer VIH al limpiar las agujas y accesorios con cloro inmediatamente después o justo antes del uso.



# INSTRUCCIONES PARA LIMPIAR UNA AGUJA O JERINGA CON AGUA Y CLORO

Si no puede conseguir una jeringa nueva, limpiar la jeringa con cuidado puede reducir el riesgo de contagio de VIH y de otras enfermedades de transmisión sanguínea.

- 1. Llene la jeringa y limpie la aguja con agua limpia para quitar toda la sangre.  
Vacíe la jeringa.**
- 2. Llene la jeringa con cloro puro y agite; después de 30 segundos, vacíela a través de la aguja.**
- 3. Llene la jeringa y limpie la aguja con agua limpia para quitar el cloro.  
Vacíe la jeringa.**

Recuerde usar agua nueva y limpia y recipientes de agua separados para cada uno de los pasos del 1 al 3.

No use agua caliente para realizar la limpieza, ya que la sangre puede coagularse y dificultar la limpieza.

## CONOZCA LAS SEÑALES DE LA ETAPA TEMPRANA DEL VIH

Ser consciente de las señales y síntomas tempranos de una infección por VIH puede ser útil. Estos síntomas pueden comenzar de dos a cuatro semanas después de la infección por el virus. Los síntomas pueden durar solo un par de días o semanas. Muchas personas infectadas con el virus del VIH experimentan estos síntomas, pero no todas.

Estos son los síntomas a los que deberá prestar atención: dolor de garganta, ganglios inflamados, fiebre, urticaria, dolor en las articulaciones y los músculos, diarrea, cansancio, amigdalitis o úlceras bucales.

Podrás diferenciar una gripe de la etapa temprana del VIH de la siguiente manera:

- La gripe incluye tos, estornudos y congestión nasal; esto no sucede con la etapa temprana del VIH.
- La etapa temprana del VIH incluye urticaria y úlceras bucales; esto no suele suceder con la gripe.

Si cree que tiene señales y síntomas de la etapa temprana del VIH, visite a un proveedor de atención médica lo antes posible.

## **RECURSOS PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL VIH**

### **New York State Department of Health**

[www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/hiv\\_basics/index.htm](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/hiv_basics/index.htm)

### **New York City Department of Health**

[www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/aids-hiv.page](http://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/aids-hiv.page)

### **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el control y la prevención de enfermedades)**

[www.cdc.gov/hiv/basics/index.html](http://www.cdc.gov/hiv/basics/index.html)

