

EL PRIMER DÍA: DESPUÉS DE RECIBIR RESULTADO POSITIVO



cómo informarse acerca de su
estatus y hacerse cargo de su salud

UNA PUBLICACIÓN DE

PROJECT
inform
Información,
inspiración y defensa
para las personas
viviendo con VIH/SIDA

ENERO DE 2007



Un resultado positivo en la prueba de anticuerpos del VIH es una noticia asustadora pero no una sentencia de muerte. A medida que se continúan desarrollando nuevas y mejores terapias, es completamente posible vivir la duración normal de una vida después de recibir un diagnóstico positivo al VIH. La clave para vivir una larga vida con el VIH es proporcionarse la atención médica y las terapias adecuadas.

Un resultado positivo es un mensaje importante de tipo médico que puede ayudarte a salvar o alargar tu vida. Bien sea que te hayas hecho o no la prueba, tarde o temprano te habrías enterado de tu estatus seropositivo al VIH.

Si te enteraste por medio de la prueba, tienes la oportunidad de retardar o prevenir algunas de las posibles consecuencias de salud. Aun si no te hubieras hecho la prueba, el VIH se habría manifestado en algún momento por medio de una infección o un daño a tu sistema inmunológico, y si hubieras esperado a que la enfermedad del VIH se presentara por sí sola, habrías ya desperdiciado muchas de tus mejores opciones médicas.

La mayoría de los sitios donde se hacen las pruebas ofrecen asesoría psicológica para ayudarte a las personas a afrontar las noticias. Pero la verdadera labor, te corresponde a ti. Teniendo la actitud y la información correctas, la mayoría de las personas puede vivir durante mucho, mucho tiempo. Obtener información y hacerte cargo de tu propia salud te ayudará a sacar el mejor provecho de esta situación.

Esta publicación puede ayudarte con las cosas que debes hacer:

- ▶ Desarrollar una estrategia para adaptarte a tu nueva situación;
- ▶ Aprender más acerca del VIH y cómo este puede afectar tu vida;
- ▶ Entender las pruebas médicas que debes hacerte;
- ▶ Encontrar maneras de promover y mantener tu salud; y
- ▶ Aprender cómo usar los servicios de Project Inform.

Leer esta publicación es un buen comienzo. Es un poco larga, pero vale la pena, pues se trata de salvar tu vida.

¿QUÉ CONTIENE?

El VIH y el sistema inmunológico: **2**; Progresión de la enfermedad: **3**; Cómo revisar tu salud inmunológica: **4-5**; Las pruebas de recuento de células CD4+: **6**; Las pruebas de carga viral: **7**; Intervenciones contra el VIH: **8-10**; Cuándo iniciar el tratamiento: **11**; Tratamientos disponibles: **11**; El resumen: **11**.

El VIH y el sistema inmunológico

El VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) es el virus que causa el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida). Ser VIH positivo no quiere decir que tienes SIDA, pero sí que puedes desarrollarlo. El VIH ataca tu sistema inmunológico, incapacitando gradualmente su funcionamiento.

Tu sistema inmunológico ayuda a mantener tu cuerpo sano al reconocer y atacar los elementos extraños, como los virus o las bacterias. Con el tiempo, si se daña o debilita demasiado a causa del VIH, tu organismo pierde su capacidad de combatir ciertas infecciones y cánceres. Estas son llamadas infecciones oportunistas (abreviado OIs en inglés).

El SIDA es la consecuencia más seria de la infección del VIH. Ocurre una vez que el sistema inmunológico ha sido deteriorado significativamente. Si tienes ciertas enfermedades oportunistas, se producirá un diagnóstico de SIDA. Esto se debe a que la presencia de estas infecciones en tu

cuerpo indica que ha habido un deterioro importante en tu sistema inmunológico.

También se dará un diagnóstico de SIDA cuando el recuento de las células de tu sistema inmunológico (llamadas células T, CD4+) cae por debajo de 200. Estas células juegan un papel clave en tu sistema inmunológico. El límite “normal” en una persona VIH negativa sana es de 500 a 1,500 células/mm³.

Esta destrucción gradual del sistema inmunológico no sucede de la misma manera en todas las personas, o ni siquiera al mismo ritmo. En algunos, puede nunca llegar a presentarse. En un pequeño porcentaje de personas el VIH destruye rápidamente el sistema inmunológico, en tan solo unos pocos años. Pero otros permanecen bien por 10 a 15 años o más. En promedio, sin usar una terapia contra el VIH, la mayoría de las personas permanece bien aproximadamente 10 años, sin afrontar sus primeros síntomas serios.

