



## 8. FALANDO SOBRE PrEP COM OUTRAS PESSOAS

- Algumas pessoas contam que tomam PrEP para amigos ou parentes (pois podem ajudar a lembrar a tomar os comprimidos).
- Pense para quem você quer contar que está tomando PrEP (deve ser alguém que te apoie e ajude).
- Esta é uma decisão pessoal. Você não tem que se sentir pressionado a contar a ninguém.



## 9. REINICIANDO PrEP

- Se você deixou de tomar PrEP por mais de 7 dias e gostaria de recomeçar, entre em contato com o profissional de saúde para a orientação de como retomar PrEP de forma segura.
- Fazer outro teste de HIV antes de recomeçar a tomar PrEP é muito importante. Se você estiver infectado pelo HIV e começar a tomar PrEP inadvertidamente, o vírus pode se tornar resistente ao medicamento e o tratamento deixa de ser eficaz.



## 10. COMBINANDO PrEP COM OUTRAS ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

- PrEP não protege contra outras infecções sexualmente transmissíveis (IST), tais como sífilis, gonorréia e clamídia. Por isso, você deve considerar a necessidade de também usar a camisinha e gel lubrificante.
- Procure o serviço de saúde sempre que tiver algum corrimento, dor, verruga ou ferida nos órgãos genitais, ânus ou boca.

### Dúvidas ou Perguntas

- Procure seu serviço de saúde antes de seu medicamento para PrEP acabar.
- Em caso de emergência, procure o serviço de saúde ou o pronto-socorro mais perto de você.
- Acesse [www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br) se tiver alguma dúvida.

# O ESSENCIAL SOBRE PrEP HIV



## 1. INFORMAÇÕES SOBRE O MEDICAMENTO

- Cada frasco de PrEP contém 30 comprimidos do medicamento tenofovir + entricitabina (TDF/FTC), para cobrir 30 dias.
- Guarde o frasco em temperatura ambiente e em local seco (não deixe na geladeira ou em carro fechado).
- Este medicamento pode ser tomado com ou sem alimento.
- Este medicamento pode ser tomado quando se ingere álcool ou com o consumo de drogas.
- Este medicamento não altera o efeito de contraceptivos hormonais.
- Não compartilhe seu medicamento de PrEP com outras pessoas, pois pode fazer mal. PrEP não é segura para todos.



## 2. UM COMPRIMIDO POR DIA

- Tome um comprimido por dia.
- Apenas com doses diárias de PrEP se consegue o efeito mais completo de proteção contra o HIV.
- PrEP leva 07 (sete) dias para proteger práticas sexuais anais. Por isso, espere esse tempo para alcançar a proteção ideal nas relações anais.
- No tecido vaginal o medicamento demora mais para alcançar a concentração ideal de proteção. Por isso, se estiver começando a tomar PrEP hoje, espere 20 dias para estar protegida nas relações vaginais.
- Tomar mais de uma pílula ao dia NÃO vai lhe proteger mais do HIV. Na verdade, tomar mais pílulas do que o necessário pode lhe fazer mal.



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE





### 3. CRIE UMA ROTINA

- Tomar seu comprimido no mesmo horário que você faz outra atividade todos os dias pode ajudar a lembrar. (Por ex. ao tomar café, escovar os dentes, etc.).
- Usar lembretes (aplicativos como o Viva Bem, alarmes ou colocar o frasco do remédio em um local que você olhe todos os dias) também podem ajudar.
- Porta comprimidos também podem ajudar.
- Quando a rotina for interrompida (por ex. dormir ou comer fora, viajar, sair de férias, etc.), leve comprimidos extras com você.



### 4. SE ESQUECER DE TOMAR

- Às vezes acontece de esquecer ou pular alguma dose de medicamento.
- Se você esqueceu de tomar um comprimido, tome assim que lembrar. Por exemplo:
  - › Se geralmente você toma um comprimido de manhã, mas a noite se lembrou que não o tomou, não tem problema: tome apenas um comprimido no momento que você lembrar e continue a tomar normalmente no dia seguinte.
  - › Não tome mais de um comprimido no mesmo dia.



### 5. POSSÍVEIS EFEITOS COLATERAIS

- Algumas pessoas podem sentir efeitos colaterais (gases, inchaços, diarreia branda ou náuseas) quando começam a usar PrEP.
- Esses sintomas são geralmente leves e passam após o primeiro mês usando PrEP.
- Dicas para melhorar os sintomas relacionados a desconfortos no estomago:
  - › Tome o comprimido com comida
  - › Tome o comprimido antes de dormir
- Não deixe de tomar o medicamento e fale com um profissional de saúde se os sintomas persistirem ou forem muito incômodos.



### 6. ACOMPANHAMENTO CLÍNICO DURANTE PrEP

- Um profissional de saúde deve acompanhar sua saúde enquanto estiver tomando PrEP.
- Quando você iniciar a PrEP, terá que retornar ao serviço em 30 dias para checar se está tudo bem e buscar novo frasco de PrEP para os próximos 2 ou 3 meses.
- Você terá que ir ao serviço de saúde a cada 3 meses para fazer o teste de HIV e outros exames (como o de creatinina para checar o funcionamento dos rins).
- Reporte qualquer sintoma parecido com gripe e alergias ao profissional de saúde, já que podem ser sintomas recentes de infecção pelo HIV.
- Se necessário, o profissional de saúde poderá lhe ajudar a encontrar a melhor forma de tomar o medicamento e escolher métodos de prevenção complementares.



### 7. INTERROMPENDO PrEP

- Se você decidir parar de tomar PrEP, fale antes com o profissional de saúde que te acompanha.
- Se tiver uma relação sexual sem camisinha quando não estiver usando a PrEP, considere tomar PEP (profilaxia pós-exposição). Os profissionais que trabalham com PrEP podem te ajudar também com PEP.
- Retorne ao serviço de saúde para fazer um teste de HIV quatro (4) semanas depois de ter parado de tomar PrEP.
- Caso tenha tido relação sexual sem camisinha, mantenha o uso de PrEP por 30 dias, a contar da data da relação sem preservativo.