

- Pedir ayuda a un médico especialista en VIH, enfermeros o al Navegador de Pares (Peer Navigator) de SAMESH si no se realiza el tratamiento con regularidad.
- Procurar tener una pequeña reserva de la medicación del VIH para no quedarse sin medicamentos. Comprar los fármacos con antelación, especialmente si va a viajar o se va de vacaciones.
- Disponer que la farmacia le envíe recordatorios por SMS para recoger los medicamentos.
- Utilizar aplicaciones como MyLife+ para hacer un seguimiento de la medicación y los análisis de sangre.
- Conseguir ayuda para solventar los aspectos que dificultan tomar la medicación: salud mental, alcohol, drogas o problemas económicos.

¿Puedo recibir el tratamiento del VIH si estoy embarazada?

Es seguro recibir muchos tratamientos contra el VIH cuando se está embarazada. Pueden favorecer la salud y proteger al bebé frente al VIH, aunque no es adecuado seguir ciertos tratamientos durante el embarazo. Si está embarazada o tiene intención de quedarse embarazada, es importante que hable con su médico sobre el mejor tratamiento a seguir.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Pruebas y tratamientos del VIH (HIV Tests and Treatments)

Sitio web australiano con información precisa, actualizada y fácil de entender sobre la gestión y el tratamiento del VIH.

www.hivtnt.org.au

Treat HIV Now (Trate el VIH ahora)

Sitio web sobre tratamientos del VIH, dirigido a homosexuales y a hombres que tienen relaciones sexuales con hombres.

www.treathivnow.org.au

HIV Drug Interactions

(Interacciones farmacológicas del VIH)

Sitio web con función de búsqueda que permite verificar las interacciones entre los tratamientos contra el VIH y otros fármacos, incluidas las drogas recreativas.

www.hiv-druginteractions.org

MyLife+

Una aplicación que ayuda a hacer un seguimiento de su salud, tratamientos, análisis de sangre y bienestar en relación con el VIH.

www.mylifeplus.com.au

Next Steps (Próximos Pasos)

Guía para personas con diagnóstico reciente de VIH. Puede obtener la guía en forma de folleto en su clínica de VIH o en una organización comunitaria de VIH, o descargarla de:

www.hivnextsteps.org.au

Este contenido se ha adaptado con la autorización de Queensland Positive People's Peer Navigation Program (Programa de Orientación entre Pares para Personas Seropositivas de Queensland). El rediseño y la producción se comparten con el permiso del Programa de Promoción de la Salud de Vivir en Positivo de Victoria (Living Positive Victoria).



SA Health ha aportado fondos para este programa.

INFORMACIÓN

TRATAMIENTO: LA ELECCIÓN ES SUYA

Spanish | Español

¿EL VIH SE PUEDE TRATAR?

Existen tratamientos muy efectivos para el VIH. La mayoría de las personas que reciben tratamiento para el VIH pueden tener una vida larga y saludable.

El tratamiento funciona de tal manera que impide que el VIH se multiplique en el organismo y dañe el sistema inmunitario. El tratamiento del VIH reduce la cantidad de virus en la sangre (la carga viral) y aumenta la cantidad de células CD4 (las células inmunitarias a las que ataca el virus). El tratamiento mejora la salud y la esperanza de vida, también evita que el VIH se transmita por vía sexual.

El tratamiento del VIH se denomina tratamiento antirretroviral (TAR). Hay cinco clases de medicamentos contra el VIH que detienen el virus de diferentes maneras, aunque también existen medicamentos de refuerzo que aumentan el efecto de algunos fármacos contra el VIH.

El tratamiento del VIH suele ser una combinación de tres clases de medicamentos distintos. Algunos tratamientos más recientes se basan en dos clases de medicamentos, que se pueden combinar en una sola pastilla. Otros tratamientos también están disponibles en formato de inyección de liberación prolongada.

Las personas con una carga viral suprimida (inferior a 200 copias/ml), que toman su medicación según lo indicado por el médico, no pueden transmitir el VIH a sus parejas sexuales.

¿Cuándo debería comenzar el tratamiento?

Al comenzar el tratamiento lo antes posible después de que se haya diagnosticado el virus:

- Disminuirá la carga viral, que es la cantidad de VIH en la sangre
- Reducirá los efectos del VIH en el organismo
- Mejorará su salud
- Mejorará su esperanza de vida

Una vez se comience con el tratamiento, es vital seguir tomando la medicación. Es importante pensar si se preparó para iniciar el tratamiento. En caso de no estar seguro, hable con su médico o con un compañero guía. Debe comenzar el tratamiento de inmediato si le han diagnosticado una enfermedad que define la presencia de sida, si presenta un nivel muy bajo de células CD4 o si está embarazada. El médico tratará estas cuestiones con usted.

¿Qué pasa con los efectos secundarios?

El tratamiento del VIH puede tener efectos secundarios. Muchos de los tratamientos actuales contra el VIH solo tienen efectos secundarios leves. Sin embargo, los efectos secundarios pueden causar problemas. Algunos solo duran los primeros días o las primeras semanas del tratamiento, otros pueden aparecer con el tiempo. Hable con su médico sobre los posibles efectos secundarios que pueden surgir al comenzar el tratamiento.

El médico puede realizar pruebas para controlar los efectos secundarios derivados de la medicación.

Informe a su médico si tiene problemas con los efectos secundarios. Es posible que deba cambiar su medicación o que le den un medicamento para ayudar a paliar los efectos secundarios.

¿El tratamiento para el VIH interferirá en mis otros medicamentos?

Algunos tratamientos del VIH interfieren en otros medicamentos que podría estar tomando. Su médico le preguntará acerca de otros fármacos,

drogas recreativas y suplementos que esté tomando para así poder elegir el tratamiento adecuado del VIH. Es importante comentarle lo que esté tomando para que puedan indicarle el mejor tratamiento en su caso.

¿Cuánto tiempo debo seguir con el tratamiento?

El VIH no tiene cura. Una vez que comience con el tratamiento, deberá seguir tomando la medicación de por vida. Esto significa tomar pastillas todos los días o recibir puntualmente las inyecciones del tratamiento.

Cómo seguir el tratamiento

Es importante que tome la medicación según le haya indicado su médico. Saltarse las dosis o suspender el tratamiento puede debilitar el sistema inmunitario y ser perjudicial para la salud. También puede generar resistencia a los medicamentos y el tratamiento puede dejar de funcionar. Si desarrolla resistencia a los medicamentos, deberá cambiar la medicación, y la nueva medicación podría ser menos eficaz o presentar más efectos secundarios que el tratamiento anterior. Si olvida tomar la dosis del tratamiento contra el VIH a la hora habitual, tómela cuando se acuerde y luego vuelva a su horario habitual de administración. Si se da cuenta de ello en el momento de tomar la siguiente dosis, no tome una dosis doble. Si olvida su cita para el tratamiento, pida una nueva cita tan pronto como pueda.

CONSEJOS PARA AYUDARLE A SEGUIR EL TRATAMIENTO

- Utilizar un pastillero con compartimentos para que pueda verlo y saber si ha tomado el medicamento.
- Hacer que el hecho de tomar la medicación forme parte de su rutina diaria, como el cepillarse los dientes.
- Usar la alarma del móvil para acordarse de tomar la medicación.