Published on The Well Project (https://www.thewellproject.org)
https://www.thewellproject.org/hiv-information/consideraciones-antes-de-comenzar-el-tratamiento-contra-el-vih

Consideraciones antes de comenzar el tratamiento contra el VIH

Submitted on Sep 15, 2023

Image

©Shutterstock.com/Iraidka

Read this fact sheet in English

Índice

- Prepararse para el tratamiento del VIH
- Empezar más pronto que tarde
- Conocimiento sobre el VIH
- Una actitud positiva

Prepararse para el tratamiento del VIH

¿Está usted viviendo con VIH? Si es así, el tratamiento con medicamentos contra el VIH puede mejorar su calidad de vida y ayudarle a mantenerse saludable por más tiempo. Pero comenzar el tratamiento es una gran decisión. Para obtener el mayor beneficio de los medicamentos contra el VIH, estos se deben usar de manera exacta como fueron prescritos. Tomar sus medicamentos correctamente es tan importante como qué tratamientos usted y su proveedor de salud escogen. Así que, antes de comenzar, es importante estar preparada y comprometerse a tomar los medicamentos contra el VIH de la manera indicada, todos los días, por el bien de su salud. Esto requiere de una buena combinación de proveedor de salud adecuado, suficiente conocimiento sobre el VIH y una actitud positiva.

Haga clic arriba para ver o descargar la presentación en PDF

Empezar más pronto que tarde

Los resultados de un estudio llamado START (por sus siglas en inglés) demostraron de una vez por todas que las personas viviendo con VIH que comienzan con el tratamiento más temprano, mientras sus recuentos de CD4 siguen altos, tienen un riesgo mucho menor de enfermarse y de muerte. Esto incluye a las personas viviendo con VIH que se sienten bien. El estudio mostró que tomar medicamentos de VIH más temprano, redujo la probabilidad de desarrollar no solo enfermedades relacionadas al SIDA, sino otras enfermedades no asociadas al SIDA. Estos resultados llevaron a expertos científicos y a creadores de políticas a reunirse en julio de 2015 y presentar una declaración de consenso anunciando que toda persona viviendo con el VIH debería tener acceso a tratamiento para el VIH tan pronto como sea diagnosticado.

Beneficios de comenzar más temprano:

- Una vida más larga
- Mantener el recuento de CD4 alto
- Prevenir daño mayor al sistema inmunitario
- Reducir el riesgo de problemas de salud relacionadas y no relacionados al VIH
- Reducir el riesgo de transmitir (pasar) VIH a otros (también conocido como Tratamiento como prevención, incluyendo bebés (a través de transmisión perinatal o transmisión de madre a hijo*)*
- Eliminar su riesgo de transmitir el VIH a sus parejas sexuales, si usted toma sus medicamentos contra el VIH consistentemente y si su carga viral se mantiene indetectable (bajo el nivel al cual puede ser detectada con análisis estándares).

Riesgos de Comenzar Tarde:

- Una vida más corta
- Tener un sistema inmunitario severamente débil. Esto significa que toma más tiempo restaurar su sistema inmunitario a su máxima fuerza y a usted a su salud completa. Estudios recientes

han mostrado que retrasar tratamiento puede aumentar las posibilidades de que las personas viviendo con VIH desarrollen SIDA y otras enfermedades serias.
- Mayor posibilidad de síndrome de reconstitución inmunitaria *(en inglés)* (puede causar empeoramiento de otras infecciones cuando usted comienza a tomar medicamentos contra el VIH y tiene pocas células CD4)
- Trasmisión de VIH a otras personas, incluyendo parejas sexuales y bebés, si usted queda embarazada

Guías de Tratamiento

Diversas agencias nacionales y globales establecen guías para el tratamiento de VIH. Estas proveen información útil para ayudar a proveedores de salud y a personas viviendo con VIH a decidir cuándo comenzar, con qué comenzar y cuándo cambiar los medicamentos de VIH. También ayudan a los proveedores y a las personas viviendo con VIH a escoger entre los diversos medicamentos disponibles contra el VIH. Las guías son escritas y revisadas regularmente por grupos de expertos de VIH, incluyendo investigadores, proveedores de salud y activistas comunitarios.

