



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)  
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/el-comienzo-del-tratamiento-del-vih>

## **El comienzo del tratamiento del VIH**

Submitted on Jun 18, 2023

Image



Read this fact sheet [in English](#)

## Índice

- [Primero lo primero](#)
- [Elegir un régimen de medicamentos contra el VIH](#)
- [Resistencia](#)
- [Secuenciación](#)
- [Adherencia](#)
- [Horario de dosis](#)
- [Tomar las píldoras](#)
- [Efectos secundarios](#)
- [Poniéndolo todo junto](#)

## Primero lo primero

Cuando 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. Lo primero es pensar de manera positiva. Tener la actitud correcta la ayudará a sacar el mayor provecho de su tratamiento. Puede ser de utilidad concentrarse en cómo:

- Comenzar el tratamiento es la decisión correcta para su salud. Estudios recientes demostraron que las personas viviendo con VIH que comenzaron su tratamiento más pronto, cuando su [recuento de células CD4](#) es elevado, tienen un riesgo mucho menor de [IRIS](#) (*en inglés*) (síndrome de reconstitución inmune inflamatoria, una condición con la cual algunas infecciones pueden activarse conforme el sistema inmune se fortalece), enfermedades y muerte.
- Los medicamentos contra el VIH la ayudarán en su lucha contra el virus y a prevenir el daño a su [sistema inmunitario](#).
- Usted puede tomar su medicación de la manera apropiada.

Se requiere un gran compromiso para no apartarse del régimen de tratamiento (combinación de medicamentos contra el VIH). No hay necesidad de que lo haga sola. Su proveedor de atención de la salud es una persona de apoyo importante al igual que otras personas como por ejemplo enfermeras, trabajadores sociales, terapeutas y manejadores de casos. Podría interesarle unirse a un [grupo de apoyo](#) para personas viviendo con VIH o visitar nuestra comunidad de apoyo en línea, [Una Chica Como Yo](#). La familia y los amigos también son de gran ayuda.

**Haga clic arriba para ver o descargar la [presentación en PDF](#)**

Puede resultar difícil seguir un régimen de tratamiento si necesita ocuparse de otros temas en su vida. Si se siente triste la mayor parte del tiempo y no disfruta de las cosas que solía disfrutar, podría encontrarse [deprimida](#). Si se halla deprimida o se siente sin ánimo, es importante que hable con su proveedor de atención de la salud y consiga el apoyo que necesita. Los estudios muestran que existe una conexión directa entre la depresión y un mayor deterioro de la salud para aquellos viviendo con VIH. Específicamente, las mujeres con VIH que se encuentran deprimidas suelen buscar mucho menos un tratamiento para el VIH, tienen mayores problemas para seguir sus regímenes de medicamentos y su VIH avanza mucho más rápido.

Los estudios también muestran que las creencias estigmatizantes y/o el miedo a ser estigmatizados (sentir desgracia o culpa) evitan que las personas consigan o continúen con tratamiento, consigan los medicamentos contra el VIH y los tomen de manera correcta ([adherencia](#)). Si desea saber más sobre el estigma y cómo lidiar con él, puede ver nuestra hoja informativa sobre [el estigma y la discriminación contra las mujeres viviendo con VIH](#).

También hable con su proveedor de servicios de salud si tiene problemas con el [uso de sustancias](#) o no se siente segura en su hogar (vea nuestra hoja informativa sobre [la violencia contra las mujeres y el VIH](#)). Ocuparse de los problemas relacionados con la depresión, el uso de sustancias, el estigma, y la seguridad personal puede realmente ayudarla a tomar sus medicamentos contra el VIH con regularidad y estar lo más saludable posible.

**Importante:** si usted siente que está en peligro ahora, llame al 911 o a la línea Nacional de Violencia Doméstica 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](#).

Es importante informarle a su proveedor de atención de la salud si tiene otros problemas de salud, está tomando cualquier otra medicación (incluso medicamentos de venta libre, [vitaminas o suplementos](#) (en inglés), o drogas callejeras), está empleando cualquier [terapia alternativa o complementaria](#) (hierbas), o se encuentra en un programa de recuperación. Esta es información importante que puede afectar sus opciones de tratamiento contra el VIH. Además, hablar de la planificación familiar con su proveedor de atención de la salud ya que los fármacos para el VIH pueden interferir con algunos métodos de [control de la natalidad](#), y las mujeres [embarazadas](#) no deben tomar ciertos medicamentos contra el VIH.

## Elegir un régimen de medicamentos contra el VIH

El siguiente paso es que usted y su proveedor de atención de la salud elijan un régimen de medicamentos. Los medicamentos aprobados para el tratamiento del VIH en los EE.UU. se agrupan en diferentes clases:

- Inhibidores nucleósidos/nucleótidos de la transcriptasa reversa (ITIN)
- Inhibidores no nucleósidos de la transcriptasa reversa (ITINN)
- Inhibidores de la Integrasa
- Inhibidores de la Proteasa (IP)
- Inhibidores de la entrada y de la fusión
- Inhibidores de adhesión
- Inhibidores de posfijación
- Inhibidor de la cápside
- Píldoras combinadas
- Agentes de refuerzo

Algunas pastillas incluyen medicamentos de varias clases. Existen muchas formas de combinar los medicamentos, pero los expertos recomiendan que las personas que nunca antes han tomado medicamentos contra el VIH comiencen con una combinación de incluir un inhibidor de la integrasa y al menos otro medicamento.