Varios factores sobre el VIH son bien conocidos:

- Las pruebas de carga viral miden la cantidad de virus presentes en el torrente sanguíneo. Por lo general pueden predecir con qué rapidez el VIH va a deteriorar el sistema inmunológico. En efecto, estas pruebas predicen la pérdida de células CD4+: mientras más alto sea el número, mayor será el riesgo de un daño a tu sistema inmunológico. El uso de tratamientos eficaces puede reducir enormemente el nivel del VIH y retardar su ritmo de progresión hacia la enfermedad.
- Las pruebas de recuento de células CD4+ miden el nivel de estas células, que son un tipo de células sanguíneas. Estas pruebas pueden medir el deterioro de tu salud inmunológica. De hecho, muchas personas que inician una terapia contra el VIH experimentan un aumento significativo en sus recuentos de células CD4+.
- En muchas personas, el cuerpo lidia eficazmente con el VIH durante largos períodos, que a menudo llegan a ser de varios años. El número y el porcentaje de células CD4+ desciende, pero lentamente. Durante este lapso, la mayoría de las personas se sienten normales y no sufren efectos nocivos que sean muy obvios. A pesar de esto, la mayoría de los investigadores cree que el sistema inmunológico continúa su proceso de deterioro. Muchos científicos opinan que la intervención temprana, durante este tiempo, podría tener el mayor impacto, aunque otros permanecen escépticos y sostienen que los posibles efectos secundarios del tratamiento temprano podrían contrarrestar sus beneficios.
- Sin tratamiento, el organismo pierde lentamente su capacidad de combatir las infecciones. Algunas infecciones como la neumonía por *Pneumocystis jiroveci* (algunas veces llamada PCP), se vuelven más probables cuando el recuento de células CD4+ cae por debajo de 300 o 200. Las infecciones menores pueden presentarse cuando el recuento está por encima de 300. Otras infecciones que ponen en peligro la vida se vuelven más probables cuando el recuento cae por debajo de 100 o 50.

Progreso de la enfermedad

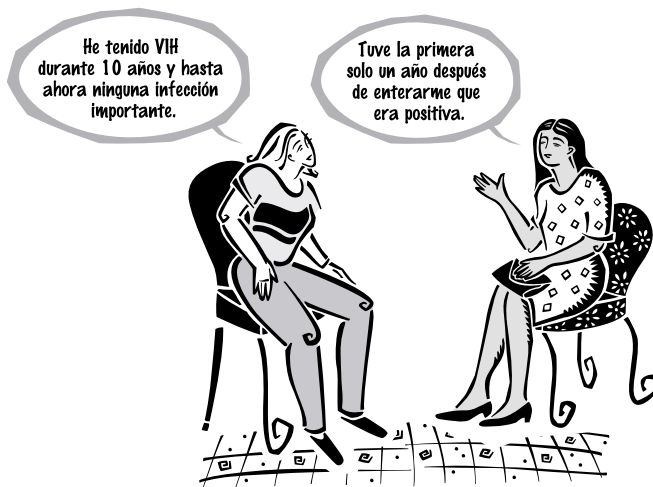
El VIH es una enfermedad de “espectro”, es decir, que todos los que están infectados tienen la misma enfermedad pero están en distintas etapas. SIDA es el nombre que se da a la etapa tardía más seria. En las etapas tempranas y menos serias, las personas son VIH positivas, es decir que tienen un resultado positivo de anticuerpos del VIH pero no tienen síntomas o enfermedades que pongan en peligro su vida. Si se deja sin tratar, la mayoría de las personas suele ir progresando a lo largo del espectro hacia el SIDA.

La enfermedad del VIH puede progresar lenta o rápidamente. Varios estudios han investigado el ritmo al cual progresa si se deja sin tratar. La mayoría concluye que cerca de la mitad de las personas infectadas con el VIH progresan al SIDA si se dejan sin tratar más o menos a los diez años de la infección. Aproximadamente tres de cada cuatro (un 75%) llega al SIDA hacia el año quince.

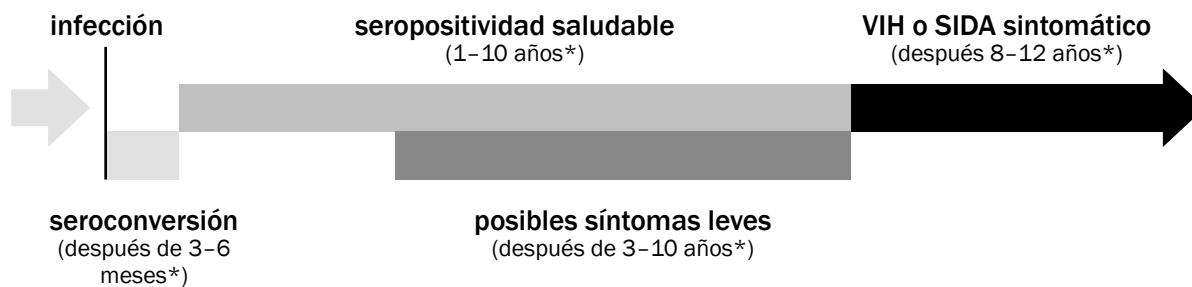
Estos estudios concluyen que el VIH es una enfermedad progresiva que con el tiempo lleva a la manifestación de sus síntomas en la mayoría de las personas. Los niños que nacen con el VIH y las personas infectadas por medio de transfusiones de sangre parecen enfermarse más rápidamente. Algunos estudios sugieren que cuando las mujeres

tienen el debido acceso y buscan la atención médica y el monitoreo regular, su ritmo de progresión es similar y quizás más lento que el de los hombres. Los estudios que incluyen a las personas con hemofilia no son concluyentes con respecto a su ritmo de progreso.

