

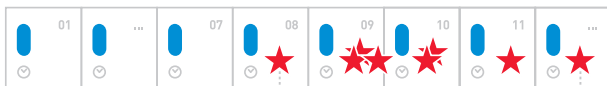
## COMO TOMAR A PrEP

- **Regime diário:** indicado para práticas sexuais frequentes ou menos fáceis de prever. É o único regime possível para pessoas com hepatite B crónica ou pessoas com vagina.

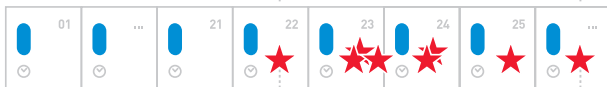
Tomar 1 comprimido por dia, sempre à mesma hora, iniciando 7 dias antes do sexo anal e 21 dias antes do sexo vaginal. Em ambos os casos, terminando 28 dias após a última exposição de risco.

As doses esquecidas podem ser tomadas até 12h depois da hora habitual. Para evitar esquecimentos, é boa ideia combinar a toma com uma atividade diária rotineira, como o pequeno-almoço ou a lavagem dos dentes, bem como manter comprimidos suplentes em locais como o trabalho, a casa de um parceiro habitual, a pasta ou a mochila.

### 7 dias antes do sexo anal

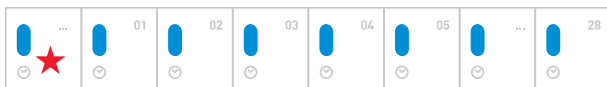


### 21 dias antes do sexo vaginal



entre a primeira e a última situação de risco

### 28 dias após a última exposição de risco

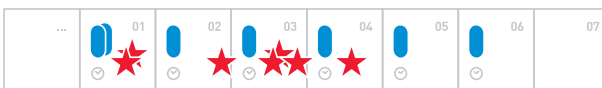


★ Situação de risco

- **Regime baseado nas práticas sexuais:** indicado para práticas sexuais esporádicas e fáceis de prever. Não indicado para pessoas com hepatite B crónica e/ou pessoas que são penetradas na vagina.

Tomar 1 comprimido por dia, sempre à mesma hora, iniciando 24 a 2h antes do sexo com uma dose inicial de 2 comprimidos, terminando 2 dias após a última prática sexual. A dose total não deve exceder 7 comprimidos por semana, pois nesse caso será mais indicado o regime diário.

O reinício em intervalos sem toma da PrEP durante 7 ou menos dias é feito com 1 comprimido, enquanto que intervalos maiores do que 7 dias implicam reiniciar com nova dose de 2 comprimidos.



★ Situação de risco

## COMO PARAR A PrEP

Pode-se suspender a PrEP ou pará-la completamente, respeitando os períodos mínimos adequados do regime de toma escolhido, essenciais à sua eficácia.

O teste do VIH deve ser repetido ao fim do período de janela de 12 semanas depois da última prática sexual de risco, bem como antes de retomar a PrEP.

Caso haja uma prática sexual de risco sem a toma da PrEP, é recomendado recorrer imediatamente a um serviço público de urgência hospitalar para iniciar a PPE até 72h depois, mas preferencialmente nas primeiras 36h.



Existe um **tratamento**  
que pode **prevenir**  
a **infecção pelo VIH**

**PrEP**  
PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO

## O QUE É A PrEP (PROFILAXIA PRÉ-EXPOSIÇÃO)

PrEP é um tratamento que existe para prevenir a infeção por VIH e deve ser tomado antes de uma situação onde possa haver exposição ao vírus.

PrEP confere proteção elevada contra VIH (mesmo quando não há uso de preservativo). Consiste na toma de um comprimido.

## QUEM TEM INDICAÇÃO PARA FAZER PrEP?

A PrEP é uma ferramenta de prevenção que pode ser usada de forma individual ou combinada com outras, de acordo com o risco e circunstância de cada pessoa.

### Se há uso inconsistente do preservativo:

- com parceiro/a sexual com estatuto desconhecido para VIH ou que vive com VIH e não esteja em tratamento;
- e diagnóstico de uma infeção sexualmente transmissível;
- e foi realizada profilaxia pós-exposição (PPE);
- com finalidade de obter dinheiro, drogas ou bens.

