



Published on The Well Project (<https://www.thewellproject.org>)  
<https://www.thewellproject.org/hiv-information/efectos-secundarios>

## **Efectos secundarios**

Submitted on Dec 8, 2022

Image



To read this fact sheet in English, [click here](#).

## Índice

- [Los efectos secundarios y medicamentos para el VIH](#)
- [Saber sobre los efectos secundarios puede ayudarle](#)
- [Las mujeres y los efectos secundarios](#)
- [Los efectos secundarios más comunes](#)
- [Los efectos secundarios más serios](#)
- [Otros posibles efectos secundarios](#)
- [Los efectos secundarios o toxicidades durante el embarazo](#)
- [Cuidar de sí misma](#)

## Los efectos secundarios y medicamentos para el VIH

Al pasar de los años, muchos medicamentos para el VIH han sido desarrollados y ayudan a que las personas tengan vidas más largas y más saludables. Como todos los medicamentos aprobados por la Administración de Alimentos y Fármacos (FDA, por sus siglas en inglés) de EE. UU., medicamentos para el VIH son analizados para confirmar que sean seguros y efectivos para el tratamiento del VIH. Sin embargo, los medicamentos para el VIH también pueden causar algunos efectos diferentes de aquellos para los que fueron desarrollados. Éstos son conocidos como efectos secundarios. En la mayoría de los casos los efectos secundarios de los medicamentos para el VIH son leves, como los dolores de cabeza o de estómago. En algunos casos, puede haber efectos más serios como daño al hígado o [neuropatía periférica](#) (*en inglés*) (daño a los nervios conectando las manos y los pies al cerebro).

Los efectos secundarios son más comunes durante las primeras cuatro a seis semanas cuando usted comienza a tomar nuevos medicamentos. Después de que su cuerpo se acostumbra al nuevo medicamento los efectos secundarios normalmente mejoran o desaparecen. Otros efectos secundarios pueden surgir después o tardar más tiempo. También puede haber efectos secundarios de largo plazo que no conocemos todavía, especialmente con los nuevos medicamentos para el VIH.

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

## Saber sobre los efectos secundarios puede ayudarle

Cada medicamento, incluidos medicamentos para el VIH, vienen con información sobre sus efectos secundarios más comunes. Puede ser útil leer esta información. Si usted lee el [prospecto](#) (*en inglés*) incluido por el fabricante del medicamento, la lista de posibles efectos secundarios puede ser muy larga y detallada. Los fabricantes de medicamentos tienen que listar cada posible efecto secundario, aún si es muy poco posible o si afecta a muy pocas personas. Para algunos, leer esta lista puede ser muy aterrador. Sin embargo, es importante recordar que esta información lista los efectos secundarios que usted **puede** experimentar, no los efectos secundarios que usted **definitivamente** experimentará. Mientras que todos los medicamentos para el VIH pueden causar efectos secundarios, no todas las personas experimentarán cada efecto secundario del medicamento, y no todas experimentarán esos efectos secundarios de la misma manera. Muchas personas viviendo con VIH no tienen ningún efecto secundario de sus medicamentos.

Hable con su proveedor de atención de la salud sobre los efectos secundarios antes de comenzar un nuevo tratamiento. Ayudará si usted sabe que puede esperar y cómo tratar cualquier problema que surja. Algunos puntos importantes:

- Averigüe cuáles efectos secundarios son posibles para cualquier medicamento nuevo que usted esté tomando. Los medicamentos a menudo tienen listas de los efectos secundarios más comunes que puede anticipar, para que así pueda estar preparada y notarlos.
- Pregunte si hay formas de tomar el medicamento que harán que sea más fácil tolerarlo, por ejemplo con o sin comida, a ciertas horas del día, como antes de dormir.
- Averigüe si puede tratar los efectos secundarios leves con remedios caseros, medicamentos de venta libre o medicamentos con receta, y tenga esos medicamentos a la mano, especialmente para efectos secundarios comunes como la diarrea y las náuseas.
- Pregunte cuándo debería recibir atención médica por un efecto secundario y a quién debería contactar si el efecto secundario ocurre cuando la oficina de su proveedor de atención de la salud está cerrada.
- Avísele a su proveedor de atención de la salud si usted está experimentando efectos secundarios, especialmente si usted está tomando un medicamento que puede causar un problema particularmente grave.

