



thewellproject

Adherencia

Actualizado: 21 de agosto de 2019

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

#unamujeralavez

#thewellproject

www.thewellproject.org

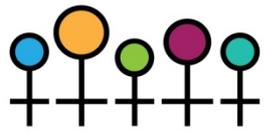


the**well**project

Fármacos potentes para combatir el VIH

***Avances en el tratamiento del VIH en los últimos 25 años han llevado a la aprobación de más de 40 medicamentos para combatir el VIH –
¡un logro notable!***

- Usar estos medicamentos en combinaciones efectivas está ayudando a muchas personas a controlar su VIH y vivir vidas largas y saludables
- A pesar de las mejoras en el tratamiento farmacológico del VIH, tomar medicamentos contra el VIH sigue siendo un compromiso **diario y de por vida**



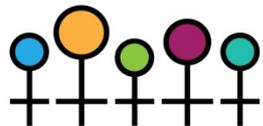
thewellproject

¿Qué es la adherencia?

Adherencia: Tomar sus medicamentos **exactamente como fueron recetados**

- ¡Para que los medicamentos contra el VIH hagan su trabajo correctamente, usted debe hacer su trabajo!
 - Tome la cantidad correcta a las horas correctas
 - Tome los medicamentos como fueron recetados

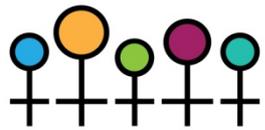




thewellproject

La importancia de la adherencia

- Medicamentos son procesados por su cuerpo y entran en su torrente sanguíneo
 - Ciertos niveles de medicamentos contra el VIH deben permanecer en su sangre para combatir el VIH
 - Si el nivel del medicamento es demasiado bajo, no hay suficiente medicamento para combatir el VIH
 - Tomar las píldoras según lo programado ayuda a mantener el nivel correcto del medicamento en su cuerpo



the**well**project

Adherencia y resistencia

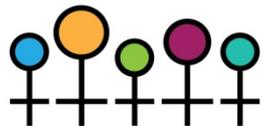
- Si no toma sus medicamentos contra el VIH a tiempo
 - los niveles de medicamento en su sangre disminuirán
 - el VIH podrá crear copias de sí mismo
- Cuando el VIH se multiplica, su carga viral aumenta y su conteo de células CD4 disminuye, el virus puede mutarse (cambiar)
- **Resistencia:** cuando hay mutaciones en el VIH, el virus puede sobrevivir aunque usted siga tomando sus medicamentos



thewellproject

Adherencia y resistencia

- Resistencia cruzada: la resistencia a un medicamento puede causar resistencia a otros medicamentos que no haya tomado
- La resistencia puede afectar sus opciones de tratamiento en el futuro
- Algunos estudios sugieren que es necesario tomar sus medicamentos contra el VIH exactamente como se los recetaron aproximadamente el 95 por ciento del tiempo para obtener el máximo beneficio
 - significa *fallar en muy pocas dosis*

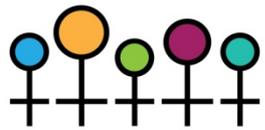


thewellproject

Barreras a la adherencia para las mujeres

Las mujeres que viven con VIH pueden enfrentar numerosos desafíos para tomar su medicamento según lo recetado

- Las mujeres a menudo ponen las necesidades de los demás antes que las suyas
- Otras barreras incluyen:
 - La depresión
 - Consumo activo de sustancias controladas o problemas con el uso de alcohol
 - Falta de seguro de salud (mujeres en EE. UU.)
 - Falta de vivienda segura o estable
 - Experiencias pasadas o actuales de violencia o trauma
 - Otros factores estresantes de la vida, tales como el cuidado de los niños o cuestiones parentales



thewellproject

Superando las barreras

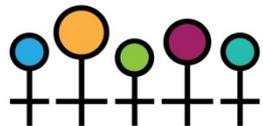
- A pesar de las demandas en la vida de las mujeres, estudios demuestran que tienen la misma probabilidad que los hombres de cumplir con los regímenes contra el VIH
- Es importante informarle a su proveedor de salud cuando no tomó sus dosis contra el VIH o si no la tomó correctamente
- Él o ella puede sugerir un cambio en su horario de dosificación o régimen de medicamentos
 - Los medicamentos más nuevos contra el VIH requieren menos píldoras por día y tienen menos restricciones alimenticias



thewellproject

Consejos de adherencia

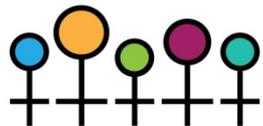
- Entienda que los medicamentos la ayudarán a combatir el virus y a mantenerse sana
 - Si no cree que lo harán, no se preocupará por tomar sus píldoras correctamente
 - Si tiene alguna duda, hable con su proveedor de salud o con el personal de una ASO
- Algunas mujeres descubren que les ayuda enlazar su toma de píldoras con un propósito superior o una buena intención
- Use una actividad diaria para recordarle que tome sus píldoras
 - Cuando llegue el momento de hacer esa actividad, también es el momento de tomar sus píldoras
 - Si tiene hijos que toman medicamentos o vitaminas, tome sus píldoras cuando ellos tomen las suyas



thewellproject

Consejos de adherencia

- Si no desea que los demás sepan, vaya a un baño. Si no puede, diga que las píldoras son para otro problema de salud o que son vitaminas.
- Si el uso de sustancias o alcohol, o la depresión le impiden tomar sus medicamentos correctamente, hable con su proveedor de atención médica o manejador de casos
- Use las herramientas disponibles en su clínica o farmacia, como pastilleros, calendarios, agendas y localizadores para que recuerde tomar sus medicamentos. Pruebe una aplicación de teléfonos inteligentes que envían recordatorios de medicamentos
- Si quita las etiquetas de los frascos de las píldoras, desarrolle un sistema para saber qué medicamentos para contra el VIH debe tomar y en qué momento
- Planifique con tiempo para resurtidos o viajes para que no se quede sin medicamentos

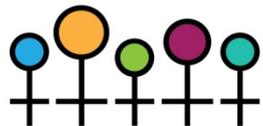


thewellproject

Buscar apoyo

- La adherencia es un trabajo arduo
 - *Puede ser beneficioso entender por qué es importante y tener una red de apoyo*
- Existen muchos recursos sobre la adherencia a medicamentos contra el VIH

La adherencia es la clave para asegurar que los medicamentos contra el VIH funcionen, para mantener su salud, su carga viral indetectable y prevenir la transmisión



thewellproject

¡Aprenda más!

- Para aprender más sobre este tema, favor de leer la hoja informativa completa:
 - [Adherencia](#)
- 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