- Un inhibidor de la integrasa más 2 ITIN (para la mayoría de las personas que inician su tratamiento);
- Un IP más 2 ITIN [en la mayoría de los casos el IP debe combinarse, o "reforzarse", con una pequeña dosis de un segundo IP llamado Norvir (ritonavir) o cobicistat; esto hace que el primer IP funcione mejor] (puede ser preferible en ciertos casos);
- Un ITINN más 2 ITIN (puede ser preferible en ciertos casos)

Nota: Las recomendaciones son diferentes para las personas que han recibido inyecciones de cabotegravir de acción prolongada para evitar que contraigan el VIH, pero que han contraído el VIH de todos modos (por ejemplo, porque se saltaron una inyección).

Vea nuestra hoja informativa sobre las [Directrices sobre el tratamiento del VIH](#) para más información sobre los tratamientos recomendados en los EE.UU. y globalmente.

## Resistencia

Una dificultad importante durante cualquier régimen contra el VIH puede ser el desarrollo de [resistencia](#). Cuando el VIH realiza copias de sí mismo (se reproduce), puede realizar cambios, llamados mutaciones. Algunas mutaciones evitan que ciertos medicamentos contra el VIH funcionen. Cuando esto sucede, el VIH se vuelve "resistente" a un medicamento en particular. Su [carga viral](#) puede aumentar rápidamente si ocurre la resistencia, y usted podría tener que cambiar su régimen de medicamentos.

Además, si usted se vuelve resistente a un medicamento, puede volverse resistente a otros medicamentos de la misma clase con más facilidad. Esto se conoce como resistencia cruzada. A cuantos más medicamentos sea resistente, menos opciones de tratamiento tendrá.

## Pruebas de Resistencia

Antes de comenzar un tratamiento de VIH es importante que su proveedor de atención de la salud realice una prueba de resistencia para descubrir si usted tiene una cepa de VIH resistente a los medicamentos. Esto ayuda a determinar qué medicamentos podrían funcionar mejor para usted. Las directrices de tratamiento de los Estados Unidos recomiendan pruebas de resistencia para personas que:

- acaban de ser diagnosticadas con VIH
- están comenzando a tomar medicamentos para el VIH
- están cambiando de tratamiento para el VIH y su carga viral es superior a 1,000 copias
- tienen una carga viral superior a 1,000 copias

## Secuenciación

Una de las estrategias en el tratamiento del VIH es pensar por anticipado. Sabemos que los medicamentos pueden dejar de funcionar debido a la resistencia y a la resistencia cruzada. Cuando usted y su proveedor médico elijan su primer régimen, también es importante pensar qué 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.

## 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. Esto le brinda a la medicación la mejor oportunidad de funcionar bien para evitar que el VIH se multiplique (reproduzca). Cuanto menos se pueda reproducir el VIH, menos probable es que desarrolle mutaciones que pueden llevar a la resistencia.

## Horario de dosis

Será más fácil tomar sus medicamentos como fueron prescritos si establece un horario de dosis que le sea conveniente para usted. Un horario de dosis es simplemente un plan de cuándo usted debe tomar cierta medicación cada día. Hágale las siguientes preguntas a su proveedor de la salud:

- ¿Cuántas píldoras hay en una dosis? ¿Cuántos medicamentos hay en cada píldora?
- ¿Cuántas veces por día debe tomarse cada dosis?
- ¿Hay requisitos alimentarios (por ejemplo, tomarla con el estómago vacío o con la comida)?
- ¿Existen medicamentos o suplementos que pueden interferir con el funcionamiento de esta

## medicación contra el VIH?

Entonces elabore su plan. Si toma la medicación por las mañanas, elija algo que realice todas las mañanas, como cepillarse los dientes o tomar una taza de café. Tome la medicación en ese momento.

Si debe tomar medicación dos veces por día, o únicamente por la tarde, elija un recordatorio por la noche. Quizá siempre ve las noticias a las 11:00 de la noche o toma una taza de té antes de irse a dormir. Haga lo que haga, ¡agregue sus medicamentos contra el VIH a su rutina!

Si olvida una dosis de sus medicamentos contra el VIH, tómela tan pronto como lo recuerde ese día. Sin embargo, si se pierde un día, no tome una dosis doble al día siguiente. Vuelva a tomar su dosis regular el día después de la dosis olvidada.

Si tiene hijos, asegúrese de que el horario para tomar su medicamento entre en las rutinas de ellos al igual que a su propia rutina. Guarde sus medicamentos en un lugar donde los niños no puedan alcanzarlos. Además es importante planificar para los fines de semana y días festivos asegurándose de tener suficientes medicamentos contra el VIH mientras que las farmacias estén cerradas o si usted sale de viaje.

