



thewellproject

El comienzo del tratamiento del VIH

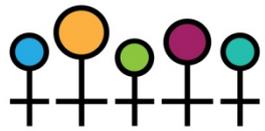
Actualizado: 6 de noviembre de 2019

Juntos podemos cambiar el curso de la epidemia del VIH...una mujer a la vez.

#unamujeralavez

www.thewellproject.org

#thewellproject



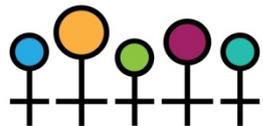
thewellproject

Primero lo primero



Cuando usted y su proveedor de cuidado de salud decidan que es el momento adecuado para que comience su tratamiento ...

*... hay pasos que puede seguir **para tener éxito***



thewellproject

Primero lo primero

Pensar positivamente

- Puede ser de utilidad concentrarse en cómo:
 - Comenzar el tratamiento es la decisión correcta para su salud
 - Los medicamentos contra el VIH la ayudarán a luchar contra el virus
 - Usted puede tomar su medicación de la manera apropiada
- Busque apoyo para mantener su compromiso:
 - No hay necesidad de que usted se adhiera a su **régimen de tratamiento** sola
 - Su prestador médico, sus enfermeras, trabajadores sociales, terapeutas, manejadores de casos, grupos de apoyo, comunidad en línea, familiares, amistades pueden ayudarle

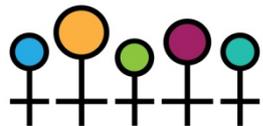


thewellproject

Primero lo primero

Temas en la vida

- Puede resultar difícil seguir un régimen de tratamiento si necesita ocuparse de otros temas en su vida
- Hable con su proveedor de cuidado médico si:
 - Se siente triste la mayor parte del tiempo y no disfruta de las cosas que solía disfrutar, podría encontrarse deprimida
 - Se siente estigmatizada o tiene miedo a ser estigmatizada
 - Tiene problemas con el uso de sustancias
 - No se siente segura en su hogar o si está experimentando violencia



thewellproject

Importante

Si usted siente que está en peligro ahora, llame al 911 o a la línea Nacional de Violencia Domestica en los Estados Unidos al 800-799-SAFE [1-800-799-7233; o 1-800-787-3224 (TTY)]. También puede buscar un lugar seguro en el sitio web [Domestic Shelters](#) (Refugios).

Domestic Shelters: www.domesticshelters.org



thewellproject

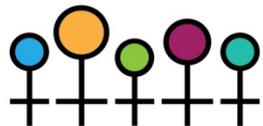
Primero lo primero

Problemas de salud– hable con su proveedor médico sobre:

- Otros problemas de salud
- Otras medicaciones que toma, incluyendo medicamentos de venta libre, vitaminas, o drogas callejeras
- Terapia alternativa o complementaria (hierbas) que use
- Cualquier programa de recuperación en el que se encuentre

Planificación familiar

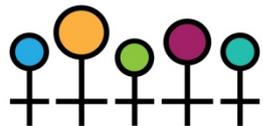
- Los fármacos anti-VIH pueden interferir con algunos métodos de control de la natalidad
- Las mujeres embarazadas o las que planean embarazarse quizá querrán evitar ciertos medicamentos contra el VIH



thewellproject

Elegir un régimen de medicamentos contra el VIH

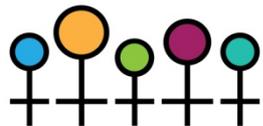
- 40 medicamentos aprobados para el tratamiento del VIH, en seis clases:
 - Inhibidores de la entrada
 - Inhibidores de la Integrasa
 - Inhibidores nucleósidos/nucleótidos de la transcriptasa reversa (ITIN)
 - Inhibidores no nucleósidos de la transcriptasa reversa (ITINN)
 - Inhibidores de la Proteasa (IP)
 - Agentes de refuerzo
- Los expertos recomiendan que las personas que nunca antes han tomado medicamentos contra el VIH comiencen con una de las siguientes combinaciones:
 - Un Inhibidor de la Integrasa más 2 ITIN (en la mayoría de casos)
 - Un IP más 2 ITINN (en ciertos casos);
 - Un ITINN más 2 ITIN (en ciertos casos)



thewellproject

Resistencia

- Cuando el VIH realiza copias de sí mismo (se reproduce), puede realizar cambios, llamados **mutaciones**
- Algunas mutaciones evitan que ciertos medicamentos contra el VIH funcionen, que causa que el VIH se haga **resistente** a un medicamento en particular
- Si se hace resistente, su carga viral puede aumentar rápidamente y usted podría tener que cambiar su régimen de medicamentos
- Su prestador médico debería realizar una prueba de resistencia para descubrir si usted tiene una cepa de VIH resistente a los medicamentos, antes de comenzar un tratamiento para el VIH

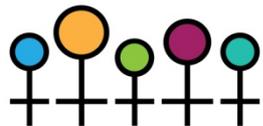


thewellproject

Secuenciación

Una de las estrategias en el tratamiento del VIH es **pensar por anticipado**

- Los medicamentos pueden dejar de funcionar debido a la resistencia y a la resistencia cruzada
- Cuando elija su primer régimen, piense en cuales medicamentos podrían usarse en regímenes futuros si su medicación original contra el VIH deja de funcionar
- Este proceso se denomina **secuenciación del tratamiento**
 - Garantiza que usted tendrá otras opciones de tratamiento disponibles si desarrolla resistencia

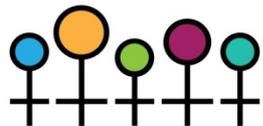


thewellproject

Adherencia

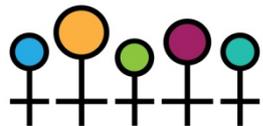
¡La mejor manera de prevenir la resistencia es con buena adherencia!