Ya sea que sus efectos secundarios sean considerados leves o graves, si están interfiriendo con su capacidad de tomar sus medicamentos para el VIH (vea nuestro artículo sobre la [adherencia](#)), son de especial importancia. Si usted experimenta efectos secundarios, es importante que usted no deje de tomar sus medicamentos por su propia cuenta. Hable con su proveedor de atención de la salud, quien le ayudará sugiriendo formas para tratar los efectos secundarios directamente, cambiando la dosis del medicamento o cambiando el medicamento en sí.

## Las mujeres y los efectos secundarios

El tamaño más pequeño del cuerpo de las mujeres, el metabolismo (cómo procesamos las medicinas en nuestro cuerpo), o las hormonas pueden causar niveles más altos [de ciertos medicamentos para el VIH en el torrente sanguíneo].

Aunque los efectos secundarios entre personas tomando medicamentos para el VIH no varían mucho entre hombres y mujeres, algunos efectos secundarios (enumerados a continuación) parecen ser más comunes entre mujeres viviendo con VIH que en hombres.

Esto puede ser porque las mujeres tienen niveles de ciertos medicamentos más altos en su torrente sanguíneo, aunque estén tomando las mismas dosis que los hombres. El tamaño más pequeño del cuerpo de las mujeres, el metabolismo (cómo procesamos las medicinas en nuestro cuerpo), o las [hormonas](#) (*en inglés*) pueden causar niveles más altos. Por ejemplo, con el inhibidor de la proteasa (IP) Norvir (ritonavir), las mujeres parecen experimentar más náuseas vómitos y debilidad a comparación de los hombres.

A pesar de algunas diferencias en niveles de medicamentos y efectos secundarios, las mujeres parecen beneficiar del tratamiento del VIH al igual que los hombres. No se han recomendado cambios en la dosificación de las mujeres.

## Los efectos secundarios más comunes

A continuación encontrará una lista de los efectos secundarios más comunes asociados con los medicamentos para el VIH. Haga clic en los enlaces disponibles para información más detallada sobre

los efectos secundarios enumerados.

## Náuseas y vómito

### Las náuseas y el vómito pueden interferir con la toma de sus medicamentos para el VIH regularmente y que se beneficie de ellos.

Las náuseas o sentirse mal del estómago es uno de los efectos secundarios más comunes de tomar medicamentos para el VIH. Vomitar también es muy común. Ambos suceden cuando nuevas y desconocidas sustancias, por ejemplo los medicamentos para el VIH, son introducidos en nuestros cuerpos.

La buena noticia es que las náuseas y el vómito a menudo mejoran después de los primeros días o las primeras semanas de comenzar un nuevo tratamiento con medicamento para el VIH. Sin embargo, todavía puede ser bastante desagradable y reducir la calidad de vida cotidiana. Las náuseas y el vómito pueden interferir con la toma de sus medicamentos para el VIH regularmente y que se beneficie de ellos (si usted los vomita antes de que sean digeridos). Estos efectos secundarios también pueden impedir que obtenga la nutrición adecuada que su cuerpo necesita.

Avísele a su proveedor de atención de la salud si las náuseas están afectando su calidad de vida incluyendo su capacidad para comer y tomar medicamentos. También avísele a su proveedor si los vómitos tardan más de algunos días porque esto puede resultar en problemas más graves.

