

GUÍA DE TRATAMIENTO ANTIRRETROVIRAL PARA PACIENTES



GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA

Índice

-  **Guía de tratamiento**
-  **Tratamiento**
-  **Medicamentos I**
-  **Prevención**
-  **Recomendaciones al viajero**
-  **Mujer y VIH**
-  **Alimentación**
-  **Consejos**
-  **La hepatitis C**
-  **Medicamentos II**

Edita: Conselleria de Sanitat
Generalitat Valenciana

Dep. Legal: V-4152-2003

Imprime: GRAFIMAR, Coop. V.

Guía de Tratamiento

Los fármacos antirretrovirales han demostrado una gran eficacia frente a la infección por el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) causante del sida. Consiguen dificultar la replicación del virus hasta tal punto que mejora la calidad de vida de los pacientes infectados y evitan la progresión de la enfermedad convirtiendo la infección VIH en una enfermedad crónica.

Sin embargo, debe saber que su actitud frente a la enfermedad y su compromiso con el tratamiento son decisivos para su salud.

Esta guía pretende transmitirle los conocimientos básicos sobre la infección por el VIH y su tratamiento. No olvide que cada persona es única y necesita una medicación que se adapte a sus necesidades. Es importante que confíe en el equipo que le atiende: personal de enfermería, farmacéutico, psicólogo y especialmente en su médico; ellos le conocen como enfermo y como persona y, como usted, lo que más desean es vencer la enfermedad.

Algunos enfermos en tratamiento antirretroviral no obtienen los beneficios esperados por tener dificultades para tomar las dosis de medicamentos indicadas y seguir adecuadamente el tratamiento. **Uno de los objetivos de esta guía es ayudarle a superar, en lo posible, estas dificultades.**

¿Qué entendemos por cumplimiento o adhesión al tratamiento?

- Acudir a las consultas con el médico, a los análisis y las revisiones.
- Tomar la medicación prescrita de la forma indicada.
- Atender los consejos del médico: mantener un estilo de vida saludable, cuidar la alimentación y evitar el consumo de drogas, alcohol y tabaco.

Guía de Tratamiento

El cumplimiento adecuado del tratamiento va a depender de:

- Los conocimientos que tienen sobre la infección por VIH, su evolución, el tratamiento y sus efectos secundarios.
- Las expectativas con respecto al tratamiento, es decir, lo que se puede esperar del tratamiento.
- La confianza en el equipo que le trata.
- El apoyo de las personas que le rodean.
- Su propia capacidad para hacer frente a la enfermedad.

No debe preocuparse si al principio todo le parece demasiado difícil. Puede y debe comunicar al equipo sanitario preocupaciones tales como:

- Sus dudas sobre la eficacia del tratamiento.
- Las experiencias ligadas a la enfermedad en usted o en personas cercanas.
- Los temores a las repercusiones de la enfermedad y de su tratamiento en su vida social o laboral.
- Cualquier otra duda, dificultad o temor.

¿QUÉ ES EL SIDA?

SIDA significa Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida. Se refiere a la situación en que se encuentra una persona infectada por el VIH con una inmunodepresión grave (que tiene la mayoría de las defensas destruidas) y, por lo tanto, expuesto a una serie de enfermedades que pueden aparecer (llamadas infecciones oportunistas) como consecuencia de la progresiva destrucción del sistema inmunológico. Estas infecciones aparecen muy raramente en las personas con defensas normales.

Guía de Tratamiento

El término SIDA no es sinónimo de infección por VIH. Se dice que una persona tiene sida cuando además de estar infectado por el VIH ha tenido una enfermedad oportunista (existe una lista que dice cuáles son estas enfermedades). Se trata del estadio final de la infección, cuando se ha llegado a destruir la mayoría de las defensas.

Sin embargo tener sida no significa que no haya remedio. El tratamiento actual es tan eficaz que, una vez controlado el virus, puede revertir el número de linfocitos CD4 (defensas) hasta una cifra próxima a la normalidad o, al menos, hasta donde no haya apenas riesgos.

¿CÓMO ES EL VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA?

Los virus son agentes infecciosos que son incapaces de vivir por sí mismos. Necesitan entrar en las células y utilizar sus órganos para sobrevivir y multiplicarse. Su estructura es sencilla: constan de un ácido nucleico (ARN o ADN) que codifica la información genética del virus y una cubierta o envoltura glicoproteica que, además de protección, facilita su penetración en las células que van a infectar.

El virus responsable del sida pertenece a la familia de los **retrovirus**. Su ácido nucleico es ARN, e infecta principalmente las células del sistema inmunitario llamadas linfocitos **T CD4 (o linfocitos T4)** a las que destruye progresivamente. Uno de sus enzimas (sustancia que ayuda a que se produzca una reacción química en el organismo) más importante es la **transcriptasa inversa**, que se encarga de hacer una copia de ADN (ácido nucleico de los linfocitos) a partir de ARN vírico (pasar del ARN al ADN sólo lo pueden hacer los retrovirus y es lo contrario de lo que ocurre con las demás células). Este ADN viral se integra en el

Guía de Tratamiento

ADN de la célula infectada (se llama entonces provirus) y así permanece durante cierto tiempo en silencio. Más adelante se multiplicará gracias a los sistemas de la propia célula, destruyéndola.

En la cubierta del VIH, se encuentran unas proteínas (glicoproteínas) que permiten al virus, en primer lugar, fijarse a las células y luego entrar en ellas; parte de estas proteínas son las que estimulan la respuesta inmunitaria del organismo frente al virus. El resultado de esa respuesta es la aparición de los anticuerpos.

¿CÓMO ACTÚA EL VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA?

Cuando el virus está activo, se multiplica y hace copias de sí mismo, pero estas copias no son exactamente iguales al virus que produjo la infección inicial ya que va evolucionando produciendo variantes que se llaman cuasi-especies. Los distintos componentes del VIH se forman y se unen en el interior de las células infectadas con la ayuda de otro enzima llamado **proteasa**. Las células infectadas y repletas de virus terminan por morir rompiéndose y liberando gran cantidad de virus que infectan a otros linfocitos CD4 repitiendo el ciclo vital del virus (Fig. 1). Con el tiempo los linfocitos CD4 se van destruyendo, se reduce su número total y aumenta el riesgo de infecciones oportunistas graves (Fig. 2). En la infección VIH es importante que el número de los linfocitos CD4 sean lo más alta posible.

La cantidad de virus que se encuentra fuera de la célula, en la sangre, se mide mediante la determinación de la carga viral. La **carga viral** (cantidad de virus en cada milímetro cúbico de sangre) es variable para cada enfermo y depende de la agresividad del virus, del propio sistema

Guía de Tratamiento

inmunológico de la persona infectada (mecanismos no bien conocidos) y del estadio de la infección (más alta en estadios avanzados). La importancia de la carga viral radica en que cuanto más alta sea, destruirá más rápidamente los linfocitos CD4 y la enfermedad puede progresar. Lo más importante de la carga viral es que sea lo más baja posible y lo más baja posible es que no se llegue a detectar (**indetectable**). Este es el objetivo de tratamiento antirretroviral. Pero cuando el virus no es detectable en sangre, no quiere decir que haya desaparecido del organismo. Hasta hoy no se ha descrito ni un solo caso en que el virus se haya erradicado, es decir, curado. **Sabemos que tiende a esconderse en los llamados «santuarios», como el sistema nervioso central, hígado, bazo, ganglios, semen y fluidos vaginales.**

Como se ha dicho antes el VIH puede modificar su estructura. Para esto produce mutaciones (pequeños cambios en el ARN de su genoma) lo que dificulta que nuestro sistema inmune pueda actuar sobre él o que se pueda encontrar una vacuna eficaz y también facilita la aparición de resistencias a los medicamentos. Es importante que se tenga en cuenta que el virus varía y que **una persona infectada por el VIH puede volverse a infectar por otro VIH con una estructura algo modificada.**

El VIH tiene además otros mecanismos para destruir las defensas. Uniendo linfocitos CD4 infectados con otros que no lo están forman un acúmulo de células llamados "sincitios" que es un mecanismo de destrucción de los CD4. Otra forma consiste en que pequeñas partes del virus pueden unirse a la membrana del linfocito alterándola, por lo que el sistema inmunitario no la reconoce como propia y la ataca, destruyéndola por error.