Las guías *(en inglés)* de tratamiento de VIH del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (DHHS, por sus siglas en inglés) recomiendan que todas las personas viviendo con VIH tomen medicamentos contra el VIH, sin importar el recuento de CD4. Desde el 2015, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y otras organizaciones están de acuerdo con esa recomendación.

El proveedor de salud adecuado

Los proveedores de salud que dedican la mayor parte de su tiempo al cuidado de personas con VIH están más aptos para manejar la condición.

Idealmente, usted y su proveedor de salud son un equipo trabajando juntos para tomar las mejores decisiones de tratamiento para usted. También es ideal que usted pueda elegir entre diferentes proveedores de cuidado médico. Desafortunadamente, para muchas personas viviendo con VIH, ninguna de estas dos situaciones es cierta. Informarse sobre los tratamientos contra el VIH puede ayudarle a hablar con su proveedor sobre su condición y sobre las posibles opciones, sin importar si usted pudo elegir a esa persona o no.

Aún si usted está limitada a un proveedor de cuidado médico en particular, quizá usted querrá hacerse algunas preguntas sobre su relación con su proveedor de salud:

- ¿Puedo ser completamente honesta con mi proveedor de cuidado de salud?
- ¿Está disponible cuando tengo preguntas?
- ¿Toma mis preocupaciones seriamente?

Si es así, ¡genial! Si no, usted puede querer hacer algunos cambios. Aunque parezca difícil, usted puede preguntarle a su proveedor directamente si ella o él estará disponible para preguntas. Si usted no se siente completamente respetada o tomada en serio, usted puede considerar hablar con su proveedor. Quizá querrá decirle que está preocupada que su relación no es tan buena como podría ser debido a cómo usted se siente sobre el comportamiento de su proveedor. Escribir las preguntas que le gustaría hacerle a su proveedor de salud antes de ir a las visitas podría ayudarla. Finalmente, es importante contestar las preguntas de su proveedor de salud con la verdad, no con lo que usted piensa que él o ella quiere escuchar. Si estos pasos no funcionan, puede ser momento de buscar otro proveedor de salud si es posible.

Si es posible, también es aconsejable tener un proveedor de la salud especialista en VIH. Los proveedores de salud que dedican la mayor parte de su tiempo al cuidado de personas con VIH están

más aptos para manejar la condición. Sugerencias útiles para especialistas en VIH cerca de usted pueden venir de amigos y/o ASO (Organizaciones de servicios para VIH; por sus siglas en inglés) o verificando con la Academia Americana de Medicina de VIH (AAHIVM, por sus siglas en inglés). Para encontrar una ASO en su área, haga clic aquí, o vea el Enlace de Referencias de AAHIVM. También puede visitar *International Association of Providers of AIDS Care* (la Asociación Internacional de Médicos en el Cuidado del SIDA).

Conocimiento sobre el VIH

Información básica

El VIH es un virus que destruye las células CD4. Las células CD4 son partes del sistema inmunitario del cuerpo. El sistema inmunitario protege al cuerpo de gérmenes como bacterias, hongos y otros virus. Cuando el sistema inmunitario pierde demasiadas células CD4, se vuelve débil y ya no puede luchar contra los gérmenes, dando paso a infecciones oportunistas (IO) que pueden causar enfermedades serias o la muerte.

Tratamientos para el VIH

Los científicos han desarrollado medicamentos para evitar que el VIH haga copias de sí mismo (multiplicarse) dentro de su cuerpo. Los medicamentos están agrupados en clases. Cada clase de medicamento trabaja para detener al VIH en cierto punto en su ciclo de vida. Hay varias clases de medicamentos para el VIH:

- Inhibidores de la entrada (incluye inhibidores de la fusión, inhibidor de la fijación y antagonistas de CCR5)
- Inhibidores de la posfijación
- Inhibidores de la integrasa
- Inhibidores de la transcriptasa inversa análogo de los nucleósidos/nucleótidos (ITIN)
- Inhibidores de la transcriptasa inversa no análogo de los nucleósidos (ITINN)
- Inhibidores de la proteasa (IP)
- Inhibidor de la cápside
- Agentes de refuerzo