Debido a que las náuseas y los vómitos son efectos secundarios tan comunes con muchos de los medicamentos para el VIH, cambiar a otros medicamentos pocas veces ayuda. En vez de cambiar de medicamentos, hay algunas cosas que usted puede hacer para controlar estos efectos secundarios:

- Comer porciones más pequeñas más a menudo. Grandes cantidades de comida en el estómago pueden empeorar las náuseas.
- Comer cosas blandas (que tienen poco sabor), en vez de comidas picosas. Su estómago puede digerir las comidas blandas más fácilmente.
- Comer cosas a temperatura ambiental. La comida muy fría o muy caliente puede empeorar las náuseas.
- Se sabe que el jengibre y la menta calman el malestar estomacal. Pruebe el *ginger-ale* (una bebida gaseosa de jengibre), el té de jengibre o el té de menta.
- Respire lentamente, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. Intente evitar olores fuertes, como el perfume, el cigarro, el incienso, u olores de comidas.

Si estos consejos no funcionan, existen medicamentos con receta para prevenir las náuseas y el vómito. Por ejemplo, su proveedor de atención de la salud puede recetarle medicamentos que usted puede tomar antes de que tome sus medicamentos para el VIH para reducir la sensación de náusea. Estos medicamentos pueden ayudarle a tomar sus medicamentos para el VIH [exactamente como fueron recetados](#). Hable con su proveedor de atención de la salud sobre cuáles de estos medicamentos serían mejor para usted.

## Diarrea

La diarrea ocurre cuando usted tiene movimientos intestinales (heces o "popó") sueltas y líquidas varias veces (al menos tres) al día. Similar a las náuseas y el vómito, la diarrea puede ser desagradable y reducir su calidad de vida. También puede resultar en deshidratación (no tener suficiente agua en su cuerpo) y malnutrición (no obtener suficientes nutrientes de su comida).

Avísele a su proveedor de atención de la salud si usted tiene diarrea por más de unos cuantos días

para que él o ella puedan identificar la causa y sugerir tratamientos apropiados.

Hay muchos métodos para tratar o manejar la diarrea:

- Cambios a su dieta:
  - Beber más agua y otros líquidos para evitar la deshidratación
  - Comer porciones pequeñas cada dos a tres horas
  - Evitar comidas grasosas, comidas muy dulces o picosas, la cafeína (en café, chocolate, sodas y algunos té), 'forraje' (lechuga, verduras verdes, semillas, maíz, salvado de avena), comida cruda o menos cocida
- Probar la dieta BRATT (por sus siglas en inglés): bananas, arroz (blanco), puré de manzana, pan tostado (simple) y té (sin azúcar y sin cafeína)
- Remedios herbales: los té de manzanilla, jengibre y menta ayudan a calmar el sistema digestivo
- Suplementos, incluyendo probióticos, L-glutamina y carbonato de calcio
- Medicamentos de venta libre
- Medicamentos con receta: Estos son medicamentos que su proveedor de atención de la salud puede recetar y que usted puede tomar con sus medicamentos para el VIH para prevenir la diarrea. Estos medicamentos pueden ayudarle a tomar sus medicamentos para el VIH exactamente como fueron recetados.

Para más información sobre cómo manejar su diarrea, por favor ve a nuestra hoja informativa sobre la [diarrea](#) (*en inglés*).

## Dolores de cabeza

### Dígale a su proveedor si sus dolores de cabeza están afectando su calidad de vida o su habilidad de seguir su régimen de medicamentos para el VIH.

Algunos medicamentos para el VIH pueden causar dolores de cabeza. Los dolores de cabeza leves que se quitan con medicamentos de venta libre como la aspirina, el Tylenol (acetaminofén), Advil o Motrin (ibuprofeno), Aleve (naproxeno sódico), normalmente no son una señal de una condición o enfermedad grave. Sin embargo, si usted tiene un dolor de cabeza severo, si hay cambios en su visión, si se marea, se entiesa su cuello o tiene una fiebre, junto con náuseas y/o vómito, busque atención médica urgentemente porque estos síntomas pueden indicar algo más serio que una reacción a sus medicamentos. También dígame a su proveedor si sus dolores de cabeza están afectando su calidad de vida o su habilidad de seguir su régimen de medicamentos para el VIH.