Guía de Tratamiento

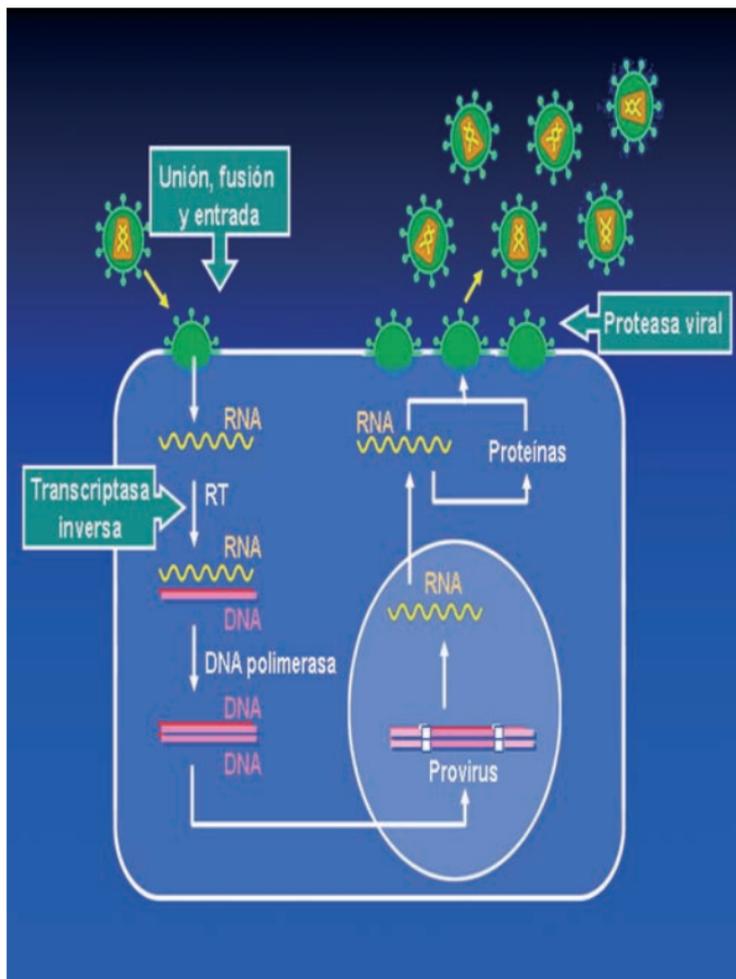


Fig. 1. Ciclo vital del virus de la inmunodeficiencia humana. El virus reconoce determinadas estructuras de la membrana celular (receptores) a los que se adhiere y penetra en la célula. Ya en el interior y gracias a la transcriptasa inversa convierte su ARN en ADN que se integra en el genoma de la célula infectada en fase de provirus. Con posterioridad el virus comenzará a replicarse formándose nuevos virus hijos y destruyendo la célula. Los medicamentos disponibles actúan sobre pasos enmarcados, pero se estudian otros con que intervendrán en otros pasos del ciclo viral

Guía de Tratamiento

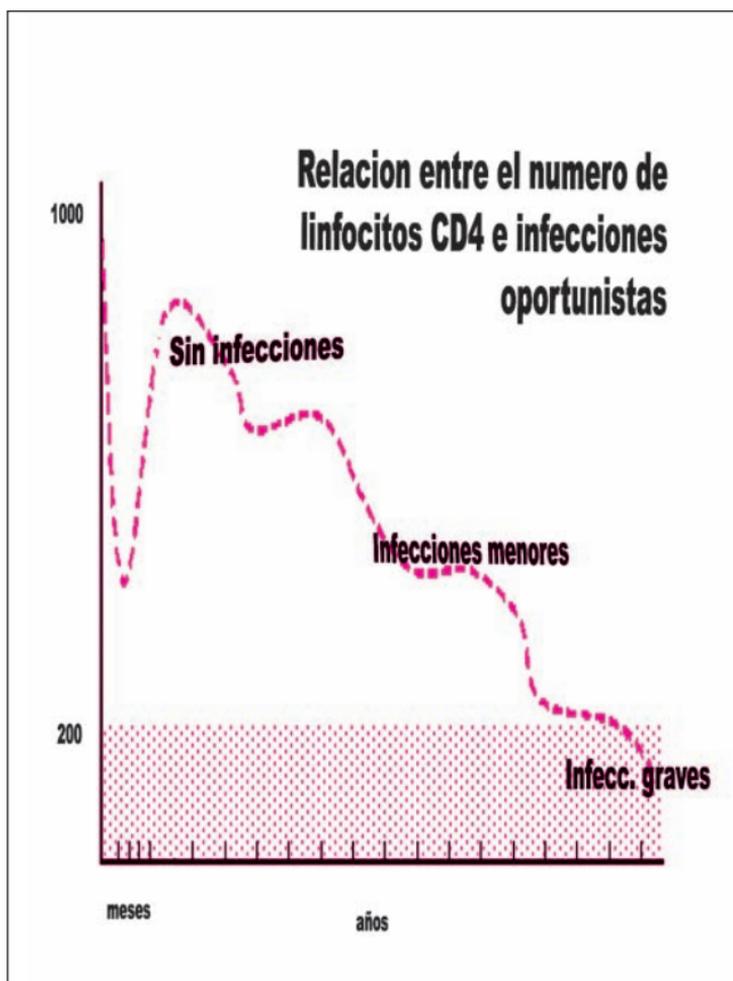


Fig. 2. En las primeras semanas tras la infección hay un descenso importante de los linfocitos CD4 (defensas) que posteriormente se recuperan y con los años van descendiendo lentamente. Al llegar a alrededor de 200 células por mililitro el riesgo de infecciones oportunistas graves es alto.

Tratamiento

TRATAMIENTO DE LA INFECCIÓN POR VIH/SIDA

Desde el descubrimiento del VIH y la aparición del sida las investigaciones se centraron en conseguir **medicamentos capaces de destruir eficazmente el virus**. Se ha logrado encontrar fármacos que alteran las fases más específicas del ciclo vital del VIH. En la actualidad, se prescriben combinaciones de fármacos que actúan en distintos puntos de su ciclo, logrando que el virus sea más vulnerable y la medicación más eficaz. Por esta razón se dan varios fármacos juntos.

Los medicamentos usados para luchar contra el VIH se llaman antirretrovirales. En España, hay disponibles más de un decena de ellos; a medida que avancen las investigaciones, su número irá aumentando .

LOS FÁRMACOS DISPONIBLES SE CLASIFICAN EN:

- **inhibidores de la fusión**
Actúan impidiendo la entrada del virus en los linfocitos CD4, al bloquear su receptor.
- **inhibidores de la transcriptasa inversa**
Actúan bloqueando la primera fase del ciclo viral. Con ellos se pretende impedir que el RNA del VIH se convierta en ADN complementario, bloqueando su replicación o multiplicación en la célula (linfocitos T CD4).
- **inhibidores de la proteasa**
Estos fármacos bloquean la segunda fase del ciclo viral. Su acción impide la formación de las proteínas que más tarde formarán parte de los futuros virus.

Tratamiento

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA TERAPIA COMBINADA?

A lo largo de los años, se ha comprobado que la mejor manera de controlar algunas enfermedades es dar simultáneamente varios medicamentos, como por ejemplo, para la tuberculosis o el cáncer. Con la infección por el VIH, sucede lo mismo.

Los estudios clínicos han demostrado que la combinación de varios medicamentos es más eficaz que el uso de uno o dos solos. Se ha visto que la terapia combinada (llamada tratamiento antirretroviral de gran actividad o TARGA) es, hoy en día, la mejor opción disponible para frenar la progresión de la infección VIH y mejorar la situación del enfermo.

¿CUÁL ES EL OBJETIVO Y EL BENEFICIO DE LA TERAPIA COMBINADA?

El objetivo de cualquier tratamiento es controlar la enfermedad y mejorar la calidad de vida del paciente.

Su médico analizará la cantidad de virus en sangre mediante una prueba llamada **carga viral**. Además estudiará **el estado de sus defensas mediante el recuento de células CD4**. Esas dos pruebas de laboratorio, entre otras, permiten evaluar cuándo empezar el tratamiento y su eficacia. Estos análisis le serán practicados antes de iniciar el tratamiento y posteriormente con la frecuencia que su médico considere oportuna.

