

¿Qué significa adherencia al tratamiento?

¿Qué es la adherencia?

La adherencia se refiere a cuánto usted cumple con el régimen terapéutico prescrito. También se conoce como observancia o cumplimiento terapéutico. Incluye su buena disposición para empezar el tratamiento y su capacidad para tomar los medicamentos tal como se los recetaron.

¿Es importante la adherencia para el tratamiento del VIH?

¡Sí! La adherencia es fundamental para el tratamiento del VIH por dos razones:

- La adherencia afecta cuánto los medicamentos contra el VIH disminuyen la **carga viral**. Cuando usted se salta una dosis del medicamento, aunque sea sólo una vez, el virus tiene la oportunidad de reproducirse más rápidamente. El mantener la multiplicación del virus al mínimo es fundamental para prevenir las enfermedades relacionadas con el SIDA y la muerte.
- La adherencia al tratamiento contra el VIH ayuda a prevenir la **resistencia al medicamento**. Cuando salta una dosis, pueden aparecer cepas del VIH resistentes al medicamento que está tomando y aun a los medicamentos que todavía no ha tomado. Esto le puede dejar con menos opciones de tratamiento en caso de que necesite en el futuro cambiar los regímenes terapéuticos. Debido a que las cepas resistentes a los medicamentos se pueden transmitir a otros, los comportamientos riesgosos pueden ocasionar consecuencias graves.

Aun cuando hay muchos medicamentos y regímenes terapéuticos contra el VIH, los estudios demuestran que *su primer régimen tiene la mayor probabilidad de éxito a largo plazo*. El tomar los medicamentos antirretrovirales correctamente (adherencia) aumenta su probabilidad de éxito.

Términos utilizados en esta hoja informativa:

Carga viral: La cantidad de VIH en una muestra de sangre.

Resistencia al medicamento: El VIH puede transformarse (cambiar su forma) dando como resultado un VIH que no se puede controlar con ciertos medicamentos.

¿Por qué es difícil para muchas personas con el VIH la adherencia al tratamiento?

Los regímenes terapéuticos para el VIH pueden ser complicados; la mayoría implica tomar múltiples pastillas diarias. Algunos medicamentos contra el VIH deben tomarse con el estómago vacío mientras que otros deben tomarse con la comida, o antes o después de otros medicamentos. Esto puede ser difícil para muchas personas, especialmente para quienes están enfermas o tienen síntomas del VIH o experimentan efectos secundarios negativos causados por los medicamentos.

Otros factores que pueden hacer difícil la adherencia al tratamiento son:

- si experimenta efectos secundarios desagradables de su medicamento (como náuseas)
- si por estar dormido, no toma la dosis
- si está de viaje
- si se mantiene muy ocupado
- si se siente enfermo o deprimido
- si se le olvida tomar los medicamentos

¿Qué puedo hacer para adherirme al régimen terapéutico?

Hay muchas cosas que puede hacer para adherirse mejor a su régimen terapéutico. Puede ver la [hoja informativa sobre la adherencia al régimen terapéutico para el VIH](#) para lo que puede hacer para mejorar su adherencia tanto antes como después de empezar a tomar los medicamentos contra el VIH.

¿Qué significa adherencia al tratamiento?

Una de las cosas más importantes que puede hacer cuando va a empezar el tratamiento es conversar con el médico acerca de su estilo de vida. De esta manera, el médico le recetará el régimen que le convenga más. Entre los temas que debe conversar con el médico están:

- su horario para trabajar, dormir, comer y viajar
- los posibles efectos secundarios de los medicamentos
- otros medicamentos que toma y su posible interacción con los medicamentos contra el VIH
- su grado de compromiso a seguir su régimen terapéutico para el VIH

Al principio muchas personas se adhieren muy bien al tratamiento pero encuentran que con el tiempo se hace más difícil. En cada visita, converse con su médico acerca de la adherencia al tratamiento. Su compromiso con el plan de tratamiento es crítico; los estudios demuestran que *los pacientes que toman correctamente los medicamentos logran los mejores resultados.*

Para información adicional:

Comuníquese con su médico o llame a un especialista en información para la salud de *infoSIDA* al 1-800-448-0440.
En Internet: <http://www.aidsinfo.nih.gov/infoSIDA>.