Puede llevar un control de qué tan bien está tomando sus píldoras mediante un diario o un cuadro, o utilizando una aplicación de recordatorio en su teléfono. 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 de atención de la salud. Él o ella puede ayudarle a identificar el problema y llegar a una solución.

## Tomar las píldoras

Si nadie sabe de su condición de VIH, tomar su medicación puede resultar más difícil. Puede sentir que tiene que ocultar sus frascos de píldoras o escaparse de la habitación cuando es hora de su dosis. Estos retos pueden hacer tomar su medicación más difícil. Si usted remueve las etiquetas originales de sus medicamentos, es importante re-etiquetar sus frascos de píldoras de una forma que la ayude a recordar qué tomar y cuándo tomarlo.

Este puede ser un buen momento para [contarles a las personas cercanas sobre su condición de VIH](#). Sin embargo, si no está lista, puede colocar todo en una caja para píldoras y decirles a las personas que toma vitaminas o medicina para otra enfermedad.

## Efectos secundarios

Todos los medicamentos contra el VIH tienen algunos [efectos secundarios](#) (**pero no todas las personas experimentan los efectos secundarios**). Los efectos secundarios son una de las razones principales por las cuales las personas no siguen su régimen contra el VIH al pie de la letra. Es mejor estar preparada preguntándole a su proveedor de atención de la salud sobre los posibles efectos secundarios de corto y largo plazo de su régimen de medicación en particular.

Existen medicaciones que pueden utilizarse para tratar los efectos secundarios de corto plazo como náuseas y [diarrea](#) (*en inglés*). Pídale a su proveedor de atención de la salud que le recomiende algo para reducir o manejar los efectos secundarios. Si necesitara medicación para manejar los efectos secundarios, es mejor tener una provisión a mano antes de comenzar a tomar su medicación contra el VIH.

Si tiene efectos secundarios, es importante que no deje de tomar su medicación contra el VIH a menos que su proveedor de atención de la salud le diga que pare. Por otro lado, no hay necesidad de 'sonreír y aguantar' los efectos secundarios. En cambio, contacte a su proveedor de atención de la salud y

discutan las maneras de lidiar con ellos. Su proveedor puede sugerirle cambiarse a otra combinación de medicamentos.

## Poniéndolo todo junto

¡Ahora está lista para empezar! Cuando comience, crea en su habilidad para no apartarse de su régimen de medicamentos. También, ¡haga preguntas siempre! Cuanto más sepa, mejor equipada estará para el éxito en su tratamiento de VIH.

### Lista para hablar con su proveedor médico:

Otros medicamentos o vitaminas que esté tomando, incluso medicamentos de venta libre, hierbas y drogas callejeras.

Problemas con el uso de sustancias (drogas o alcohol).

Si está [embarazada](#) o [planea quedar embarazada](#).

Si se siente [deprimida](#) o ha experimentado problemas de salud mental en el pasado.

Qué tipo de [sistema de apoyo](#) tiene y si necesita apoyo adicional.

[Pruebas de resistencia](#) (*en inglés*).

Problemas/obstáculos que podría tener para tomar sus medicamentos puntualmente todos los días.

El horario de dosis de la medicación contra el VIH que usted tomará:

- ¿Existen requisitos de alimentación?
- ¿Cuáles son los posibles [efectos secundarios](#)?
- ¿Cuántas veces por día se toma?
- ¿Cuántas píldoras hay en una dosis?

Image



**TRANSLATORS**  
WITHOUT BORDERS

*Esta traducción se hizo posible gracias a la colaboración de [Translators Without Borders](#).*

## Additional Resources

Seleccione los enlaces siguientes para obtener material adicional relacionado con el comienzo del tratamiento del VIH.

- [Starting HIV Treatment \(aidsmap\) \(en inglés\)](#)
- [Comenzar el tratamiento para el VIH \(POZ\)](#)
- [Cómo funciona el tratamiento del VIH \(Be in the Know -Avert\) \(en inglés\)](#)
- [Centro de recursos sobre el VIH/SIDA para recién diagnosticados \(TheBody.com\) \(...\)](#)
- [Recomendaciones para el tratamiento del VIH \(POZ\)](#)
- [Empiece -y continúe- con la medicación contra el VIH tan pronto como pueda \(Fun...\)](#)
- [Iniciar el tratamiento del VIH: 7 preguntas y respuestas importantes \(TheBody\) ...](#)
- [Seguimiento de un régimen de tratamiento del VIH: Pasos a seguir antes y después...](#)
- [VIH y SIDA: Medicamentos que le ayudarán \(Administración de Alimentos y Medicam...\)](#)
- [Tratamiento del VIH \(Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de...\)](#)
- [Cuándo empezar el tratamiento antiretroviral \(HIVinfo\)](#)
- [Introducción a TAR \(i-base\) \(en inglés\)](#)
- [Qué esperar al iniciar el tratamiento contra el VIH/SIDA, explicado por un expe...](#)
- [Cuándo iniciar el tratamiento del VIH \(Terrence Higgins Trust, Reino Unido\) \(en...](#)



@ 2023 thewellproject. All rights reserved.