Los resultados de estas pruebas permitirán saber si el tratamiento va bien o si hay que efectuar un cambio. Recuerde que el tratamiento, como en cualquier otra enfermedad, es individualizado y la respuesta al mismo varía de unas personas a otras

Tratamiento

Si con el tiempo la carga viral no baja, o vuelve a subir, no debe asustarse ni dejar de tomar la medicación por su cuenta. Su médico le planteará la mejor alternativa de tratamiento.

La eficacia del tratamiento se relaciona con la cantidad de medicamento que usted mantiene en su organismo en cada momento. Saltarse tomas, tomar menos pastillas, dejar de tomar algún medicamento o abandonar el tratamiento sin el previo conocimiento de su médico favorece la aparición de resistencias; es decir, que el virus se modifique y se haga resistente al antirretroviral.

Resumiendo, el empleo del tratamiento antirretroviral en combinación tiene la capacidad de:

- Reducir la cantidad del VIH en sangre (carga viral).
- Preservar y reconstituir el sistema inmunitario (linfocitos CD4).
- Retrasar o evitar la aparición de enfermedades definitorias de sida.
- Evitar la aparición de resistencias a los fármacos antirretrovirales.

¿POR QUÉ SU MÉDICO HA ELEGIDO ESTE TRATAMIENTO?

La elección del tratamiento antirretroviral siempre es individualizada. A partir de las muchas opciones disponibles su médico le indicará el tratamiento dependiendo de varios factores:

- Estadio clínico de la enfermedad.
- Recuento de células CD4.
- Carga viral.
- Perfil de resistencia.
- Posibles alternativas futuras de tratamiento.

Tratamiento

- Rutina diaria laboral, familiar, etc.
- Alergia a los medicamentos y predisposición a determinados efectos secundarios.

Con toda esta información, su médico le indicará un tratamiento que se ajuste a sus necesidades, de modo que altere lo menos posible su vida cotidiana.

Es muy importante que hable con su médico si se plantea usted estas dudas:

- ¿ Podré llevar a cabo el tratamiento?
- ¿ Seré capaz de tomarme toda la medicación sin errores?
- ¿ Toleraré mi organismo los efectos del tratamiento?
- ¿ Que dificultades tengo para seguir el tratamiento y acudir a los análisis y visitas?
- ¿ Con qué apoyos cuento yo para llevar este tratamiento adelante?

Es indispensable que conozca la eficacia del tratamiento y esté convencido de sus beneficios. **Esto exigirá por su parte un compromiso con el tratamiento, lo que a la larga es una inversión de futuro.**

INFORMACIÓN GENERAL SOBRE LOS ANTIRRETROVIRALES

El tratamiento antirretroviral no elimina el riesgo de transmisión del VIH a través del contacto sexual o por contaminación sanguínea. Por lo tanto, deberá tomar las precauciones apropiadas para evitar contagiar el virus a otras personas o reinfectarse usted con otros virus resistentes a su tratamiento (usar preservativo siempre y no compartir material de inyección si consume drogas por vía venosa).

Tratamiento

Al comenzar un tratamiento antirretroviral es muy importante que el médico y el farmacéutico sepan si usted toma alguna medicación, incluidos otros tratamientos alternativos (fitoterapia, homeopatía, naturismo), y todos aquellos medicamentos que toma o que suele tomar para procesos banales, como, dolor de cabeza, dolor menstrual, nerviosismo e insomnio.

Algunos medicamentos antirretrovirales pueden afectar a la capacidad de reacción y de concentración, así como producir somnolencia y potenciar los efectos del alcohol. Por eso, se aconseja que tenga cuidado al conducir, manejar maquinaria o realizar actividades peligrosas como subir a andamios, u otras actividades que requieran atención y puedan ser arriesgadas, sobre todo al inicio del tratamiento

RECUERDE:

1. Aunque se sienta mejor, debe seguir tomando la medicación indicada por el especialista, **sin modificarla por su cuenta**. Si toma parte de la medicación y no toda, el virus creará resistencias a esa parte que toma y disminuyen las posibilidades de futuros tratamientos.
2. Es necesario mantener un nivel estable de medicamento en la sangre para garantizar su eficacia, por lo que **es importante no saltarse ninguna toma y no interrumpir la medicación**. Si ha olvidado tomar una dosis, debe actuar según las indicaciones que aparecen en esta guía o consultar a su médico en caso de duda.
3. Consulte las fichas que se adjuntan para saber cómo tomar cada medicamento con respecto a la comida. Es muy importante seguir estas instrucciones.

Tratamiento

4. Los medicamentos se guardan en sitio fresco, seco y protegidos de la luz solar directa. No los deje cerca de una fuente de calor. No los guarde en la nevera a menos que se indique expresamente.
5. Devuelva al servicio de farmacia los antirretrovirales que le sobren.
6. Si tiene que utilizar los medicamentos cuando está en el trabajo o fuera de casa, pregunte al farmacéutico si existe un envase más cómodo o más apropiado para transportarlos de forma segura.
7. Mantenga los medicamentos fuera del alcance de los niños.
8. Es importante que aprenda el nombre de sus medicamentos, tanto el principio activo como el nombre comercial.
9. Controlar las tomas de los antirretrovirales puede ser fácil si lo convierte en algo rutinario. El farmacéutico le ayudará a planificar las tomas. Suele ser muy útil usar recordatorios como relojes con alarma o notas sujetas con imanes en la nevera.
10. **Los fármacos antirretrovirales sólo se dispensan en el servicio de farmacia del hospital.** Para obtenerlos la primera vez, debe presentar un informe clínico y una receta de medicamentos de uso hospitalario. Ambos documentos se los proporcionará su médico especialista en el hospital. Para continuar el tratamiento debe presentar la receta especial que su médico le proporcionará de forma periódica.
11. **No espere a que se le acaben los medicamentos.** Retírelos con tiempo del servicio de farmacia.

Tratamiento

USO COMPASIVO DE MEDICAMENTOS.

Si un medicamento sólo está **disponible en uso compasivo** es porque aún está siendo investigado y sus resultados son prometedores. Si su médico considera que esta es la mejor alternativa para su tratamiento, le explicará detalladamente las razones para ello, y si usted está conforme, firmará un documento a tal efecto. Con su autorización y un informe detallado, el Ministerio de Sanidad y Consumo estudiará su caso, y si lo cree conveniente autorizará el tratamiento. Se trata de un procedimiento excepcional y personalizado, por lo que implica un tiempo de espera hasta que se conozca la decisión del Ministerio, que en algún caso puede no aceptar la propuesta. Todos estos trámites tienen como finalidad garantizar su seguridad. Una vez autorizado el medicamento, el Servicio de Farmacia lo dispensará junto a los otros.

EFFECTOS ADVERSOS:

Los efectos adversos o secundarios de un medicamento son las alteraciones no deseadas que produce. Todos los fármacos pueden provocar efectos secundarios, pero esto no quiere decir que siempre tengan que aparecer. Algunos efectos secundarios aparecen al principio del tratamiento y desaparecen cuando el organismo se adapta al fármaco; otros aparecen cuando se lleva un tiempo prolongado de tratamiento.

Algunos efectos adversos importantes pueden ser graves y requieren consulta médica. Estos efectos son específicos para cada medicamento y vienen reflejados en la ficha del medicamento correspondiente que se presenta en esta guía. Su médico le advertirá cuáles son.

Si el efecto adverso persiste, aumenta su intensidad, le

Tratamiento

aparece otro síntoma que le preocupa o le resulta extraño consulte a su médico.

Los efectos secundarios más comunes al iniciar el tratamiento son:

Digestivos:

Náuseas, vómitos, molestias digestivas o dolor abdominal, ardor de estómago, acidez, flatulencia o gases, diarrea, estreñimiento, pérdida de apetito.

Sistema nervioso:

Dolor de cabeza, somnolencia, nerviosismo, ansiedad, insomnio, dificultad para dormir, mareos, sueños vívidos, pesadillas, depresión.

Otros:

Fatiga o cansancio, tos seca, debilidad muscular.

Efectos secundarios a largo plazo:

En la medida en que los pacientes han estado tomando el tratamiento durante años han ido apareciendo unas alteraciones que inicialmente no se esperaban. Se trata de cambios metabólicos o toxicidad fundamentalmente hepática. Se relacionan con la toma de tratamiento anti-retroviral (aunque algunos de ellos se encuentran en menor proporción en pacientes que no toman tratamiento) y aparecen en un número variable de enfermos. Posiblemente algunos de estos efectos (si no todos ellos) tienen un mecanismo común que actualmente se desconoce.