Los medicamentos contra el VIH siempre se usan en combinación para atacar al virus en diferentes puntos de su ciclo de vida. Esto usualmente significa utilizar medicamentos de al menos dos clases diferentes. El combinar los medicamentos de VIH es la mejor manera de reducir la cantidad del virus en su sangre (carga viral). Las combinaciones de dosis fijas incluyen más de un medicamento contra el VIH, dentro de la misma píldora. Nuestra hoja informativa sobre Medicamentos para el VIH y el ciclo de vida del VIH tiene más información sobre medicamentos para el VIH.

Análisis de sangre iniciales

Antes de comenzar el tratamiento contra el VIH, su proveedor de servicios de salud pedirá que le saquen sangre para varios exámenes. Estos son sus análisis iniciales o de base. Los exámenes futuros van a compararse a sus resultados iniciales para ver cómo está usted y cuán bien está funcionando su tratamiento.

Recuento de células CD4 (células T): El recuento de CD4 verifica la fortaleza de su sistema inmunitario. Luego de comenzar el tratamiento contra el VIH, si su recuento de CD4 es bajo, usted debería ver que aumenta. Su recuento de CD4 debería ser verificado cada tres o cuatro meses, si es posible. Ya que esto se estabilice, deberá ser verificado cada seis meses a un año.
Prueba de carga viral: La prueba de carga viral mide la cantidad de VIH en su sangre. Luego de comenzar el tratamiento contra el VIH, debe ver que su carga viral baje. Su carga viral debe ser

verificada alrededor de un mes después de comenzar o cambiar sus medicamentos contra el VIH. Luego de eso, debe ser verificada cada tres o cuatro meses hasta que se haya vuelto indetectable en su sangre (hay muy poco virus para ser detectado por análisis estándares). Cuando su carga viral se mantenga indetectable, debe ser verificada cada seis meses.
Prueba de resistencia viral: El análisis de resistencia *(en inglés)* ayuda a determinar qué medicamentos funcionarían en contra de la cepa de VIH que usted tiene. Los expertos recomiendan que todos se realicen un examen de resistencia antes de comenzar o cambiar tratamientos contra el VIH.
Otros exámenes para verificar su salud general: Estos incluyen un recuento completo de sangre *(en inglés)* (CBC, por sus siglas en inglés), análisis químico, perfil de lípidos (colesterol y grasa), exámenes del hígado y glucosa (azúcar en la sangre). Su proveedor de salud debería hablar con usted sobre cuán frecuentemente estos exámenes tienen que hacerse.

Metas de tratamiento:

- Bajar la carga viral lo más posible por el mayor tiempo posible
- Preservar o mejorar el sistema inmunitario aumentando el número de células CD4
- Mejorar su calidad de vida y reducir riesgos de otras enfermedades
- Reducir el riesgo de pasar (transmitir) el VIH a otros

Adherencia

Cuando empieza un tratamiento, necesita tomar sus medicamentos con puntualidad y exactamente según prescritos. Esto se llama adherencia. Para obtener el mayor beneficio de la terapia contra el VIH, se requiere buena adherencia. Esto es porque los medicamentos contra el VIH necesitan mantenerse a cierto nivel en la sangre para combatir el virus. Si los niveles del medicamento bajan, el VIH puede tener la oportunidad de multiplicarse. Saltar dosis, no tomar los medicamentos a tiempo y no seguir los requisitos alimentarios pueden causar que los medicamentos sean menos efectivos o dejen de funcionar completamente.

Resistencia

Luego de comenzar los medicamentos contra el VIH, usted debe ver que su carga viral disminuye y sus células CD4 aumentan. Sin embargo, a través del tiempo, algunas personas ven su carga viral aumentar, aún cuando continúan tomando sus medicamentos contra el VIH.