### Se há sexo sob efeito de substâncias psicoativas;

Se há partilha de material no consumo de substâncias por via injetada.

## COMO ACEDER À PrEP

O pedido de primeira consulta poderá ser feito nas sessões de rastreio de VIH, centros de saúde ou diretamente nos hospitais que tenham esta consulta.

Saiba onde aceder à consulta da PrEP no site:

<https://www.dgs.pt/programa-nacionaistvih.aspx>



## O QUE É FEITO NUMA PRIMEIRA CONSULTA DE PrEP

- **Teste a VIH** - a PrEP é para pessoas VIH negativas;
- **Teste a outras infeções de transmissão sexual (IST)** - a PrEP não protege contra outras IST;
- **Teste da função renal** - a PrEP está contraindicada a quem tenha a função alterada;
- **Vacinação recomendada** - quando indicado, é feita a vacinação contra vírus da hepatite A, B e do Papiloma Humano;
- **Verificar interações com outros medicamentos e substâncias recreativas;**
- **Avaliação da capacidade pessoal de aderir e gerir o regime de medicação e vigilância de saúde.**

## O QUE É FEITO NA CONSULTA DE SEGUIMENTO

- **Avaliação no primeiro mês** - teste a VIH e função renal, fígado, hemograma, ionograma e glicemia.
- **Avaliação trimestral** - teste a VIH, sífilis e função renal, fígado, hemograma, ionograma e glicemia. Novo teste a clamídia e gonorreia de acordo com o risco individual.
- **Teste a hepatite C pelo menos uma vez por ano.**

## QUAIS OS POSSÍVEIS EFEITOS SECUNDÁRIOS

Nas primeiras semanas a tomar PrEP, uma em cada dez pessoas tem efeitos secundários: sobretudo enjoos, alterações intestinais, dores de cabeça e cansaço. Estes efeitos normalmente desaparecem após duas semanas a tomar PrEP, sendo raros os de longa duração. Menos de 2% das pessoas que tomam PrEP apresentam pequena diminuição na função renal enquanto a tomam - geralmente voltam ao normal depois de parar de tomar PrEP.

# PrEP

PREVINE A INFEÇÃO PELO VIH.

CONSISTE NA TOMA DE MEDICAMENTOS ANTIRRETROVIRAIS.

PODE TER EFEITOS SECUNDÁRIOS.

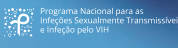
DISPONÍVEL EM CONSULTAS MÉDICAS DE INFECIOLOGIA EM CONTEXTO HOSPITALAR OU COMUNITÁRIO.

É GRATUITA.

PROMOTOR



FINANCIADOR



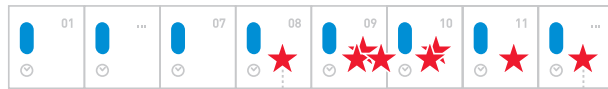
## HOW TO TAKE PrEP

- **Daily regimen:** indicated for frequent or less predictable sexual practices. It is the only possible regimen for people with chronic hepatitis B or people with a vagina.

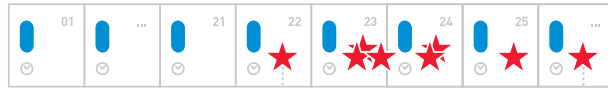
Take 1 pill a day, always at the same time, starting 7 days before anal sex and 21 days before vaginal sex. Both ending 28 days after the last risk exposure.

Missed doses can be taken up to 12 hours after the usual time. To avoid forgetting, it's a good idea to combine taking it with a routine daily activity, such as breakfast or brushing your teeth, as well as keeping spare pills in places like work, a regular partner's house, your briefcase or backpack.

### 7 days before anal sex

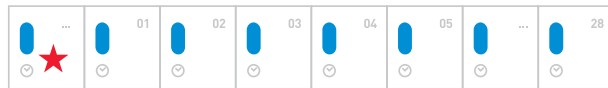


### 21 days before vaginal sex



Between the first and the last risk exposure

### 28 days after the last risk exposure

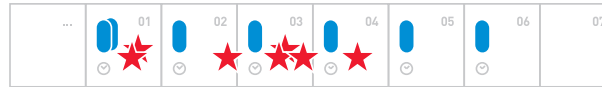


★ Risk situation

- **Regimen based on sexual practices:** indicated for sporadic and easy to predict sexual practices. Not indicated for people with chronic hepatitis B and/or people who are penetrated in the vagina.