No se sabe por qué las personas progresan a distintos ritmos. Podría deberse a diferencias en las cepas del VIH que la persona adquiere. Otros creen que están influenciados por las diferencias genéticas entre cada individuo, mientras que hay quienes opinan que ciertos factores del estilo de vida hacen una diferencia.

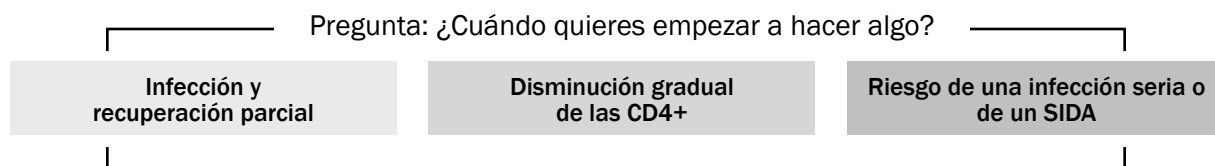


el espectro del VIH



* tiempos promedio; el tiempo real puede variar enormemente.

que sucede sin intervención*



* en aproximadamente el 85-90% de las personas infectadas con el VIH

cómo revisar tu salud inmunológica

En la mayoría de las enfermedades, esperamos a que ésta aparezca antes de hacer algo al respecto. “Si no está dañado, no hay que arreglarlo.” Pero en la enfermedad del VIH, el sistema inmunológico comienza a “dañarse” inmediatamente y no solo cuando aparecen las infecciones oportunistas. Así es que estar pendientes de la salud inmunológica es de vital importancia. Dos maneras comunes de hacer esto son: (1) notar cuándo ocurren los síntomas y (2) hacerse las pruebas de laboratorio. Cada una parece tener sus ventajas y desventajas.

Notar cuándo ocurren los síntomas

Este enfoque espera a que la infección o enfermedad ocurra. En el VIH, esto quiere decir vigilar la ocurrencia de síntomas como aftas (infecciones de levadura o candidiasis), PCP, lesiones del Sarcoma de Kaposi y así sucesivamente.

VENTAJAS

Es más fácil creer y actuar cuando nos enfrentamos con una enfermedad obvia. Las personas que se sienten enfermas por lo general quieren tratar su enfermedad lo más pronto posible.

DESVENTAJAS

El VIH progresa aún antes de que los síntomas aparezcan. Para el tiempo en que aparecen, tratar el problema subyacente podría ser menos eficaz debido que al cuerpo le quedan menos defensas.

Hacerse las pruebas de laboratorio

Este enfoque no espera a que los síntomas o las enfermedades ocurran. Esto implica hacerse chequeos rutinarios sobre los distintos componentes del sistema inmunológico. Dichas pruebas pueden incluir las siguientes:

- ▶ prueba de anticuerpos del VIH
- ▶ recuentos de células CD4+
- ▶ pruebas de carga viral
- ▶ análisis básicos de sangre

VENTAJAS

Las señales de una enfermedad suelen aparecer en los resultados de laboratorio con anterioridad a que te sientas enfermo. Utilizar estos distintos resultados de laboratorio, puede ayudar a las personas y a sus médicos a prevenir infecciones serias antes de que ocurran. También ayuda a tomar decisiones sobre tratamientos basadas en cifras reales y no en adivinaciones.

DESVENTAJAS

Algunas personas encuentran dificultades para actuar de acuerdo a los resultados, ya que a menudo se sienten bien a pesar de lo que aparezca en dichos resultados. Las personas que se sienten sanas podrían estar menos motivadas para iniciar un tratamiento. Los resultados de laboratorio varían y cambian debido a muchas razones.



Puesto que el VIH puede ser un asunto de vida o muerte, es vital escoger el segundo enfoque. Adoptar un enfoque preventivo permite:

