



thewellproject

# Adherencia

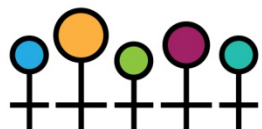
*Actualizado: 14 de agosto de 2023*

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

#unamujeralavez

#thewellproject

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

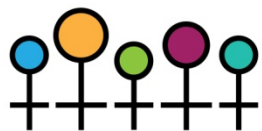


the**well**project

# 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 ***de por vida***



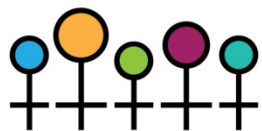
thewellproject

# ¿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
  - Reciba sus inyecciones a tiempo

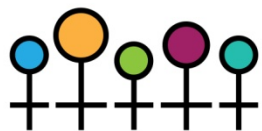




thewellproject

# La importancia de la adherencia

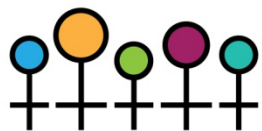
- Medicamentos son procesados por su cuerpo y entran en su torrente sanguíneo
  - Ciertos niveles de medicamentos contra el VIH deben permanecer en su sangre para combatir el VIH
  - Tomar las píldoras o recibir inyecciones según lo programado ayuda a mantener el nivel correcto del medicamento en su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



thewellproject

# La adherencia y la resistencia

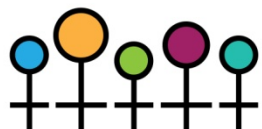
- Si no toma sus medicamentos o recibe su inyección contra el VIH a tiempo
  - Los niveles de medicamento en su sangre disminuirán
  - El VIH podrá crear copias de sí mismo
- Cuando el VIH se multiplica, su carga viral aumenta, su recuento de células CD4 disminuye, el virus puede mutar (cambiar)
- **Resistencia:** 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 ***saltarse muy pocas dosis***

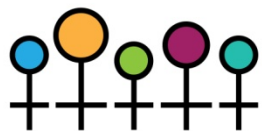


the**well**project

# Iniciar y elegir

## medicamentos para el VIH

- Iniciar el tratamiento es una decisión importante
  - Se recomienda comenzar inmediatamente después del diagnóstico
- Es importante estar preparada para tomar los medicamentos correctamente o ponerse las inyecciones a tiempo
- Debe comprometerse a un tratamiento de por vida
- El proveedor le ayudará a elegir el régimen inicial
  - Régimen inicial = medicamentos con los que empezar
  - Las consideraciones para el régimen incluyen el programa de dosificación y los efectos secundarios



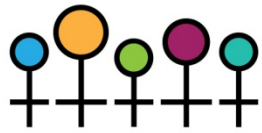
thewellproject

# Barreras a la adherencia para las mujeres

*Las mujeres viviendo con 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

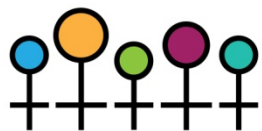
- A pesar de las demandas en la vida de las mujeres, estudios demuestran que tienen la misma probabilidad que los hombres de cumplir con los regímenes contra el VIH
- Es importante informarle a su proveedor de atención salud cuando no toma sus dosis de medicamento contra el VIH o si no la toma correctamente
- 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, tienen menos restricciones alimentarias, son más pequeños que los medicamentos más antiguos
- Una inyección cada 2 meses puede ser una opción



thewellproject

# Consejos de adherencia

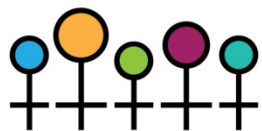
- Entienda que los medicamentos la ayudarán a combatir el virus y mantenerse sana
  - Si no cree que lo harán, no se preocupará por tomar sus píldoras correctamente
  - Si tiene alguna duda, hable con su proveedor de salud o con el personal de una ASO
- Algunas mujeres descubren que les ayuda enlazar 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

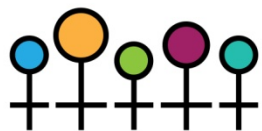


thewellproject

# 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](http://www.thewellproject.org)
  - [www.facebook.com/thewellproject](https://www.facebook.com/thewellproject)
  - [www.twitter.com/thewellproject](https://www.twitter.com/thewellproject)
  - [www.instagram.com/thewellprojecthiv](https://www.instagram.com/thewellprojecthiv)