Take 1 pill a day, always at the same time, starting 24 to 2 hours before sex with an initial dose of 2 pills, ending 2 days after the last sexual practice. The total dose should not exceed 7 tablets per week, in which case the daily regimen will be more suitable.

Restarting PrEP-free intervals of 7 days or less is done with 1 pill, while intervals longer than 7 days imply restarting with a new dose of 2 pills.



★ Risk situation

## HOW TO STOP PrEP

PrEP can be suspended or stopped completely, respecting the appropriate minimum periods of the chosen regimen, which is essential for its effectiveness.

HIV testing should be repeated at the end of the 12-week window period after the last high-risk sexual activity, as well as before resuming PrEP.

If there is a risky sexual practice without taking PrEP, it is recommended to go immediately to a public hospital emergency service to start PEP within 72 hours, but preferably within the first 36 hours.



There is a **treatment** that can **prevent** **PrEP** **HIV infection** PRE-EXPOSURE PROPHYLAXIS



## WHAT IS PrEP (PRE-EXPOSURE PROPHYLAXIS)

PrEP is a treatment that exists to prevent HIV infection and should be taken before a situation where there is exposure to the virus.

PrEP provides high protection against HIV (even when condoms are not used). It consists of a pill to take.

## WHO IS RECOMMENDED TO TAKE PrEP

PrEP is a prevention tool that can be used individually or in combination with others, according to each person's risk assessment and circumstance.

### If there is inconsistent condom use:

- with a sexual partner of unknown HIV status or who is living with HIV and not on treatment;
- or diagnosis of a sexually transmitted infection;
- or post-exposure prophylaxis (PEP) was performed;
- having sex for the purpose of obtaining money, drugs or goods.

### If there is sex under the influence of psychoactive substances;

Whether there is sharing of material in the consumption of injected substances.

## HOW TO ACCESS PrEP

The request for the first consultation can be made at HIV testing sessions, health centers or directly at the hospitals that have PrEP consultation.

Find out where to access PrEP consultation here:  
<https://www.dgs.pt/programa-nacionaistvih.aspx>



## WHAT IS DONE AT A FIRST PrEP CONSULTATION

- **HIV test** - PrEP is for HIV negative people;
- **Test for other sexually transmitted infections (STIs)** - PrEP does not protect against other STIs;
- **Kidney function test** - PrEP is contraindicated for those with altered function;
- **Recommended vaccination** - when indicated, vaccination against hepatitis A, B and Human Papilloma viruses is carried out;
- **Check for interactions with other medications and recreational substances;**
- **Assessment of personal ability to adhere to and manage the medication regimen and health surveillance.**

## WHAT IS DONE IN THE FOLLOW-UP CONSULTATION?

- **First month assessment** - test for HIV and kidney function, liver, blood count, ionogram and blood glucose.
- **Quarterly evaluation** - test for HIV, syphilis and kidney function, liver, blood count, ionogram and blood glucose. Retest chlamydia and gonorrhoea according to individual risk.
- **Test for hepatitis C at least once a year.**

## WHAT ARE THE POSSIBLE SIDE EFFECTS

In the first few weeks of taking PrEP, one in ten people experience side effects: mostly feeling sick, upset stomach, headaches and tiredness. These effects usually disappear after two weeks of taking PrEP, and long-lasting effects are rare.

Less than 2% of people taking PrEP experience a small decrease in kidney function while taking it - they usually return to normal after stopping PrEP.

# PrEP

PREVENTS HIV INFECTION.

CONSISTS OF TAKING ANTIRETROVIRALS MEDICINES.

MAY HAVE SIDE EFFECTS.

AVAILABLE AT MEDICAL CONSULTATIONS OF INFECTIOLOGY IN THE HOSPITAL OR COMMUNITY CENTER.

PROMOTER



SPONSOR

