

El VIH es pot prevenir després d'una relació sexual de risc?

He mantingut una relació sexual de risc sense preservatiu, amb algú de qui desconec si té alguna malaltia de transmissió sexual, com ara el VIH, o sé que és VIH positiu.

Hi ha alguna manera d'evitar el possible contagi del VIH i d'altres malalties de transmissió sexual o ja no s'hi pot fer res?

El virus de la immunodeficiència humana o VIH és una malaltia de transmissió sexual que pot produir la síndrome de la immunodeficiència adquirida o sida quan el virus destrueix el sistema immunitari. Les persones seropositives, portadores del VIH, que no presenten la sida no acostumen a tenir símptomes, però poden transmetre la malaltia. El risc de transmissió, en canvi, és baix en cas de les persones tractades pel VIH amb càrrega viral indetectable (a les anàlisis de sang no es detecta cap virus). Sens dubte, la millor manera de prevenir el contagi del VIH i d'altres malalties de transmissió sexual és l'ús del preservatiu. Malgrat això, actualment hi ha disponible un tractament amb medicaments que permet reduir la probabilitat de contraure la infecció pel VIH després d'haver mantingut una relació sexual de risc.

Aquest document explica en què consisteix aquest tractament, com s'hi pot accedir i quins possibles efectes adversos pot produir.

Quan una relació sexual es considera de risc?

Una relació sexual es considera de risc quan es manté sense preservatiu, o bé el preservatiu falla, amb una persona infectada o de la qual no es coneix l'estat.

Algunes situacions que es relacionen amb un major risc de contraure infeccions de transmissió sexual són tenir un nombre elevat de parelles sexuals, mantenir relacions sexuals sota els efectes de l'alcohol o les drogues i compartir joguines sexuals.

Què he de fer després d'una relació sexual de risc?

Davant una situació de risc us podeu adreçar a les urgències de l'hospital de referència o, si no és possible, a les de l'hospital més proper. Procureu anar-hi al més aviat possible perquè el tractament preventiu del VIH s'ha d'iniciar durant les primeres 72 hores després de la relació sexual de risc.

A l'hospital, el personal mèdic valorarà el vostre cas i extraurà una mostra de sang o de secrecions genitals per analitzar-les al laboratori.

En aquesta primera visita, tot i no disposar dels resultats de les proves de forma immediata, el personal mèdic prescriurà, si ho considera convenient, el tractament per prevenir el VIH, i antibiòtics per curar altres possibles infeccions de transmissió sexual, com la gonocòccia, la sífilis o la clamídia.

Quan disposi dels resultats de les proves, el personal mèdic farà el diagnòstic definitiu i plantejarà el seguiment necessari.

En què consisteix el tractament postexposició al VIH?

El tractament consta d'una combinació de medicaments d'ús habitual en el tractament de la infecció del VIH anomenats antiretrovirals. Concretament, se'n requereixen tres de diferents:

- Dos medicaments del grup anomenat inhibidors de la transcriptasa inversa anàlegs de nucleòsids, com són l'emtricitabina i el tenofovir.

Un medicament d'un altre grup:

- Un inhibidor de la integrasa com el raltegravir seria la pauta preferent. Com a alternatives es podria utilitzar l'elvitegravir potenciat amb un medicament anomenat cobicistat o bé dolutegravir.
- Un inhibidor de la proteasa com darunavir, atazanavir o lopinavir potenciat amb ritonavir.
- Un inhibidor de la transcriptasa inversa no anàleg de nucleòsid com és la rilpivirina.

Per exemple, un dels tractaments més habituals es prendria de la manera següent:

- Emtricitabina/tenofovir: 1 comprimit al dia.
- Raltegravir: 1 comprimit cada 12 hores.

Els medicaments es dispensen a la farmàcia de l'hospital (farmàcia ambulatoria).

S'han de prendre de forma adequada, cada dia i sempre de la mateixa manera durant 28 dies.

Abans d'iniciar el tractament és necessari que el personal mèdic o farmacèutic revisi si hi ha possibles **interaccions** amb altres medicaments habituals. Per evitar que els antiretrovirals puguin perdre efecte o causin efectes adversos inesperats, cal comunicar tant la medicació com els complements dietètics, medicaments naturals o vitamines que es prenen.

Quins efectes secundaris puc notar durant el tractament?

El tractament pot produir alguns efectes adversos, sobretot durant els primers dies del tractament, tot i que acostumen a ser lleus:

- Molèsties abdominals, diarrea, nàusees i vòmits: es recomana fer dieta astringent (patata, arròs, pastanaga, plàtan, etc.) uns dies si hi ha diarrea, hidratar-se correctament i evitar aliments rics en fibra (fruita, verdura i cereals integrals). Per controlar les nàusees, convé menjar menys quantitat i més sovint.
- Mal de cap que es pot tractar amb paracetamol, si cal.
- Mareig.
- Cansament que millora en acabar el tractament.
- Erupció a la pell: si apareix convé que consulteu el vostre metge o metgessa de referència.
- Alteracions del son: en cas que no pugueu descansar adequadament cal que ho comuniqueu al vostre metge o metgessa de referència.

Si les molèsties impedeixen realitzar les activitats diàries, consulteu-ho amb personal mèdic o farmacèutic.

Com sabré que no estic infectat o infectada pel VIH?

Al llarg del tractament i en haver-lo finalitzat, el personal mèdic us citarà per comentar els resultats de les proves inicials i us realitzarà un seguiment amb anàlisis de sang durant 4-6 mesos.

Si les proves analítiques surten negatives, és a dir, que no hi ha anticossos del VIH fins als 6 mesos posteriors a l'exposició, es considera que la persona no s'ha infectat.

Més informació

- Infeccions de transmissió sexual. <http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/i/infeccions-de-transmissio-sexual/infeccions-de-transmissio-sexual> (català).

- Prevenció del VIH. <https://infosida.nih.gov/understanding-hiv-aids/fact-sheets/20/87/profilaxis-posesposicion--pep-> (castellà).

Bibliografia

- Documento de consenso sobre profilaxis postexposición ocupacional y no ocupacional en relación con el VIH, VHB y VHC en adultos y niños. Actualització març 2015. GeSIDA. Disponible a: <http://gesida-seimc.org/wp-content/uploads/2017/02/gesida-guiasclinicas-2015-Profilaxispostexposicion-VIH-VHC-VHB.pdf>
- Cardona G, Llibre JM, Andreu A. Profilaxis antirretroviral postexposición al virus de la inmunodeficiencia humana (VIH). Butlletí d'Informació Terapèutica. Institut Català de la Salut. 2015. Disponible a: http://medicaments.gencat.cat/web/.content/minisite/medicaments/professionals/6_publicacions/butlletins/boletin_informacion_terapeutica/documents/arxiu/BIT_v26_n03_cast.pdf
- European AIDS Clinical Society (EACS) guidelines Version 9.0 Octubre 2017. Disponible a: http://www.eacsociety.org/files/guidelines_9.0-english.pdf

Autoria

Grup de treball d'informació sobre medicaments dirigida a la ciutadania.

La informació proporcionada en aquest article és complementària a les recomanacions del vostre metge o metgessa i en cap cas pretén substituir-la. En cas de dubte, poseu-vos en contacte amb el vostre professional de la salut de referència o truqueu al 061 CatSalut Respon.

La informació ha estat elaborada amb la participació del Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.