Las principales alteraciones que se han descrito son:

- **Diabetes o intolerancia a la glucosa.** La diabetes es una elevación de la glucosa en la sangre por falta de

Tratamiento

insulina. Se trata de una enfermedad bastante común en las personas de cierta edad y requiere tratamiento. La intolerancia a la glucosa es la situación previa a la diabetes. Se ha visto que el tratamiento, fundamentalmente los inhibidores de la proteasa, pueden producir esta alteración. Posiblemente se presente en personas que más tarde iban a ser diabéticos, pero en estos enfermos se presenta precozmente. A fin de prevenir este efecto adverso no se debe abusar de dulces o harinas refinadas.

- **Alteraciones de la calcificación de los huesos.** Se ha visto que las personas con infección por VIH tienen reducida la cantidad total de calcio en los huesos (osteopenia). No se conoce el mecanismo. Parece ser que las personas que toman tratamiento tienen un déficit de calcio todavía mayor. Actualmente no se relaciona esta alteración con nada concreto y no se sabe si a la larga podría llegar a producir osteoporosis con riesgo de fracturas óseas. En este sentido es bueno que se tome un suplemento de calcio –aumento de lácteos y derivados, si es necesario descremados– en la dieta.
- **Alteraciones lipídicas.** Se trata de elevaciones de las grasas de la sangre, bien el colesterol (hipercolesterolemia) o los triglicéridos (hipertrigliceridemia). En la población no infectada estas elevaciones se relacionan con la aparición de trombosis cerebrales o infartos de miocardio. En los enfermos VIH positivos estas complicaciones no han aparecido hasta ahora. Para evitar complicaciones de este tipo se aconseja hacer ejercicio moderado, llevar una dieta sana sin abusar de grasas (dieta mediterránea) y evitar otros factores de riesgo de infarto, el más importante el tabaco.
- **Acidosis láctica y hepatitis grasa.** En una proporción mínima de enfermos en tratamiento se puede producir esta alteración que consiste en un aumento del ácido láctico de la sangre (el que produce las agujas-

Tratamiento

tas tras un ejercicio al que no estamos habituados). Esto se debe a una alteración de las mitocondrias (orgánulos de las células) producida por los análogos de nucleósido. En las formas graves se acompaña de una degeneración grasa del hígado. Esta alteración se corrige modificando los medicamentos del tratamiento antirretroviral.

- **Lipodistrofia o alteraciones del aspecto del cuerpo.** Se trata de una alteración bastante característica que se podría resumir en que “la grasa cambia de sitio en el cuerpo”: desaparece de las piernas y nalgas, brazos y la cara y se acumula en el abdomen, mamas y detrás del cuello (joroba de búfalo). Se presenta aproximadamente en la mitad de los enfermos cuando llevan entre 1 y 2 años de tratamiento.
- Aunque el mecanismo no es del todo conocido parece ser que se trata de dos cosas distintas: lipoacumulación (aumento de la grasa) y lipoatrofia (pérdida de grasa) y cada una de ellas se relaciona con ciertas familias de fármacos. La lipoacumulación la producirían los inhibidores de la proteasa y la lipoatrofia los análogos de nucleósido debido a la toxicidad mitocondrial.
- Actualmente se están estudiando fármacos para tratar estas alteraciones, pero como no se conoce el mecanismo exacto no hay indicaciones concretas. Es difícil aconsejar hábitos de vida para prevenirlas, pero mantener el peso ideal y hacer ejercicio parece reducir la lipoacumulación.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS

La medicación antirretroviral puede interactuar con otras medicamentos que esté tomando, de manera que se afecten mutuamente alterando su efectividad o potenciando su toxicidad. Ello se debe a que utilizan la

Tratamiento

misma vía de metabolización hepática, el llamado Citocromo P-450, cuya función puede ser bloqueada o estimulada. Esto es cierto con algunos inhibidores de la proteasa o inhibidores no nucleósidos de la transcriptasa inversa. Es fundamental que su médico conozca todas las medicaciones que habitualmente tome.

Su médico debe saber si está tomando alguno de estos medicamentos.

- **Sildenafil (Viagra®)**

Especialmente si toma inhibidores de la proteasa no debe tomar Viagra® por su cuenta, ya que posiblemente aumente su toxicidad. Su médico debe ajustar la dosis.

- **Metadona**

Algún antirretroviral puede reducir las concentraciones de metadona en sangre, llegando a desencadenar un síndrome de abstinencia. Esto debe ser tenido en cuenta con nevirapina, efavirenz y abacavir.

En caso de que esto ocurra será necesario ajustar la dosis de metadona. Este ajuste es variable entre individuos, según el tiempo de uso y nivel de consumo previo de otros opiáceos, entre otras causas. Consulte con su médico.

- **Medicación antidepresiva y psicotropa**

Algunos pacientes con infección por VIH toman antidepresivos u otras medicaciones psicótropas para tratar el nerviosismo la ansiedad y el insomnio. Estos medicamentos utilizan la vía metabólica del citocromo P-450 y es posible que interaccionen con la medicación antirretroviral. Por tanto, es preciso un control estrecho cuando se combinan fármacos psicoactivos con antirretrovirales. No debe medicarse por su cuenta para el nerviosismo, insomnio o depresión. Si acude usted a un psiquiatra debe informarle de la medicación antirretroviral que está tomando. Si se le prescribe algún medicamento póngalo en conocimiento del médico que está tratando.

Tratamiento

- **Hierba de San Juan o hipérico**

Cada vez es mas popular el uso de suplementos dietéticos ó productos que contienen mezclas de extractos de plantas. Los pacientes no consideran que son medicinas (se dice que por ser “naturales” no hacen daño) y, por ello, no suelen comunicar al médico. Sin embargo, este tipo de hierbas actúan como verdaderos fármacos y en absoluto son inocuos. **Debe usted informar a su médico si toma algún producto de herboristería.** Un caso bien claro es el de la hierba de San Juan o hipérico, utilizada como sedante y antidepresivo que induce la función del citocromo P450 y cuando se toma con ciertos antirretrovirales disminuyen sus niveles en sangre por lo que el fármaco es ineficaz. Hay otras formulaciones “naturales” que afectan la actividad del hígado ó del riñón.

Por tanto, mucho cuidado con las formulaciones naturópatas y en cualquier caso, no deje de informar a su médico.

Medicamentos I

MEDICAMENTOS ANTIRRETROVIRALES

- **Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos:**

Principio activo	Nombre comercial
Zidovudina, ZDV	Retrovir®
	Zidovudina Combinopharm®
Lamivudina, 3TC	Epivir®
Zidovudina, ZDV combinado con Lamivudina, 3TC	Combivir®
Abacavir, ABC, combinado con Lamivudina, 3TC y AZT, Zidovudina	Trizivir®
Abacavir, ABC	Ziagen®
Estavudina, d4T	Zerit®
Didanosina, Ddl	Videx®
Zalcitabina, ddC	Hivid®

- **Inhibidores de la transcriptasa inversa no nucleósidos:**

Principio activo	Nombre comercial
Nevirapina	Viramune®
Efavirenz	Sustiva®

- **Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleótidos:**

Principio activo	Nombre comercial
Tenofovir	Viread®

Medicamentos I

- **Inhibidores de la proteasa:**

Principio activo	Nombre comercial
Saquinavir, SQV	Invirase® Fortovase®
Ritonavir, RTV	Norvir®
Indinavir, IDV	Crixivan®
Nelfinavir, NFV	Viracept®
Amprenavir, APV	Agenerase®
Lopinavir/ritonavir, LPV/RTV	Kaletra®

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ZIDOVUDINA.**

Otros nombres: **AZT,ZDV**

Nombre comercial: **Retrovir.**

Laboratorio: GlaxoSmithKline 91 80 70 301

Forma de dosificación: 100 mg, 250 mg (cápsulas); 300 mg (comprimidos); 10 mg/ml 200 ml frasco (solución)

Nombre comercial: Zidovudina Combinopharm.

Laboratorio: Combino Pharm 932128194

Forma de dosificación: 100 mg, 250 mg, 300 mg (cápsulas); 300 mg (comprimidos); 10 mg/ml 200 ml frasco (solución)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas, comprimidos y en forma de solución (líquido), de uso pediátrico, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome las cápsulas enteras y con un vaso lleno de agua, con alimentos o sin ellos. Si toma la solución de zidovudina utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Medicamentos I

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietético o producto de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- palidez cutánea,
- dolor muscular,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,
- llagas en la boca.