- Adherencia significa tomar su medicación contra el VIH exactamente como se le indicó
 - Le brinda a la medicación la mejor oportunidad de funcionar bien para evitar la reproducción del VIH
 - Cuanto menos se pueda reproducir el VIH, menos probable es que desarrolle mutaciones



Horario de dosis

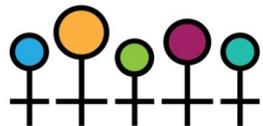
- Preguntas que hacerle a su prestador médico:
 - ¿Cuántas píldoras hay en una dosis? ¿Cuántos medicamentos hay en cada píldora?
 - ¿Cuántas veces por día debe tomarse cada dosis?
 - ¿Hay requisitos alimentarios (por ejemplo, tomarla con el estómago vacío o con la comida)?
 - ¿Existen medicamentos o suplementos que pueden interferir con el funcionamiento de esta medicación contra el VIH?
- Elabore un plan:
 - Si toma la medicación una vez al día, elija una actividad para recordarle de tomar sus medicamentos contra el VIH, como tomar una taza de café por las mañanas
- Si no toma sus medicamentos un día, no tome una dosis doble al día siguiente



thewellproject

Horario de dosis

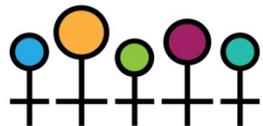
- Si tiene hijos, asegúrese de que el horario para tomar su medicamento entre en las rutinas de ellos también
- Planifique para los fines de semana y días festivos asegurándose de tener suficientes medicamentos contra el VIH para pasar esos días
- Puede llevar un control de qué tan bien está tomando sus píldoras mediante un diario o un cuadro
 - Recuerde que todos cometemos errores
 - Cuando esto sucede, es importante comenzar nuevamente y comprometerse a seguir con el plan
 - Si comienza a perder dosis regularmente, dígaselo a su proveedor médico



thewellproject

Divulgar su condición y tomar píldoras

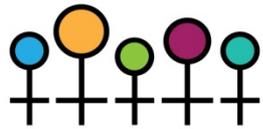
- Si nadie sabe de su condición de VIH, puede sentir que tiene que ocultar que toma píldoras
 - Tomar su medicación puede resultar más difícil
 - Si usted remueve las etiquetas originales de sus medicamentos, es importante re-etiquetar sus frascos de píldoras de una forma que la ayude a recordar qué tomar y cuándo tomarlo
- Puede ser un buen momento para contarles a las personas cercanas sobre su condición de VIH
- ¿No está lista? Puede colocar medicamentos en una caja para píldoras y díglele a las personas que toma vitaminas o medicina para otra enfermedad



thewellproject

Efectos secundarios

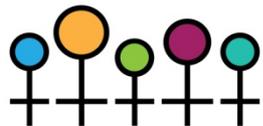
- Todos los medicamentos contra el VIH tienen algunos efectos secundarios; ***no todas las personas experimentan los efectos secundarios***
- Prepárese: pregúntele a su prestador médico sobre los posibles efectos secundarios de corto y largo plazo y cómo tratarlos
- Si necesitará medicación para manejar los efectos secundarios, tenga una provisión a la mano antes de comenzar a tomar su medicación contra el VIH
- Si tiene efectos secundarios:
 - No deje de tomar su medicación contra el VIH a menos que su proveedor médico le diga que pare
 - No hay necesidad de 'sonreír y aguantar', hable con su proveedor médico



thewellproject

Poniéndolo todo junto

- Crea en su propia capacidad de adherirse a su régimen de medicamentos
- Importante hablar con su proveedor médico sobre:
 - Otra medicación que esté tomando
 - Problemas con el uso de sustancias
 - Si está embarazada o planea quedar embarazada
 - Si se siente deprimida o ha experimentado otros problemas de salud mental
 - Sistemas de apoyo
 - Pruebas de resistencia
 - Problemas/obstáculos que podría tener para tomar sus medicamentos
 - El horario de dosificación



thewellproject

¡Aprenda más!

- Para aprender más sobre este tema, favor de leer la hoja informativa completa:
 - [El comienzo del tratamiento del VIH](#)
- Para más hojas informativas o para conectarse a nuestra comunidad de mujeres viviendo con VIH, visite:
 - www.thewellproject.org
 - www.facebook.com/thewellproject
 - www.twitter.com/thewellproject