Cuando un medicamento ya no puede combatir el VIH efectivamente, el virus se ha vuelto "resistente" a ese medicamento. Si usted desarrolla resistencia, probablemente deberá cambiar algunos de los medicamentos de su régimen (la combinación de diferentes medicamentos que usted está tomando). Si su carga viral sube mientras continúa tomando sus medicamentos contra el VIH, su proveedor de cuidado de la salud debe ofrecerle un examen de resistencia. Este examen le ayudará a su proveedor a averiguar qué medicamentos no están funcionando y ayudar a escoger unos que sí lo harán. Para las personas con resistencia a varios medicamentos contra el VIH, puede ser difícil encontrar una nueva combinación.

La mejor manera de combatir la resistencia es tomar los medicamentos contra el VIH exactamente según indicado.

Una actitud positiva

Cuando piense en comenzar un tratamiento, es importante tener una buena actitud. Puede ayudar el saber que:

- comenzar el tratamiento es la decisión correcta para usted

- los medicamentos contra el VIH le ayudarán a combatir el virus
- usted puede tomar sus medicamentos de la manera indicada

Organice un sistema de apoyo que puede incluir su proveedor de salud, trabajadores sociales, manejadores de caso, familiares o amistades.

También, puede ayudarle si piensa en la razón por la cual está comenzando el tratamiento: es para mantenerse en buena salud, ya sea por su propio bien o por el bien de su familia, amigos o comunidad. También puede pensarlo de esta manera: cuando usted tiene una infección urinaria, su proveedor no se espera hasta que se ha difundido hasta sus riñones o torrente sanguíneo antes de tratarla. Lo mismo es cierto para tratar el VIH. Usted no necesita esperar hasta que su sistema inmunitario esté dañado antes de tomar los medicamentos contra el VIH. Los nuevos medicamentos contra el VIH son más suaves en su cuerpo y tienen menos efectos secundarios que los medicamentos más viejos.

Cuando considere comenzar el tratamiento, es importante no hacerlo sola. Organice un sistema de apoyo que puede incluir su proveedor de salud, trabajadores sociales, manejadores de caso, familiares o amistades. También puede considerar la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo *(en inglés)* de otras personas viviendo con VIH. Muchas personas viviendo con VIH encuentran apoyo a través de comunidades cibernéticas. Nuestra comunidad global de mujeres compartiendo sus historias sobre vivir con VIH se llama *"Una Chica Como Yo"*.

Lo que sea que usted decida hacer, es importante que usted continúe yendo a su proveedor de salud para evaluaciones regulares; hable sobre cualquier efecto secundario que esté experimentando para que se pueda tratar; y manténgase enfocada en mantenerse saludable.

Traducido y adaptado por: Minorka Figueroa Dávila MSII, Valeria Martínez MSII & Carmen D. Zorrilla, MD. Centro de Estudios Materno Infantiles del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico.

Additional Resources

Seleccione los siguientes enlaces para obtener material adicional relacionado con la consideración del tratamiento contra el VIH.

- Comenzar el tratamiento para el VIH (POZ)
- Recién diagnosticado con VIH (TheBody) (en inglés)
- Prepárese para el tratamiento del VIH (aidsmap, herramienta personalizada) (en …
- Empezar la TAR - y usar los medicamentos por primera vez (i-base) (en inglés)
- Mi primera píldora: Empezar el tratamiento del VIH por primera vez (TheBody.com…
- Tratamiento del VIH: Cuándo empezar el tratamiento antirretroviral (HIVinfo)
- La Declaración de Consenso de Vancouver pide un acceso temprano al tratamiento …
- Su guía para el tratamiento del VIH: Inicio del tratamiento (CATIE) (en inglés)
- Activistas de todo el mundo piden un tratamiento inmediato para el VIH (Health-…
- Iniciar el tratamiento del VIH: 7 preguntas y respuestas importantes (TheBody.c…
- Cómo es el plan de tratamiento del VIH (WebMD) (en inglés)
- Iniciar el tratamiento del VIH (aidsmap) (en inglés)
- Decisiones de tratamiento para el VIH (Departamento de Asuntos de Veteranos de …
- Cuándo comenzar el tratamiento del VIH (Terrence Higgins Trust, Reino Unido) (e…
- ¿Cómo funciona el tratamiento del VIH? (Be in the Know) (en inglés)

@ 2023 thewellproject. All rights reserved.