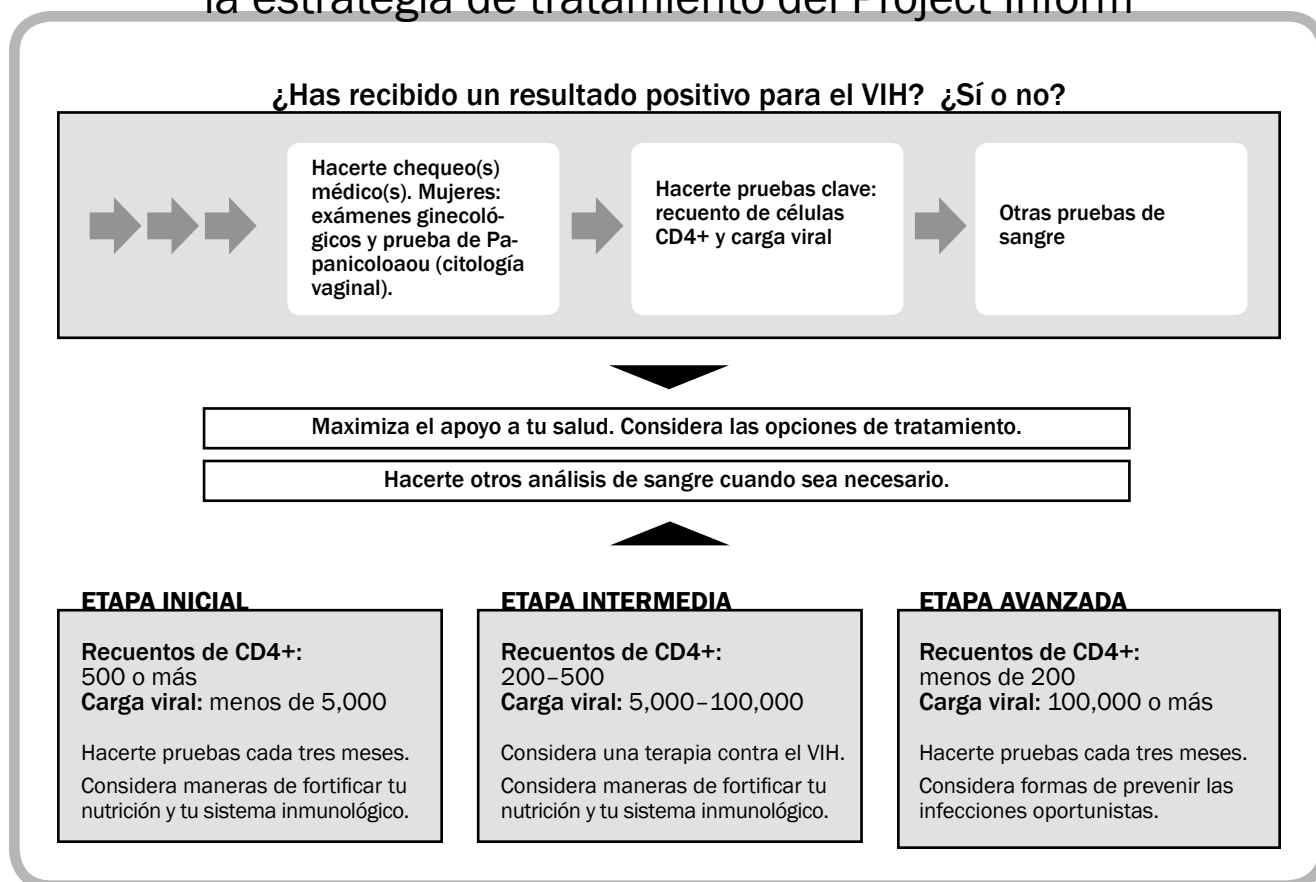
- ▶ utilizar los tratamientos cuando son más eficaces,
- ▶ prevenir las infecciones más serias, y
- ▶ **retardar el ritmo de progreso de la enfermedad y daño permanente a tu sistema inmunológico.**

Algunas personas dicen que dudan en actuar antes de enfermarse debido a que los tratamientos de hoy en día no son perfectos, y tienen la esperanza de que algo mejor aparezca en el futuro. Sin embargo, nadie sabe cuándo irán a estar disponibles los tratamientos “perfectos.”

Está bien probado que los tratamientos actuales pueden extender el tiempo de supervivencia. Aunque no podamos predecir los resultados para cada persona en particular, sabemos lo que generalmente ocurre sin un tratamiento.

El propósito de la acción preventiva es retardar el progreso de la enfermedad del VIH. Este enfoque es el que con más claridad ofrece las mayores esperanzas. Una vez infectado, tienes solamente una oportunidad de manejar tu enfermedad correctamente. Así es que considera tus opciones cuidadosamente y aprende a saber cuándo una terapia te está o no funcionando. Para aprender más lee la publicación de Project Inform, *Cómo tomar una buena decisión sobre las terapias.*

la estrategia de tratamiento del Project Inform



los análisis de sangre comunes y lo que te dicen

La pruebas de recuento de células CD4+

Por muchos años, el conteo del número de células CD4+ era la única medición de laboratorio para efectos de la enfermedad del VIH. Los números bajos de estas células (menos de 200) predicen con exactitud el riesgo de que ocurran infecciones mayores.

Los médicos animan a las personas a iniciar la terapia contra el VIH cuando sus recuentos de células CD4+ están entre 200 y 350. Sin embargo, estos son números arbitrarios utilizados en los estudios sobre

medicamentos contra el VIH. Por sí mismo, un recuento de células CD4+ no nos dice lo suficiente acerca del estado de la enfermedad. Solamente nos muestra que el nivel de células CD4+ es hasta cierto punto más bajo de lo normal. Obtener una imagen completa de tu enfermedad del VIH requiere evaluar tu estado de salud general y hacer pruebas adicionales, especialmente la de carga viral.