Usted también debería preguntarle a su proveedor de atención de la salud si hay terapias alternativas o complementarias que puede usar para manejar los dolores de cabeza. Algunas terapias alternativas pueden interferir con sus medicamentos para el VIH así que asegúrese de informarle a su proveedor de atención de la salud si usted decide usar esos tratamientos.

## Sarpullido

El sarpullido es un efecto secundario común de muchos medicamentos para el VIH, especialmente de los inhibidores de la transcriptasa inversa no análogo de los nucleósidos (ITINN). El sarpullido es más común y más severo en las mujeres. Es importante revisar su piel para ver si hay cambios de color o granos/protuberancias inusuales, especialmente después de comenzar un nuevo medicamento.

En raras ocasiones, el sarpullido es un síntoma de una reacción severa de la piel y posiblemente mortal, conocida como síndrome Stevens-Johnson. Llámeme a su proveedor de atención de la salud

inmediatamente si usted experimenta sarpullido severo o sarpullido junto con cualquiera de los siguientes síntomas: fiebre, falta de energía, sensación de enfermedad en general, músculos o coyunturas doloridas, comezón en la piel, llagas en la boca, ojos rojos o secos, y ampollas, especialmente las que parecen "blancos" o "dianas".

## Los efectos secundarios más serios

A continuación encontrará una lista de efectos secundarios menos comunes y más severos asociados con los medicamentos para el VIH. Haga clic en los enlaces disponibles para ver información más detallada sobre los efectos secundarios enumerados.

### Problemas del riñón

Los riñones son dos órganos del tamaño del puño y en forma de frijol, que filtran la sangre y producen orina. Se deshacen de desechos y mantienen un balance saludable de muchas sustancias, incluyendo el agua y los electrolitos.

A menudo las personas con enfermedades del riñón, especialmente la enfermedad renal temprana, no notan ningún síntoma. Por eso es importante que usted consulte su proveedor de atención de la salud regularmente para hacerse análisis laboratorios que pueden detectar cambios en la función de sus riñones. Los síntomas de enfermedad renal pueden incluir muy poca o mucha orina; orina que es espumosa, rosa, roja o marrón; pies, manos, o piernas hinchadas; dolores musculares o calambres; fatiga y dificultad para concentrarse.

A veces las personas desarrollan una condición seria llamada insuficiencia renal aguda (ARF, por sus siglas en inglés) como respuesta a ciertos medicamentos para el VIH. ARF sucede cuando ocurren daños serios a los riñones durante un corto plazo. ARF puede resultar en daño renal permanente. Síntomas de ARF incluyen producir menos orina, hinchazón en las piernas, los tobillos o los pies, sentirse adormilada, estar falta de aliento o confundida, estar muy cansada sin razón (fatiga), náuseas, dolor o presión en el pecho. En casos severos, posiblemente puede tener convulsiones o entrar en coma.

Es importante que las personas viviendo con VIH tomen suficiente agua y se mantengan hidratadas, especialmente mientras toman medicamentos para el VIH.

### Problemas del hígado

Algunos medicamentos para el VIH pueden causar problemas del hígado. Se cree que las mujeres y personas mayores de 50 años de edad tienen un riesgo más alto de desarrollar problemas del hígado. La obesidad (estar muy sobrepeso), el [consumo de alcohol excesivo](#), y otros problemas del hígado (como la [hepatitis B](#) y la [hepatitis C](#)) también pueden aumentar este riesgo.

Algunos medicamentos, por ejemplo la nevirapina (Viramune), pueden causar una reacción alérgica en el hígado que provoca daños al hígado y aumenta las enzimas del hígado en la sangre poco después de empezar a tomar el medicamento. Es importante que su proveedor de atención de la salud realice análisis de sangre frecuentemente para revisar su hígado durante los primeros meses de tomar este medicamento. Las mujeres con más de 250 células CD4 tienen más probabilidades de desarrollar problemas del hígado cuando empiezan a tomar Viramune y, por lo tanto, no deben tomar ese medicamento, a menos que no haya otras opciones. Las mujeres cuyas células de CD4 eran de menos de 250 cuando comenzaron a tomar Viramune y que suben a más de 250 células mientras toman el medicamento no tienen que dejar de tomar su tratamiento ni cambiarlo.