Debe tener cuidado con el sol pues este medicamento puede producir reacciones importantes en la piel con la exposición al sol (fototoxicidad). Utilice cremas protectoras con pantalla total, evitando la exposición directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **LAMIVUDINA.**

Otros nombres: **3TC.**

Nombre comercial: **Epivir.**

Laboratorio: GlaxoSmithKline 91 80 70 301

Forma de dosificación: 150 mg, 300 mg (cápsulas); 10 mg/ml, 240 ml frasco (solución)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos y en forma de solución (líquido), de uso pediátrico, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome los comprimidos con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos. Si toma la solución de lamivudina utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Desechar el frasco con la solución oral transcurrido 1 mes desde que se abrió por primera vez.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos

Medicamentos I

dietético o producto de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- palidez cutánea,
- dolor de estómago,
- dolor muscular,
- sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,
- llagas en la boca.
- insomnio, dificultad para dormir,
- depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ZIDOVUDINA**
combinado con **LAMIVUDINA**.
Otros nombres: **AZT/ 3TC**

Nombre comercial: **Combivir**.
Laboratorio: GlaxoSmithKline 91 80 70 301
Forma de dosificación: Zidovudina 300 mg, combinado con Lamivudina 150 mg (comprimidos)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome los comprimidos con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- palidez cutánea,
- dolor de estómago,
- dolor muscular,
- sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,
- llagas en la boca.
- insomnio, dificultad para dormir,
- depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa.

Debe tener cuidado con el sol pues este medicamento puede producir reacciones importantes en la piel con la exposición al sol (fototoxicidad). Utilice cremas protectoras con pantalla total, evitando la exposición directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ZIDOVUDINA**
combinado con **LAMIVUDINA** y con **ABACAVIR**
Otros nombres: **AZT/ 3TC/ ABC.**

Nombre comercial: **Trizivir.**

Laboratorio: GlaxoSmithKline 91 80 70 301

Forma de dosificación: Zidovudina 300 mg, combinado con Lamivudina 150 mg y con Abacavir 300 mg (comprimidos)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día. Tome los comprimidos con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma alcohol, cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- palidez cutánea,
- dolor de estómago, náuseas, vómitos o diarrea
- dolor muscular, fiebre, escalofríos

Medicamentos I

- sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies,
- respiración entrecortada, dolor de garganta o tos
- llagas en la boca.
- insomnio, dificultad para dormir,
- depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa.

Trizivir contiene Abacavir y por tanto debe saber:

Abacavir puede provocar una reacción de hipersensibilidad o reacción alérgica grave para su salud. Esta reacción aparece normalmente en las primeras seis semanas de tratamiento y empeora al continuarlo. Si se reconoce a tiempo su aparición no hay por que preocuparse. Consulte a su médico INMEDIATAMENTE si nota cualquiera de los síntomas anteriormente señalados ya que pueden alertar sobre la aparición de esta reacción alérgica:

Su médico valorará si estos síntomas son debidos a la reacción de hipersensibilidad o a otras causas y si debe o no interrumpir el tratamiento con este medicamento, pero usted no debe dejarlo por su cuenta. Si su médico interrumpe el tratamiento con Trizivir, JAMAS vuelva a tomarlo ya que puede significar un riesgo importante para su salud. Tampoco podrá tomar Ziagen ya que también contiene Abacavir. DEVUELVA a su farmacéutico todo el medicamento que no haya utilizado para su adecuada eliminación.

Es importante tomar Trizivir de forma regular dado que la ingesta irregular incrementa el riesgo de reacciones de hipersensibilidad. El envase de este medicamento contiene una tarjeta informativa sobre esta reacción alérgica, que debe separar y llevar siempre consigo.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos

Nombre genérico: **ABACAVIR**

Otros nombres: **ABC.**

Nombre comercial: **Ziagen.**

Laboratorio: GlaxoSmithKline 91 80 70 301

Forma de dosificación: 300 mg,(comprimidos), 20 mg/ ml, 240 ml frasco (solución)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos y en forma de solución (líquido), de uso pediátrico, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome los comprimidos enteros con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos. Si toma la solución de abacavir utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Desechar el frasco con la solución oral transcurridos dos meses desde que se abrió por primera vez.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 h para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma alcohol, cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Este medicamento puede provocar una reacción de hipersensibilidad o reacción alérgica grave para su salud. Esta reacción aparece normalmente en las primeras seis semanas de tratamiento y empeora al continuarlo. Consulte a su médico INMEDIATAMENTE si nota cualquiera de los siguientes síntomas, que pueden alertar sobre la aparición de esta reacción alérgica:

- fiebre
- erupción cutánea, enrojecimiento y/o picores
- náuseas o vómitos o diarrea o dolor abdominal
- gran cansancio o dolores o malestar general
- respiración entrecortada, dolor de garganta o tos.

Su médico valorará si estos síntomas son debidos a la reacción de hipersensibilidad o a otras causas y si debe o no interrumpir el tratamiento con este medicamento. Si su médico le indica que interrumpa el tratamiento con abacavir, JAMAS vuelva a tomarlo ya que puede significar un riesgo importante para su salud, y DEVUELVA a su farmacéutico todo el medicamento que no haya utilizado para su adecuada eliminación.

Es importante tomar Ziagen de forma regular dado que la ingesta irregular de Ziagen incrementa el riesgo de aparición de reacciones de hipersensibilidad.

El envase de este medicamento contiene una tarjeta informativa sobre esta reacción alérgica, que debe separar y llevar siempre consigo.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ESTAVUDINA.**

Otros nombres: **d4T.**

Nombre comercial: **Zerit.**

Laboratorio: Bristol Myers-Squibb 91 456 53 00

Forma de dosificación: 40 mg, 30mg, 20 mg, 15mg (cápsulas). 1mg/ml, 200ml frasco (solución).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y en forma de polvo para preparación de una solución (líquido), de uso pediátrico, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome los comprimidos enteros con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos. Si toma la solución de estavudina utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Después de preparar la solución de administración oral debe conservarla en nevera y desecharla transcurrido un mes desde que la preparó.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Medicamentos I

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- fiebre o escalofríos,
- dolor muscular o de articulaciones,
- dolor abdominal intenso, en cinturón,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos

Nombre genérico: **DIDANOSINA**

Otros nombres: **ddl**

Nombre comercial: **Videx.**

Laboratorio: Bristol Myers-Squibb 91 456 53 00

Forma de dosificación: 400 mg, 250 mg, 200 mg, 125mg (cápsulas); 10 mg/ ml, 400 ml, 200 ml, frasco (solución)

La solución debe conservarse en nevera

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y en forma de polvo para preparación de una solución (líquido), de uso pediátrico para administración por vía oral. Suele tomarse cada 24 horas, es decir, una vez al día.

Después de preparada la solución de administración oral debe conservarla en nevera y desecharla transcurrido un mes desde que se preparó.

Instrucciones especiales:

Tome las cápsulas enteras y con un vaso lleno de agua. Si toma la solución, utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta. Este medicamento debe tomarse con el estómago vacío, es decir: **una hora antes de tomar cualquier alimento o, dos horas después de haberlo tomado.**

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de

Medicamentos I

12 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- fiebre o escalofríos,
- llagas en la boca.
- dolor muscular,
- dolor abdominal intenso, en cinturón,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ZALCITABINA.**

Otros nombres: **DDC,ddc, dideoxicitidina.**

Nombre comercial:**Hivid.**

Laboratorio: Roche 91 324 81 00

Forma de dosificación:0,75mg (comprimidos)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral. Suele tomarse cada 8 horas, es decir, tres veces al día.

Tome los comprimidos con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 4 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- palidez cutánea,
- dolor muscular,
- sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies,
- fiebre, escalofríos o dolor de garganta,
- llagas en la boca.
- insomnio, dificultad para dormir,
- vértigo, mareo intenso.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa no nucleósidos.