Es cada vez más común poner a las personas con recuentos de células CD4+ por debajo de 200 ó 300 en

tratamiento preventivo contra la PCP (por lo general utilizando Bactrim/ Septra o dapsone), lo mismo que a las personas que han tenido un brote inicial de PCP. Sin importar el recuento de células CD4+, cada vez se ha vuelto más importante hacer un chequeo de tuberculosis. Las estrategias de prevención para todas las infecciones oportunistas se describen en la publicación de Project Inform, Cuadro de infecciones oportunistas.

Rangos de células CD4+

NORMAL	DEBAJO NORMAL	BAJO
(500 o más)	(300-500)	(menos de 300)

Nivel normal: En general, un recuento de células CD4+ por encima de 500 no sugiere un peligro inmediato. Este nivel suele utilizarse como el límite más bajo de lo que se considera “normal”, pero esto puede ser engañoso. Aunque un descenso ocasional a 500 podría ser normal, una caída continua hacia 500 o aun a 600 no es lo normal e indica un sistema inmunológico deprimido. Al menos, cuando se está en este nivel—bien sea que se use o no un tratamiento—se recomienda obtener una asesoría nutricional, monitorear los recuentos de células CD4+ y hacerse las otras pruebas rutinarias.

Nivel debajo normal: los recuentos de células CD4+ en este nivel indican un deterioro significativo del sistema inmunológico. Sin embargo, no son comunes los síntomas serios. Es muy raro que una personas muera de SIDA con los recuentos de células CD4+ en este nivel. Algunos investigadores opinan que este es el mejor momento para iniciar el tratamiento, especialmente si la carga viral también muestra una actividad virológica significativa.

Nivel bajo: Un recuento de células CD4+ de 200 o menos constituye un diagnóstico de SIDA. Los recuentos de células CD4+ inferiores a 300 un mayor riesgo de infecciones. Una persona con recuentos por debajo de 300 puede permanecer estable durante muchos años, especialmente con una buena atención médica. Aunque algunas personas tienen señales de advertencia (síntomas) antes de que ocurra una infección mayor, esto no siempre sucede. Algunos progresan directamente de una buena salud a tener infecciones oportunistas serias. Por lo general a las personas con una infección del VIH establecida y recuentos en este nivel, se les anima a que inicien una terapia contra el VIH.

cuadro de medicamentos

Las pruebas de carga viral (PCR)

Existen pruebas que miden directamente la actividad del VIH en la sangre. Éstas proveen información adicional para dar una imagen más clara del riesgo de progreso de la enfermedad.

Las pruebas de carga viral miden la cantidad de VIH nuevo que se produce y libera en la sangre. Algunos estudios muestran que las cargas virales altas están asociadas con un mayor riesgo de perder células CD4+ y luego progresar a los síntomas de la enfermedad del VIH. Idealmente, una persona infectada con el VIH no debe tener niveles detectables del virus, es decir que la actividad del VIH debe ser demasiado baja para poder medirse en la prueba.

Las pruebas actuales llegan a conteos tan bajos como 50 copias del virus. A esto se le asocia con los mejores resultados médicos. Los niveles más altos—que van desde 30,000 (en las mujeres) y 60,000 (en los hombres) hasta los millones de copias del virus—están vinculados con mayores ritmos de progreso de la enfermedad. En resumen, mientras más alto sea el número, más rápido será el ritmo de progreso de la enfermedad.

Los estudios sobre nuevos medicamentos utilizan las pruebas de carga viral para medir los efectos de los mismos. Una buena combinación de medicamentos contra el VIH puede reducir rápidamente el nivel

del virus hasta por diez veces, y a menudo, hasta por miles de veces. El objetivo de la terapia es reducir la carga viral al nivel más bajo posible, preferiblemente por debajo del nivel de detección en la prueba, que es 50 copias del VIH.

Las personas VIH positivas y sus médicos utilizan tanto las pruebas de recuentos de células CD4+ como las de carga viral para tomar decisiones acerca de si deben usar, y cuándo, la terapia contra el VIH. Estas pruebas también ayudan a determinar si un medicamento está funcionando o no. Cuando los niveles del VIH comienzan a elevarse de nuevo al estar utilizando un medicamento, la mayoría de los médicos opina que es el momento de cambiar de medicamento o de combinación de medicamentos. Además, si tu recuento de células CD4+ comienza a descender, es deseable hacer una reevaluación de la terapia que se está usando.

Como mínimo, las pruebas de carga viral ofrecen una base racional para ayudarle a alguien a decidir si debe usar, y cuándo, la terapia contra el VIH, así como una herramienta para determinar si está funcionando una combinación en particular. Para más información lee la publicación de Project Inform, Los análisis de sangre: una herramienta útil para el control del VIH,

estas pruebas ofrecen una guía racional acerca de cuáles tratamientos usar, cuándo usarlos o no, y qué tan bien están funcionando. Para ayudarte a clasificar estos diferentes análisis de sangre, usa la publicación de Project Inform, Cuadros de seguimiento personal.