Para más información sobre este tema, por favor ve a nuestra hoja informativa sobre cómo [cuidar su hígado](#) (en inglés).

## Lipodistrofia

El término [lipodistrofia](#) (*en inglés*) se usa para describir varias cantidades de cambios en la forma del cuerpo que resultan de agregar o perder grasa corporal. Tanto los hombres como las mujeres viviendo con VIH experimentan cambios en la forma del cuerpo, es más probable que las mujeres experimenten aumento de grasa en los pechos, en el estómago y la parte superior del cuerpo. La lipodistrofia puede causar grandes cambios en su apariencia. Si usted está preocupada por cómo usted se ve, hable con su proveedor de atención de la salud antes de hacer cualquier cambio a su tratamiento del VIH.

La lipodistrofia también involucra problemas metabólicos como niveles altos de glucosa en la sangre ([azúcar](#)) y altos niveles de lípidos ([colesterol y triglicéridos](#) [*en inglés*]). Las causas exactas de la lipodistrofia se desconocen pero pueden incluir el VIH, en sí, y/o ciertos medicamentos para el VIH.

Para más información sobre este tema, vean nuestra hoja informativa sobre la [lipodistrofia y cambios del cuerpo](#) (*en inglés*).

## Neuropatía periférica

La neuropatía periférica (NP) sucede cuando los nervios entre los pies y/o las manos y la espina dorsal (el grupo de nervios que baja por la espalda) se dañan. Como cables pelados que pueden hacer chispa o fallar, estos nervios dañados no mandan sus señales eléctricas correctamente. Como resultado, la NP puede causar sensaciones de adormecimiento, hormigueo, ardor, comezón o dolor punzante. Algunas personas con NP describen el dolor como "poner un cerillo encendido en mis pies" o "caminar sobre vidrio roto".

## La neuropatía periférica puede causar sensaciones de adormecimiento, hormigueo, ardor, comezón o dolor punzante.

El dolor de la NP puede ser constante u ocasional, y usualmente sucede en ambos lados del cuerpo. Algunos medicamentos más antiguos para el VIH pueden ser dañinos a los nervios y causar la NP, pero estos medicamentos raramente se usan hoy en día. Desafortunadamente, no existen tratamientos médicos aprobados para curar la NP. Por ahora, la clave para tratar la NP es deshacerse de la causa y controlar el dolor.

Además de los medicamentos para el VIH, existen muchas causas de NP, incluyendo la diabetes, tratamientos de quimioterapia para el cáncer, no obtener suficientes cantidades de ciertas vitaminas, y el VIH en sí. Hable con su proveedor si usted tiene síntomas de NP. Para más información sobre este tema, ve a nuestra hoja informativa sobre la [neuropatía periférica](#) (*en inglés*).

## Acidosis láctica

La acidosis láctica es una acumulación de ácido láctico, un producto de desecho, en la sangre. Es una complicación rara pero seria, de algunos inhibidores de la transcriptasa inversa análogo de los nucleósidos (ITIN) que ahora se usan raramente. Las mujeres (particularmente mujeres embarazadas), las personas sobrepeso y personas con una larga historia de uso de ITIN son más susceptibles a desarrollar la acidosis láctica. Los síntomas incluyen fatiga, náuseas, vómitos, dolor estomacal, falta de aliento, y debilidad en los brazos y las piernas. Si usted nota cualquiera de estos síntomas, llame a su proveedor de atención a la salud inmediatamente.

Para más información sobre este tema, vean nuestra hoja informativa sobre la [acidosis láctica](#) (*en inglés*).

## Otros posibles efectos secundarios



Tomar medicamentos para el VIH también pueden afectar la salud de su corazón y de sus huesos. Para más información, vea nuestras hojas informativas sobre [cómo cuidar su corazón](#) y su [salud ósea](#) (en inglés).