Nombre genérico: **NEVIRAPINA.**

Nombre comercial: **Viramune.**

Laboratorio: Boehringer Ingelheim 93 404 51 00

Forma de dosificación: 200mg (comprimidos); 10 mg/ ml, 240 ml, frasco (suspensión)

¿ Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y en forma de suspensión (líquido) para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome los comprimidos enteros con un vaso lleno de agua, con o sin alimentos. Si toma la suspensión de nevirapina utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Importante: el tratamiento se inicia con un solo comprimido al día durante 14 días, transcurrido este plazo se toma dos veces al día.

¿ Que debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Medicamentos I

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Que efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, picor o enrojecimiento de la piel (exantema).
- fiebre
- heces de color claro, blancas
- orina oscura

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa no nucleósidos.

Nombre genérico: **EFAVIRENZ.**

Nombre comercial: **Sustiva.**

Laboratorio: Bristol Myers-Squibb 91 456 53 00

Forma de dosificación: 600mg,200mg, 100 mg, 50 mg (cápsulas).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas para administración por vía oral. Suele tomarse cada 24 horas, es decir, una vez al día, preferiblemente antes de acostarse, con o sin alimentos, Si se toma con alimentos deben evitarse aquellos que sean muy grasos.

¿Que debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si faltan menos de 12 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Que efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- mareo,
- temblor,

Medicamentos I

- agitación,
- somnolencia,
- insomnio,
- pesadillas,
- confusión,
- falta de concentración,
- pérdida de memoria,
- trastornos de la personalidad,
- depresión mental,
- tristeza inhabitual,
- pérdida de motivación,
- preocupación muy intensa,
- alucinaciones y euforia,
- erupción cutánea,
- enrojecimiento y picor (exantema).

Estos síntomas pueden aparecer e la primera fase de tratamiento y suelen desaparecer en el plazo de 2 a 4 semanas sin necesidad de interrumpir el tratamiento.

Si a la mañana siguiente se encuentra muy mareado, confuso o somnoliento, puede adelantar unas horas la toma de efavirenz, por ejemplo en la cena (ligera y con pocas grasas).

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleótido

Nombre genérico: **TENOFOVIR**

Nombre comercial : **Viread**

Laboratorio : Gilead 91 378 98 30

Forma de dosificación : 300 mg (comprimidos).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral. Suele tomarse cada 24 horas, es decir una vez al día junto con alimentos.

Los comprimidos deben tragarse enteros, con un vaso lleno de agua.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible acompañada de alimento. No obstante, no la tome si faltan menos de 12 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- cansancio, debilidad, confusión
- dolor de cabeza, mareo
- dificultad para respirar
- diarrea
- flatulencia
- náuseas o vómitos
- tono amarillento en la piel o en los ojos

Viread puede producir algún efecto sobre sus riñones y disminuir la cantidad de fosfato en sangre. Niveles bajos de fosfato de forma prolongada podrían causar dolor y anomalías óseas. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Tenofovir es sensible a la humedad; por eso debe conservarlo en el envase original y bien cerrado. No retire la cápsula desecante del interior del frasco, ni la ingiera. Tenofovir se guarda en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **SAQUINAVIR**

Otros nombres: **SQV.**

Nombre comercial: **Invirase**

Laboratorio Roche. 91 324 81 00

Forma de dosificación: 200 mg (cápsulas duras)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas duras para administración por vía oral. Suele tomarse cada ocho horas, es decir, tres veces al día. En algunas ocasiones se toma dos veces al día.

Tome las cápsulas de saquinavir enteras. Debe tomarse con alimentos, preferentemente en las 2 horas siguientes a una comida consistente.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela cuando se acuerde, siempre que no hayan transcurrido más de 2 horas desde la última comida. Si han pasado más de dos horas de la última comida, no la tome y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Erupción cutánea
- Hemorragia o hematomas no habituales
- Palidez de piel u ojos

Saquinavir puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que se manifiesta por:

- Aumento de la sed
- Frecuente urgencia de orinar
- Debilidad
- Vértigo, mareo intenso.
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **SAQUINAVIR**

Otros nombres: **SQV.**

Nombre comercial: **Fortovase**

Laboratorio Roche. 91 324 81 00

Forma de dosificación: 200 mg (cápsulas blandas)

Conservación en nevera

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas blandas para administración por vía oral. Suele tomarse cada ocho horas, es decir, tres veces al día. En algunas ocasiones se toma cada 12 horas, es decir, dos veces al día. Tome las cápsulas de saquinavir enteras, con alimentos. Debe tomarse preferentemente en las 2 horas siguientes a una comida consistente.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela cuando se acuerde, siempre que no hayan transcurrido más de 2 horas desde la última comida. Si han pasado más de dos horas de la última comida, no la tome y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Erupción cutánea
- Hemorragia o hematomas no habituales
- Palidez de piel

Saquinavir puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que se manifiesta por:

- Aumento de la sed
- Frecuente urgencia de orinar
- Debilidad
- Vértigo, mareo intenso.
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **RITONAVIR**

Otros nombres: **RTV.**

Nombre comercial: **Norvir**

Laboratorio: Abbot Laboratories (913375200)

Formas de dosificación: 80mg/ml, 90ml frasco (solución);
100mg (cápsulas blandas).

Las cápsulas deben conservarse en nevera

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y en forma de solución (líquido) para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día. Tome las cápsulas enteras con un vaso lleno de agua. Si toma la solución, agítela bien antes de su uso. Utilice el vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Es mejor tomar este medicamento con alimento, durante las comidas o inmediatamente después (desayuno y cena). El sabor de la solución se puede mejorar mezclándola con batido de chocolate o suplementos alimenticios (Ensure® y Advera®). No lo mezcle con ningún otro líquido. También puede mejorar el sabor si lo toma después de alimentos dulces o salados.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible acompañada de alimento. No obstante, no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería.

Medicamentos I

Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Sensación de hormigueo o entumecimiento en labios, manos o pies
- Erupción cutánea

Ritonavir puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que puede manifestarse por:

- Aumento de la sed
- Frecuente urgencia de orinar
- Debilidad
- Vértigo, mareo intenso,
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **INDINAVIR**

Otros nombres: **IDV**

Nombre comercial: **Crixivan**

Laboratorio: Merck Sharp & Dohme 91 321 06 00

Forma de dosificación: 200mg, 400mg (cápsulas)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas para tomar por vía oral. Suele tomarse cada 8 horas, es decir, tres veces al día, o cada 12 horas (dos veces al día).

Tome las cápsulas de indinavir enteras y con un vaso lleno de agua, al menos 1 hora antes de las comidas ó 2 horas después. **Si lo prefiere, en lugar de agua puede tomarlo con leche desnatada o descremada, café, té, o zumo. Si este medicamento le produce molestias en el estómago, lo puede tomar con una comida ligera y de bajo contenido en grasas. Pregunte a su farmacéutico sobre las comidas que puede utilizar en las tomas de este medicamento.**

Es importante beber al menos 1,5 litros de líquidos durante el día mientras tome indinavir, para reducir el riesgo de formación de piedras en el riñón.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado una dosis tómela lo antes posible. Si lo toma cada 12 horas no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis. Si lo toma cada 8 horas, no lo tome si faltan menos de 4 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Erupción cutánea
- Dolor de espalda, de riñones, costado, de tipo cólico
- Sangre en la orina

Puede aumentar la cifra de azúcar en sangre que se puede manifestar por:

- Aumento de la sed
- Frecuente urgencia de orinar
- Debilidad
- Vértigo, mareo intenso,
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Esta situación puede requerir la retirada del medicamento para revertir esta distribución anormal de la grasa.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Indinavir es sensible a la humedad; por eso debe conservarlo en el envase original y bien cerrado. No retire la cápsula desecante del interior del frasco, ni la ingiera.

Indinavir se guarda en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidor de la proteasa.