Pensamientos finales sobre la prueba

Ninguna prueba por sí misma ofrece una imagen total de la salud inmunológica o del progreso de la enfermedad, pero los resultados de las pruebas de recuentos de células CD4+ y carga viral tomados conjuntamente son muy importantes. A medida que aprendemos a manejar la enfermedad del VIH como una enfermedad crónica,

NOMBRE GENÉRICO	NOMBRE DE MARCA
Los inhibidores de proteasa	
Agenerase	amprenavir
Aptivus	tipranavir
Crixivan	indinavir
Invirase	saquinavir hgc
Kaletra	lopinavir+Norvir
Lexiva	fosamprenavir
Norvir	ritonavir
Prezista	darunavir
Reyataz	atazanavir
Viracept	nelfinavir
Los inhibidores de la transcriptasa inversa análogos a los nucleósidos (NRTI) y los nucleótidos (NtRTI)	
Combivir	3TC+AZT
Emtriva	emtricitabina (FTC)
Epivir	lamivudina (3TC)
Epzicom	3TC+abacavir
Retrovir	zidovudina (AZT)
Trizivir	3TC+AZT+abacavir
Truvada	FTC+tenofovir
Videx	didanosina (ddI)
Videx EC	didanosina, recubrimiento entérico (ddI EC)
Viread	tenofovir
Zerit	stavudina (d4T)
Ziagen	abacavir
Los inhibidores de la transcriptasa inversa análogos a los no nucleósidos (NNRTI)	
Intelence	etravirina
Rescriptor	delavirdina
Sustiva	efavirenz
Viramune	nevirapina
NRTI + NNRTI	
Atripla	Emtriva+Sustiva+Viread
Inhibidor de entrada	
Fuzeon	enfuvirtide (T20)
Selzentry	maraviroc
Inhibidor de integrasa	
Isentress	raltegravir

Intervenciones contra el VIH

Existen varias estrategias que puedes utilizar contra el VIH. Muchas son útiles, pero usar solamente una de ellas no será suficiente para mantenerte sano. Desafortunadamente, algunas son promovidas con tanta pasión o como lo que está de moda, que hasta se llega a excluir a las otras. La mejor estrategia general para ti es una que sea inclusiva, combinando lo mejor de cada una de las explicadas a continuación.

1

Mantenimiento general de la salud

Esto implica hacer todas las cosas que se recomiendan normalmente para llevar una vida sana. Esto incluye alimentarse adecuadamente con el debido apoyo nutricional; obtener el descanso suficiente; evitar las bebidas alcohólicas, fumar, las drogas y el estrés innecesario; así como hacer ejercicio y respirar aire puro—en resumidas cuentas todo lo que los médicos recomiendan. Por sí sola, el mantenimiento de la buena salud no prevendrá el progreso hacia el SIDA o lo curará, pero te dará las mejores oportunidades de combate que puedas tener. Una buena defensa contra el VIH se erige sobre la base sólida que proporciona una buena salud general. Para más información, lee la publicación de Project Inform, *Estrategias para el mantenimiento general de la salud*.

2

Terapias de apoyo

Esta categoría, algunas veces denominada el enfoque holístico, puede incluir varias estrategias complementarias. Entre ellas están reducción del estrés, masajes, visualización, yoga y relajación; apoyo emocional y espiritual; medicamentos naturales; y muchas otras. Muchas de éstas pueden ayudarte a lidiar con los síntomas de la enfermedad, los efectos secundarios de los medicamentos y a tener tu mente en paz. Sin embargo, si se toman solas, no resolverán el problema.

Desafortunadamente, algunos de los promotores de las estrategias complementarias se vuelven estrictos, urgiendo a las personas a excluir todas las demás, aun los medicamentos recetados por el médico. Cuando se usan de esta manera, las terapias de apoyo pueden ser dañinas y desanimar a las personas de conseguir la atención médica necesaria. La mejor manera de ver estas terapias son como un complemento y no como un sustituto. Para más información, lee la publicación de Project Inform, *Las hierbas medicinales, los suplementos y el VIH*.



El Modelo de Project Inform



3

4

Estrategia de tratamiento contra el VIH

El VIH ataca y confunde al sistema inmunológico, y los medicamentos pueden ayudar a retardar su propagación. Los medicamentos contra el VIH aprobados actualmente se encuentran en la tabla de la página 7.

El desafío del uso de estos medicamentos es saber cuándo y en qué cantidad usarlos, cómo combinarlos, y en qué orden se deben utilizar. Usarlos individualmente, no va a funcionar por mucho tiempo. Cuando se usan en una combinación racional, pueden controlar al VIH durante muchos años y prolongar tu vida.

Para más información acerca de las estrategias de tratamiento del VIH, lee las publicaciones de Project Inform, Estrategias sobre cuándo iniciar la terapia contra el VIH y Estrategias de terapia contra el VIH, las cuales puedes conseguir llamando al 1-800-822-7422 o visitando a www.projectinform.org.