Además de los efectos secundarios enumerados arriba, puede encontrar más información sobre otros posibles efectos secundarios dentro de la sección de [salud y problemas médicos](#) en nuestro sitio web.

## Los efectos secundarios o toxicidades durante el embarazo

La mayoría de estudios han demostrado que tomar la mayoría de [medicamentos para el VIH durante el embarazo](#) no aumenta el riesgo de defectos de nacimiento. Sin embargo hay ciertos medicamentos para el VIH que no deberían ser usados por personas embarazadas debido a posibles problemas para la persona que dará a luz o el bebé.

Hable con su proveedor de atención de la salud si usted está en estado de embarazo o está planeando buscar un embarazo.

Aunque antes existía algo de debate sobre la seguridad de tomar efavirenz (marca Sustiva; también se encuentra en Atripla) durante la etapa temprana del embarazo, todas las organizaciones médicas principales ahora sugieren que se puede tomar efavirenz durante el embarazo, incluso durante el primer semestre (12 semanas). Además, las mujeres que exitosamente están viralmente suprimidas (cuyo VIH está bajo los niveles detectables por análisis estándares) en un régimen de tratamiento que contiene efavirenz y que logran un embarazo deben seguir tomando efavirenz durante el embarazo.

Si usted está en estado de embarazo o está pensando [buscar un embarazo](#), hable con su proveedor de atención de la salud sobre todos sus medicamentos para confirmar que no hay precauciones específicas para las personas embarazadas. La buena noticia es que varios medicamentos para el VIH son seguros y se pueden tomar durante el embarazo. Si se toman exactamente como son prescritos, estos medicamentos para el VIH pueden hacer que las probabilidades de que usted pase el VIH a su bebé sean muy bajas (menos de una en 100).

## Cuidar de sí misma

Los medicamentos para el VIH ayudan a muchas personas a tener vidas más largas y saludables. Los efectos secundarios son un factor importante para determinar si alguien toma sus medicamentos para el VIH como se recetan. Mientras que la frase 'efectos secundarios' puede hacer que no parezcan gran cosa, si están interfiriendo con su toma de medicamentos para el VIH, pueden estar interfiriendo con la buena salud. Si usted está teniendo problemas siguiendo su régimen de medicamentos para el VIH debido a problemas con los efectos secundarios, hable con su proveedor de atención de la salud antes de faltar, reducir o dejar de tomar sus medicamentos. Normalmente hay algo que se puede hacer al respecto, tal como cambiar la dosis de ese medicamento, cambiar a otro medicamento, o encontrar formas para tratar o manejar el efecto secundario directamente.

## Additional Resources

Seleccione los enlaces a continuación para obtener material adicional relacionado con los efectos secundarios

- [Medicamentos contra el VIH y sus efectos secundarios \(HIVinfo\)](#)
- [Efectos secundarios \(Terrence Higgins Trust, United Kingdom\) \(en inglés\)](#)
- [Efectos secundarios del tratamiento del VIH \(aidsmap\) >\(en inglés\)](#)
- [Guía práctica sobre los efectos secundarios de los medicamentos contra el VIH \(...\)](#)

- [Efectos secundarios del tratamiento del VIH y salud mental \(aidsmap\) \(en inglés\)](#)
- [Los 10 efectos secundarios más comunes de los medicamentos contra el VIH \(plus\)...](#)
- [Cómo controlar los efectos secundarios de la medicación contra el VIH \(Departam...](#)
- [Consejos para los efectos secundarios comunes \(Departamento de Asuntos de Veter...](#)
- [Cómo controlar los efectos secundarios del tratamiento del VIH \(Everyday Health...](#)
- [Efectos secundarios \(Be in the Know\) \(en inglés\)](#)
- [Efectos secundarios \(Asociación Internacional de Prestadores de Asistencia cont...](#)



@ 2023 thewellproject. All rights reserved.