

thewellproject

# El comienzo del tratamiento del VIH

*Actualizado: 18 de febrero de 2021*

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

*#unamujeralavez*

[www.thewellproject.org](http://www.thewellproject.org)

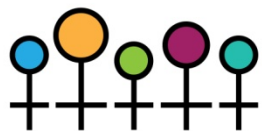
*#thewellproject*

# Primero lo primero



Cúando 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***

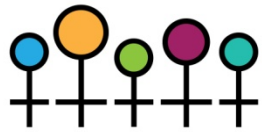


thewellproject

# Primero lo primero

## *Pensar positivamente*

- Puede ser útil 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
- Buscar apoyo para mantener su compromiso:
  - No hay necesidad de que usted se adhiera a su **régimen de tratamiento** sola
  - Su proveedor médico, sus enfermeras, trabajadores sociales, terapeutas, manejadores de casos, grupos de apoyo, comunidad en línea, familiares, amistades pueden ayudarle

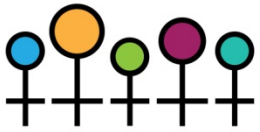


thewellproject

# 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 usted:
  - Se siente triste la mayor parte del tiempo y no disfruta de las cosas que solía disfrutar, podría estar 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

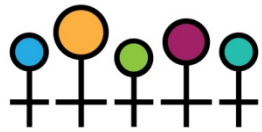


thewellproject

# 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](http://www.domesticshelters.org)*



thewellproject

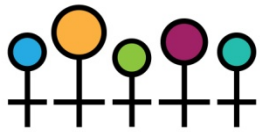
# Primero lo primero

**Problemas de salud**– hable con su proveedor médico sobre:

- Otros problemas de salud
- Otros medicamentos 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 participe

## **Planificación familiar**

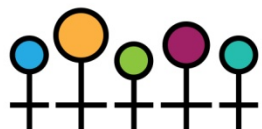
- Los fármacos anti-VIH pueden interferir con algunos métodos de control de la natalidad
- Las mujeres embarazadas o las que planean embarazarse quizá querrán evitar ciertos medicamentos contra el VIH



thewellproject

# Elegir un régimen de medicamentos contra el VIH

- Más de 40 medicamentos aprobados para el tratamiento del VIH, en 6 clases:
  - Inhibidores de la entrada
  - Inhibidores de la Integrasa
  - 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 en los EE. UU., las personas que son nuevas a los medicamentos contra el VIH comiencen con una combinación que incluya un Inhibidor de la Integrasa y al menos una medicación más

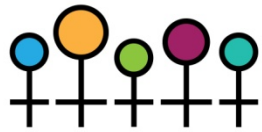


thewellproject

# Resistencia

- Cuando el VIH realiza copias de sí mismo (se reproduce), puede **mutarse**
- 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 proveedor 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



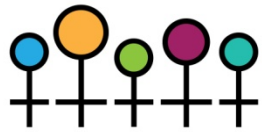


thewellproject

# 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

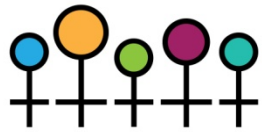


thewellproject

# Adherencia

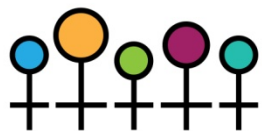
***¡La mejor manera de prevenir la resistencia es con buena adherencia!***

- 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

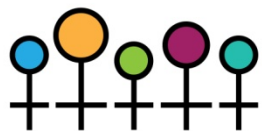
- Preguntas que hacerle a su prestador médico:
  - ¿Cuántas píldoras hay en una dosis? ¿Cuántos medicamentos hay en cada píldora?
  - ¿Cuántas veces por día debe tomarse cada dosis?
  - ¿Hay requisitos alimentarios?
  - ¿Existen medicamentos o suplementos que pueden interferir con el funcionamiento de esta medicación?
- 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

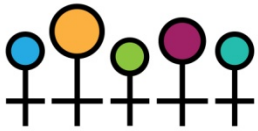
- Si tiene hijos, asegúrese de que el horario para tomar su medicamento entre en las rutinas de ellos también, pero asegure que no estén al alcance de los niños
- Planifique para los fines de semana, días festivos o viajes
- Puede usar un diario o un cuadro para llevar un control de qué tan bien está tomando sus píldoras
  - 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

# Tomar sus píldoras

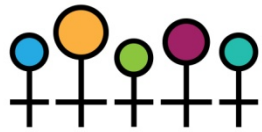
- Si nadie sabe de su condición de VIH, puede sentir que tiene que ocultar que toma píldoras
  - Tomar su medicación puede resultar más difícil
  - Si usted remueve las etiquetas originales de sus medicamentos, re-etiquételos de una forma que la ayude a recordar qué tomar y cuándo tomarlo
- Puede ser un buen momento para contarles a las personas cercanas sobre su estado 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

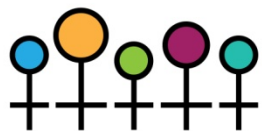
- Todos los medicamentos contra el VIH tienen algunos efectos secundarios; ***no todas las personas experimentan los efectos secundarios***
- Prepárese: pregúntele a su prestador médico sobre los posibles efectos secundarios de corto y largo plazo y cómo tratarlos
- Si posiblemente necesitará medicación 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
  - Pero 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 medicaciones
  - 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 a tiempo todos los días
  - 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](http://www.thewellproject.org)
  - [www.facebook.com/thewellproject](https://www.facebook.com/thewellproject)
  - [www.twitter.com/thewellproject](https://www.twitter.com/thewellproject)