Nombre genérico: **NELFINAVIR**

Otros nombres: **NFV**

Nombre comercial **Viracept**

Laboratorio: Roche 91 324 81 00

Forma de dosificación: 250mg (comprimidos); polvo 50 mg/ g, frasco 144 g

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Nelfinavir se presenta en forma de comprimidos y polvo de uso pediátrico para administración por vía oral. Suele tomarse, cada 8 horas, es decir, tres veces al día, o cada 12 horas, es decir, dos veces al día con una comida o tentempié. El polvo puede mezclarse en agua, leche, leche de soja, o suplementos dietéticos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado una dosis tómela lo antes posible. Si lo toma cada 12 horas no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis. Si lo toma cada 8 horas, no lo tome si faltan menos de 4 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Erupción cutánea
- Debilidad y cansancio

Nelfinavir puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que se puede manifestar por:

- Aumento de la sed
- Frecuente urgencia de orinar
- Debilidad
- Vértigo, mareo intenso,
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa

Nombre genérico: **AMPRENAVIR**

Otros nombres: **APV**

Nombre comercial: **Agenerase.**

Laboratorio: Glaxo Wellcome (91 807 03 01)

Forma de dosificación: 50 mg, 150 mg (cápsulas); 15 mg/ml, 240 ml frasco (solución)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas blandas y en forma de solución (líquido), de uso pediátrico, para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Tome las cápsulas enteras y con un vaso lleno de agua, con alimentos o sin ellos. Si toma la solución de amprenavir utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Desechar el frasco con la solución oral transcurridos 15 días desde que se abrió por primera vez

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- erupción cutánea, enrojecimiento, picor (exantema) o afectación de mucosas,
- hemorragia o hematomas no habituales,
- sensación de entumecimiento y hormigueo en labios y boca,
- depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa.

Puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que se puede manifestar por:

- aumento de la sed,
- necesidad frecuente de orinar,
- debilidad,
- vértigo, mareo intenso.

Este medicamento puede aumentar las cifras de triglicéridos y de colesterol en sangre. En estos casos, su médico le puede indicar una modificación de su dieta, o instaurar el tratamiento oportuno.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa

Nombre genérico: **LOPINAVIR/RITONAVIR**

Otros nombres: **LPV/ RTV**

Nombre comercial : **Kaletra**

Laboratorio : Abbott (telf.) 91 337 52 00

Forma de dosificación : 133,3 mg / 33,3 mg (cápsulas);
80 mg / 20 mg, por ml, 160 ml frasco (solución).

Conservación en nevera

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento es una combinación de dos inhibidores de la proteasa (lopinavir y ritonavir) que se presenta en cápsulas de gelatina blanda y en solución (líquido) para administración por vía oral. Suele tomarse cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Este medicamento debe tomarse con alimento, durante o inmediatamente después del desayuno y de la cena. Las cápsulas deben tragarse enteras, con un vaso lleno de agua. La solución debe agitarse antes de su uso. Utilice el vaso dosificador para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Si usted está tomando didanosina (Videx), deberá tomarla 1 hora antes ó 2 horas después de tomar Kaletra.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?.

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible acompañada de alimento. No obstante, no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Medicamentos I

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- diarrea
- náuseas, vómitos o dolor abdominal.
- cansancio
- dolor de cabeza
- erupción cutánea (niños)

Kaletra puede aumentar la cifra de azúcar, colesterol y triglicéridos en sangre. En estos casos, su médico le puede indicar una modificación de su dieta o bien instaurar el tratamiento oportuno.

A largo plazo se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **Emtricitabina**

Otros nombres: **FTC**

Nombre comercial: **Emtriva**

Laboratorio: Gilead (913 78 98 30)

Forma de dosificación: 200mg de emtricitabina (cápsulas duras). 10mg/ml (solución oral).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y en forma de solución para pacientes pediátricos. Se administra por vía oral.

La dosis recomendada en adultos es de una cápsula al día. Tome la cápsula entera con un vaso de agua, con o sin alimentos.

La solución oral contiene un vaso dosificador para una correcta administración.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si faltan menos de 12 horas para la próxima toma y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca una dosis.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplemento dietético o producto de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Los efectos secundarios más comunes son:

- Mareos.
- Cefaleas.
- Náuseas, vómitos, diarrea.
- Malestar general, debilidad, dolor muscular.
- Fiebre o escalofríos.

También pueden aparecer: Dificultades para dormir, pesadillas nocturnas, cambios de coloración de la piel, erupciones cutáneas, enrojecimiento y picor.

La terapia combinada de medicamentos antirretrovirales, puede producir una redistribución de la grasa corporal, con el consiguiente cambio físico.

Si padece usted algún tipo de problema renal, indíquese-lo a su médico.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Mantener fuera del alcance de los niños.

Emtriva no requiere condiciones especiales de conservación. Sin embargo debe conservarse en un sitio seco y fresco, protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ABACAVIR**

Otros nombres: **ABC**

Nombre comercial: **Ziagen**

Laboratorio: Glaxo Smith Kline (918 07 03 01)

Formas de dosificación: 300 mg (comprimidos); 20 mg/ml, 240 ml frasco (solución).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos y en forma de solución para pacientes pediátricos. Se administra por vía oral.

La dosis recomendada es de 300 mg 2 veces al día (es decir, 1 comprimido cada 12h) ó 600 mg una vez al día (es decir, 2 comprimidos juntos cada 24h).

Tome los comprimidos enteros con un vaso de agua, con o sin alimentos.

Si toma la solución de abacavir utilice un vaso dosificador o una jeringa para medir las dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible.

Si toma dos comprimidos juntos cada 24h, puede tomar la dosis olvidada cuando se acuerde, siempre que queden al menos 12h para la próxima toma. Si quedaran menos de 12h para la próxima toma, espere y tome su próxima dosis a la hora habitual.

Si su pauta habitual es de 1 comprimido cada 12h, puede tomar la dosis olvidada siempre que queden al menos 6h para la próxima toma. Si quedara menos tiempo, espere a tomar su próxima dosis a la hora habitual.

Nunca debe duplicar la dosis para compensar la olvidada.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma alcohol, cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Ziagen puede producir una reacción de hipersensibilidad o reacción alérgica, que puede manifestarse con los siguientes síntomas: erupción cutánea, dificultad para respirar, fiebre, dolor muscular, vómitos, dolor abdominal, diarrea. Esta reacción puede ser grave si se expone de nuevo al medicamento. Por tanto, si nota cualquiera de estos síntomas, debe acudir lo antes posible al médico. Él valorará si estos síntomas son debidos a la reacción de hipersensibilidad o a otras causas y si debe o no interrumpir el tratamiento con este medicamento. Si su médico le indica que interrumpa el tratamiento, debe recordar que es usted alérgico a abacavir, por lo que nunca puede volver a tomar este medicamento (Ziagen) ni ningún otro que lleve abacavir (Trizivir; Kivexa).

Esta reacción suele aparecer en las primeras seis semanas de tratamiento.

Es muy importante que tome el medicamento todos los días regularmente, dado que la toma irregular de Ziagen incrementa el riesgo de aparición de reacciones de hipersensibilidad.

El envase del medicamento contiene una tarjeta informativa sobre esta reacción alérgica, que debe separar y llevar consigo.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Ziagen debe guardarse en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

Desechar el frasco con la solución oral transcurridos dos meses desde que se abrió por primera vez.

OBSERVACIONES:

El alcohol incrementa los niveles de abacavir un 40%. Por tanto es importante que no beba alcohol ya que aumenta la cantidad de medicamento en sangre, incrementando así los probables efectos adversos.

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos.

Nombre genérico: **ABACAVIR** combinado con **LAMIVUDINA**
Otros nombres: **ABC/3TC**

Nombre comercial: **Kivexa**

Laboratorio: GlaxoSmithKline S.A (902 20 27 00)

Forma de dosificación: Cada comprimido contiene 600 mg de abacavir combinado con 300 mg de lamivudina.

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral. La dosis habitual en adultos y niños mayores de 12 años es de un comprimido al día.

Tome el comprimido entero con un vaso de agua, con o sin alimentos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si faltan menos de 12 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca una dosis. Puede incrementar el riesgo de reacciones de hipersensibilidad.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma alcohol, cualquier otro medicamento, complejo vitamínico, suplemento dietético o producto de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte con el médico si nota cualquiera de estos síntomas:

- Erupción cutánea
- Prurito, picores.

Medicamentos I

- Fiebre, sudoración.
- Dificultad respiratoria.
- Dolor de garganta o tos.
- Náuseas, vómitos, diarreas.
- Cansancio, dolor de las articulaciones, o malestar general.

Kivexa contiene abacavir y por tanto debe saber que puede provocar una reacción de hipersensibilidad (reacción alérgica). Esta reacción aparece normalmente las primeras seis semanas de tratamiento y empeora al continuarlo. Si nota cualquiera de los síntomas anteriormente descritos póngase en contacto **INMEDIATAMENTE** con su médico. Él valorará los síntomas y la acción a tomar.