Terapias inmunológicas

Debido a que el sistema inmunológico a veces está debilitado, hiperactivo o desorientado en la enfermedad del VIH, es lógico buscar medicamentos que puedan corregir algunos de estos problemas. El objetivo del uso de las terapias inmunológicas es aumentar el número o el funcionamiento de las células perdidas (CD4+) o restaurar el equilibrio de las varias partes del sistema inmunológico o reducir la actividad dañina causada por las células infectadas. Esto es fácil de describir pero no de llevar a cabo.

Muchos investigadores opinan que todavía no sabemos lo suficiente acerca del sistema inmunológico para tratar de regularlo. Algunas terapias sí influyen al sistema inmunológico. Lo mismo se alega para ciertos productos naturales. Existe una gran aceptación popular de la noción de que de alguna manera se “fortifique” el sistema inmunológico para ayudar a que el organismo se regule naturalmente a sí mismo contra el VIH.

En su mayoría, esto no pasa de ser un eslogan publicitario. Hay pocas evidencias de que alguien sepa verdaderamente cómo lograr esto. Más aún, las defensas naturales del cuerpo casi siempre parecen fallar en su lucha contra el VIH. No sería realista esperar que este enfoque por sí solo vaya a resolver el problema del VIH.

En este momento, no existe una manera clara o simple de abordar los defectos del sistema inmunológico en la infección del VIH. Alguna de la información más completa sobre las terapias inmunológicas se encuentra disponible en la publicación de Project Inform, Project Immune Restoration (en inglés), Estrategias para mejorar su salud inmunológica, y Interleuquina-2.

Intervenciones contra el VIH, continua

5

Estrategia contra las infecciones oportunistas

Una vez que el sistema inmunológico ha fallado hasta un punto significativo, se vuelve necesario tratar de prevenir las infecciones oportunistas más comunes o prevenir que vuelvan a aparecer. La prevención de las infecciones oportunistas o profilaxis debe considerarse cuando los recuentos de células CD4+ están en o cerca de la zona de peligro. Por ejemplo, el riesgo de adquirir PCP es más alto con recuentos de CD4+ de 300 o menos. El riesgo de otras infecciones, como el CMV y el MAC, aumenta dramáticamente cuando los CD4+ caen por debajo de 100.

El uso cuidadoso y a tiempo de medicamentos puede prevenir del todo la PCP. Conforme aumenta la tasa de tuberculosis (TB) entre las personas VIH negativas, se recomienda a las personas VIH positivas las pruebas y el tratamiento (de ser necesario). El tratamiento preventivo para otras infecciones, incluyendo el MAC y las infecciones por hongos recurrentes, también se encuentra disponible.

En la enfermedad del VIH avanzada, la persona debe a menudo tratar de dar tratamiento o prevenir varias infecciones oportunistas a la vez. Esto puede llevar a hacer elecciones difíciles, puesto que varios de los medicamentos pueden interactuar entre sí. Dos publicaciones de Project Inform te pueden ayudar en este proceso: Cuadro de infecciones oportunistas, Estrategias para el manejo de infecciones oportunistas e Interacción entre los medicamentos.

La clave para una intervención exitosa es tratar de incluir todo aquello que te parezca lógico hacer. El error más grande es preferir rígidamente una estrategia por encima de las demás. El VIH no es un debate político o un asunto de opinión; es una enfermedad que pone en peligro la vida. Cada decisión que tomes acerca del tratamiento tiene sus consecuencias y hay poco espacio para los errores, así es que no tiene sentido que apuestes tu vida a una filosofía médica en particular.

Cuándo iniciar el tratamiento

Obtener tratamiento lo más pronto posible es lo que se recomienda para esta enfermedad. Biológicamente, no existen muchas razones para pensar que el VIH sea distinto. De hecho, el tratamiento temprano podría ser más importante debido a la seriedad de la enfermedad. Pero en el caso del VIH, no está tan claro qué es lo que significa “temprano”.

Cuándo iniciar los medicamentos contra el VIH es el tema de innumerables debates y teorías. Algunas personas piensan que lo apropiado es iniciar el tratamiento inmediatamente después de enterarse de su infección, sin importar que los recuentos de CD4+ estén altos o subiendo, o que los síntomas sean o no evidentes. Esperar solamente haría que la infección progresara y se propagara a otras partes del cuerpo.

Un segundo argumento a favor del tratamiento temprano es que previene la pérdida de células importantes para el sistema inmunológico. Pero como no se sabe exactamente cuándo es que ocurre la pérdida de estas células, todavía es complicado saber “cuándo” es el momento apropiado para comenzar.

Algunos investigadores prefieren no empezar el tratamiento hasta etapas posteriores de la enfermedad. Ellos opinan que es mejor preservar los medicamentos para

después, cuando el VIH sea más activo o el sistema inmunológico muestre señales obvias de deterioro, pues temen que se agoten los medicamentos demasiado temprano, antes de que su uso sea de vital importancia. También temen que las personas vayan a experimentar efectos secundarios a largo plazo de los medicamentos antes de que sean verdaderamente necesarios.

