



thewellproject

Adherencia

Actualizado: 3 de octubre de 2024

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

#unamujeralavez

#thewellproject

www.thewellproject.org



the**well**project

Medicamentos 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 su horario 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 ***no tomar 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
- Un 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

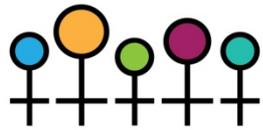
- Las mujeres a menudo ponen las necesidades de los demás antes que las suyas
- Otras barreras incluyen:
 - Un estilo de vida ajetreado
 - No haber divulgado su estado de VIH
 - La depresión
 - Otros factores estresantes de la vida, como el cuidado de los niños o cuestiones parentales
 - Dificultades con efectos secundarios
 - 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
 - Dificultad para tragar pastillas



thewellproject

Superando las barreras

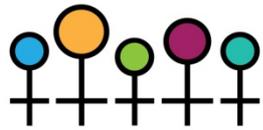
- A pesar de las demandas en la vida de las mujeres, estudios demuestran que tienen la misma probabilidad que los hombres de cumplir con los regímenes contra el VIH
- Es importante informarle a su proveedor de atención salud cuando no toma sus dosis de medicamento contra el VIH o si no los toma correctamente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



thewellproject

Consejos de adherencia

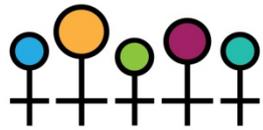
- Comprenda que los medicamentos la ayudarán a combatir el virus y mantenerse sana
 - Si no cree que lo harán, no se preocupará por tomar sus píldoras correctamente
 - Si tiene alguna duda, hable con su proveedor de salud o con el personal de una ASO
- Algunas mujeres descubren que les ayuda enlazar su toma de pastillas 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
 - *¡Guarde sus medicamentos fuera del alcance de niños!*



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.
- Intente usar una aplicación de teléfonos inteligentes que envía 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
- Si toma muchos medicamentos, pregunte en su farmacia por los paquetes blíster.



thewellproject

Buscar apoyo

- La adherencia es un trabajo arduo
 - *Puede ser beneficioso comprender 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
 - [@thewellprojectiv.bsky.social](https://bsky.app/profile/thewellprojectiv)
 - www.facebook.com/thewellproject
 - www.instagram.com/thewellprojectiv
 - www.threads.net/@thewellprojectiv
 - www.youtube.com/thewellprojectiv