

thewellproject

Adherencia

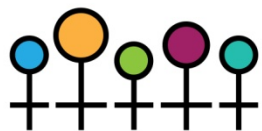
Actualizado: 23 de marzo de 2022

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

#unamujeralavez

#thewellproject

www.thewellproject.org

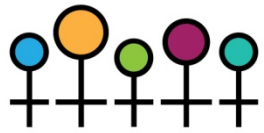


thewellproject

Fármacos potentes para combatir el VIH

Los avances en el tratamiento del VIH desde la aprobación en 1987 del primer fármaco para el VIH han llevado al desarrollo de muchos medicamentos para el VIH – ¡un logro notable!

- Usar medicamentos en combinaciones efectivas ayuda 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***



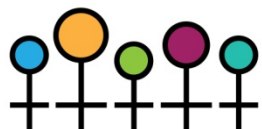
thewellproject

¿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 medicamentos como fueron recetados

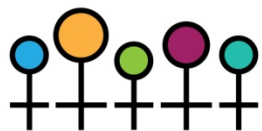




thewellproject

La importancia de la adherencia

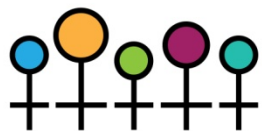
- Medicamentos son procesados por su cuerpo y entran en su torrente sanguíneo
 - Ciertos niveles de medicamentos contra el VIH deben permanecer en su sangre para combatir el VIH
 - Tomar las píldoras según lo programado ayuda a mantener el nivel correcto del medicamento en su cuerpo
 - Si el nivel del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



thewellproject

La adherencia y la resistencia

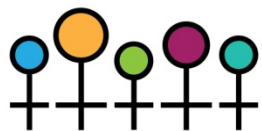
- Si no toma sus medicamentos contra el VIH a tiempo
 - Los niveles de medicamento en su sangre disminuirán
 - El VIH podrá crear copias de sí mismo
- Cuando el VIH se multiplica, su carga viral aumenta, su conteo de células CD4 disminuye, el virus puede mutar (cambiar)
- **Resistencia:** Cuando hay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



thewellproject

La adherencia y la resistencia

- Resistencia cruzada: la resistencia a un medicamento puede causar resistencia a otros medicamentos que no ha 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 % del tiempo para obtener el máximo beneficio
 - Esto significa *fallar en muy pocas dosis*

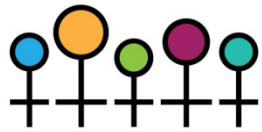


thewellproject

Barreras a la adherencia para las mujeres

Las mujeres que viven con el VIH pueden enfrentar dificultades con la adherencia

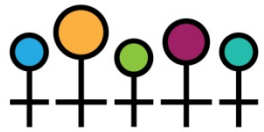
- Las mujeres a menudo ponen las necesidades de los demás antes que las suyas
- Otras barreras incluyen:
 - La depresión
 - Consumo activo de sustancias controladas o problemas con el uso de alcohol
 - Falta de seguro de médico (en EE. UU.)
 - Falta de vivienda segura o estable
 - Experiencias pasadas o actuales de violencia o trauma
 - Otros factores estresantes de la vida, como el cuidado de los niños o cuestiones parentales
 - No haber divulgado su estado de VIH
 - Dificultad para tragar pastillas



thewellproject

Superando las barreras

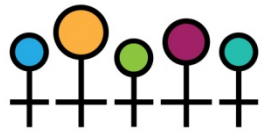
- A pesar de las demandas en la vida de las mujeres, estudios demuestran que tienen la misma probabilidad que los hombres de cumplir con los regímenes contra el VIH
- Es importante informarle a su proveedor de salud cuando no toma sus dosis de medicamento contra el VIH o si no la toma correctamente
-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



thewellproject

Consejos de adherencia

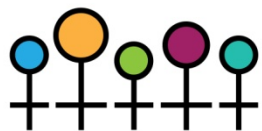
- Entienda que los medicamentos la ayudarán a combatir el virus y mantenerse sana
 - Si no cree que lo harán, no se preocupará por tomar sus píldoras correctamente
 - Si tiene alguna duda, hable con su proveedor de salud o con el personal de una ASO
- Algunas mujeres descubren que les ayuda enlazar su 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 médico o administrador de caso
- Use las herramientas disponibles en su clínica o farmacia: 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 contra el VIH debe tomar y en qué momento
- Planifique con tiempo para resurtidos o viajes para que no se quede sin medicamentos

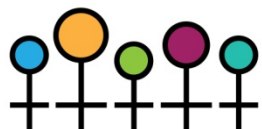


thewellproject

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 para ayudarla a tomar sus medicamentos contra el VIH

La adherencia es la clave para asegurar que los medicamentos contra el VIH funcionen, para cuidar de su salud, mantener 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