Puesto que ninguno de los medicamentos actuales puede utilizarse indefinidamente, este argumento no puede descartarse de manera casual. Sin embargo, aun estos investigadores creen que es prudente comenzar antes de que haya evidencia de un daño mayor en el sistema inmunológico. Solo que no se tiene claro “cuándo” exactamente ocurre esto. Casi todos los investigadores coinciden en que es necesario iniciar la terapia contra el VIH cuando los síntomas estén presentes, los recuentos de CD4+ estén descendiendo o la carga viral esté alta.

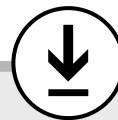
A medida que se complete un mayor número de estudios podremos ir despejando estos interrogantes. Entre tanto, esto seguirá siendo un asunto de elección personal. Para más información acerca de las terapias del VIH, el desarrollo de una estrategia a largo plazo y la toma de decisiones acerca de las terapias, llama a la Infólnea de Project Inform al 1-800-822-7422 o a www.projectinform.org.

Tratamientos disponibles

Project Inform provee información acerca del uso de tratamientos comprobados contra el VIH. Estos y cualquier otro tratamiento debe ser usado bajo la supervisión de un médico experimentado. Animamos tanto a los pacientes como a los médicos a que formen relaciones de colaboración—con responsabilidades compartidas—para alcanzar y mantener la salud.

El tratamiento siempre debe acompañarse del monitoreo que evalúe el éxito o fracaso del mismo, así como el desarrollo de posibles efectos secundarios. Tanto el paciente como el médico deben estar preparados para ajustar la estrategia según los resultados de este proceso de seguimiento. Este modelo de tratamiento flexible y monitoreado usado en el contexto de una relación colaborativa médico/paciente es la clave para el manejo del VIH como enfermedad crónica.

Una información completa acerca de los tratamientos se encuentra disponible, además de papeles de discusión sobre temas relacionados. Solamente tienes que pedir el “paquete de tratamiento”. Puedes obtener la última información sobre estos y otros importantes asuntos de tratamiento llamando a la Infólnea de Project Inform. También, hay otras muchas revistas y boletines para personas con VIH/SIDA.



el resumen

- › La infección del VIH no es una sentencia de muerte; tú estarás bien por un tiempo, sin importar lo que suceda.
- › Tú puedes adquirir poder sobre tu VIH aprendiendo cómo funciona.
- › Aprende a evaluar tu salud y entender las pruebas de laboratorio comunes.
- › Familiarízate con el modelo de 5 pasos de Project Inform (páginas 8 y 9).
- › Entérate de tus opciones de tratamiento.
- › Desarrolla una estrategia de tratamiento que tenga sentido para ti.

Project Inform provee más de un centenar de publicaciones orientadas a facilitar la comprensión acerca de cómo vivir con la enfermedad del VIH, las distintas terapias médicas, los adelantos en las investigaciones y los asuntos relacionados con las políticas gubernamentales. Todas estas publicaciones se consiguen de manera gratuita a través de la Infolínea de Project Inform en el 1-800- 822-7422 o en Internet en www.projectinform.org.

Muestras sobre información acerca de tratamientos:

PI Perspective
Los análisis de sangre
Interacción entre los medicamentos
La tuberculosis y la enfermedad del VIH



Muestras sobre información acerca de estrategias para el cuidado de la salud:

Como lidiar con los efectos secundarios de los medicamentos
Como tomar una buena decisión sobre las terapias
Cuadro de seguimiento personal
Estrategias sobre cuándo iniciar la terapia contra el VIH

Muestras sobre información específica para mujeres:

Positiva? Cómo se siente?
Embarazo y el VIH
La candidiasis vaginal
Wise Words

Muestras sobre información acerca de políticas gubernamentales:

TAN (Treatment Action Network) Updates (en inglés)
Grassroots Advocacy 101 (en inglés)

Sí, deseo ayudar a Project Inform a mantenerse al frente de la información sobre los tratamientos para el VIH.

- Adjunto está mi promesa de donación (Pledge Partner):
(\$40 o más al mes durante un año le otorga la membresía a Partners in Hope)
- Adjunto está mi donación: \$35 \$50 \$100 \$250 Otro \$ _____
- Adjunto está mi donación como miembro de Partners in Hope: \$500 \$1,000 \$2,500 Otro \$ _____
- En Honor de / En Memoria de: (marque uno) _____

DIRECCIÓN

Nombre _____

Dirección _____

Esta es una nueva dirección.

Ciudad _____

Estado _____

Código Postal _____

Email _____

Fax _____

RETRIBUCIÓN

Marque uno: **CHEQUE**



Tarjeta de credito # _____

Fecha de vencimiento _____

Nombre en la tarjeta _____

Teléfono _____

Firma _____

FACT