Si su médico interrumpe el tratamiento, **JAMÁS** vuelva a tomarlo ya que puede significar un riesgo importante para su salud. Tampoco podrá tomar aquellos medicamentos que contienen abacavir como Ziagen o Trizivir. Devuelva al farmacéutico todo el medicamento que no haya utilizado para su adecuada eliminación.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Mantener fuera del alcance de los niños.

Kivexa no requiere condiciones especiales de conservación. Sin embargo debe guardarlo en un lugar fresco y seco, y protegerlo de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la transcriptasa inversa nucleósidos/nucleótidos.

Nombre genérico: **EMTRICITABINA** con **TENOFOVIR**

Otros nombres: **FTC/TDF**

Nombre comercial: **Truvada**

Laboratorio: Gilead (913 78 98 30)

Forma de dosificación: Emtricitabina 200 mg, combinado con Tenofovir 300 mg (comprimidos).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral.

Suele tomarse cada 24 horas, es decir, una vez al día junto con alimentos.

Los comprimidos deben tragarse enteros, con un vaso de agua. Si los pacientes tienen dificultad para tragar, Truvada puede deshacerse en aproximadamente 100 ml de agua, zumo de naranja o zumo de uva y tomarse inmediatamente.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible acompañado de alimento. No obstante, no la tome si falta menos de 12 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Reacción alérgica: picor, erupción cutánea, hinchazón, dificultad para respirar.
- Mareos, cefaleas.
- Diarrea, náuseas, vómitos, dolor de estómago, flatulencia.
- Dolor muscular, debilidad.
- Insomnio, pesadillas.
- Cambios en la coloración de la piel.
- Dolor en abdomen y espalda.
- Cambios en la orina (cantidad o frecuencia).

Truvada puede producir algún efecto sobre sus riñones y disminuir la cantidad de fosfato en sangre. Niveles bajos de fosfato de forma prolongada podrían causar dolor y anomalías óseas. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Truvada es sensible a la humedad; por esto debe conservarlo en el envase original y bien cerrado. No retire la cápsula desecante del interior del frasco, ni la ingiera. Debe guardarse en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **ATAZANAVIR**

Otros nombres: **ATV**

Nombre comercial: **Reyataz**

Laboratorio: Bristol-Myers. Squibb (914 56 53 00)

Formas de dosificación: 150 mg, 200 mg (cápsulas duras).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas para administración por vía oral.

Suelen tomarse 2 cápsulas cada 24 horas, es decir, 1 vez al día.

Trague toda la cápsula entera (no la abra), con un vaso de agua y con alimentos.

La dosis de Atazanavir puede verse afectada si está tomando también Didanosina (Videx), por lo que debe espaciarse su administración 2 horas.

Mientras toma Reyataz no tome medicamentos de origen vegetal que contengan *Hypericum perforatum* (Hierba de San Juan) y tampoco beba zumo de pomelo. Además debe evitar la administración de omeprazol.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Tome la dosis que olvidó tan pronto como lo recuerde, sin embargo, si usted tiene programado tomar la próxima dosis en las 12 h siguientes sátese aquella que no tomó y siga con la pauta de dosificación regular. No tome una dosis doble para compensar la que olvidó.

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar éste medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- náuseas, molestias estomacales, vómitos.
- dolor de cabeza, alteraciones del sueño.
- aparición de coloración amarillenta en la piel y en el blanco de los ojos.
- erupción cutánea, enrojecimiento, picor.
- dolor abdominal, diarrea.

Los pacientes afectados de hemofilia tipo A o B pueden presentar un incremento del sangrado.

Reyataz puede producir un aumento del nivel de azúcar en sangre (hiperglucemia) y se han comunicado casos de desarrollo o empeoramiento de la diabetes en pacientes que toman inhibidores de la proteasa. Su médico, valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

Con la terapia antirretroviral se puede producir a largo plazo una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico.

¿Cómo debo conservar éste medicamento?

Guarde el medicamento a temperatura ambiente, alejado del calor, la humedad y la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **FOSAMPRENAVIR**

Otros nombres: **f-APV**

Nombre comercial: **Telzir**

Laboratorio: GlaxoSmithKline (902 20 27 00)

Forma de dosificación: 700 mg (comprimidos).

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral.

Suele tomarse junto con 1 cápsula de ritonavir (Norvir) cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Trague los comprimidos enteros con un vaso de agua, con alimentos o sin ellos.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta menos de 6 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Erupción cutánea.
- Diarrea, náuseas y vómitos.
- Cefalea.
- Mareo, vértigo.
- Fatiga.

Telzir puede aumentar las cifras de enzimas hepáticas y pancreáticas; las cifras de triglicéridos, colesterol y azúcar en sangre. En estos casos, su médico le puede indicar una modificación de su dieta o el tratamiento oportuno.

Además pueden incrementarse los episodios de sangrado en pacientes con Hemofilia Tipo A y B.

A largo plazo, se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Telzir debe guardarse en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **SAQUINAVIR**

Otros nombres: **SQV**

Nombre comercial: **Invirase**

Laboratorio: Roche (913 24 81 00)

Forma de dosificación: 500 mg (comprimidos)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de comprimidos para administración por vía oral. Debe tomarse junto con RITONAVIR (Norvir), otro medicamento inhibidor de la proteasa que en este caso actúa como potenciador de saquinavir.

La dosis recomendada de Invirase es de dos comprimidos de 500 mg con una cápsula de Norvir (100 mg), cada 12 horas (dos veces al día). Invirase y Norvir se deben tomar con alimentos, es decir, dentro de las 2h siguientes a una comida.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si olvida tomar una dosis, tómela tan pronto como se acuerde, junto con algo de comida, siempre que queden al menos 6h para la próxima toma. Después continúe con la pauta habitual. En caso de que queden menos de 6h para la siguiente dosis, no la tome y espere a la siguiente toma a la hora habitual. Nunca debe tomar una dosis doble para compensar las dosis olvidadas.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales, disminuyendo su acción o aumentándola, con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte con su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

Medicamentos I

- Diarrea, náuseas, vómitos.
- Cansancio.
- Erupción cutánea.
- Hemorragia o hematomas no habituales.
- Palidez de piel, tono amarillento en los ojos.
- Dolor en manos o pies.

Saquinavir puede aumentar la cifra de azúcar en sangre, que se manifiesta por:

- Aumento de la sed.
- Frecuente urgencia de orinar.
- Debilidad.
- Vértigo, mareo intenso.
- Molestias en la visión, visión borrosa, pérdida de visión.

Además puede aumentar las cifras de colesterol y triglicéridos en sangre.

En estos casos su médico le indicará si es oportuno una modificación de su dieta o de su tratamiento.

A largo plazo, puede producir cambios en la distribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de cambios en el aspecto físico.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Invirase debe guardarse en sitio fresco, seco y protegido de la luz directa.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **TIPRANAVIR**

Otros nombres: **TPV**

Nombre comercial: **Aptivus**

Laboratorio: Boehringer Ingelheim Internacional (934 04 51 00)

Forma de dosificación: 250mg (cápsulas blandas)

Conservación en nevera.

¿Cómo debo tomar esta medicación?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas para administración por vía oral. Siempre debe administrarse junto a RITONAVIR (Norvir), otro medicamento inhibidor de la proteasa que en este caso actúa como potenciador de tipranavir.

La dosis recomendada de Aptivus es de dos cápsulas junto con otras dos cápsulas de Norvir cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Aptivus y Norvir se deben tomar con alimentos, esto es, dentro de las 2h siguientes a una comida.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela cuanto antes, junto con alimento, siempre que queden más de 6 h para la próxima dosis. En caso de que queden menos de 6 h para la siguiente dosis, no la tome y espere a la siguiente toma a la hora habitual. Nunca debe duplicar la dosis.

Recuerde

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

Medicamentos I

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte con su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Exantema o erupción, prurito.
- Dolor de cabeza.
- Trastornos gastrointestinales: diarrea, náuseas, vómitos.
- Fatiga.
- Cambios en la cantidad, frecuencia, y color de la orina.
- Deposiciones claras.
- Color amarillento de la piel o de los ojos.

Aptivus puede aumentar los niveles de triglicéridos, colesterol y de azúcar en la sangre. En estos casos su médico le indicará si es oportuno una modificación de su dieta o de su tratamiento.

A largo plazo puede causar cambios en la distribución de la grasa corporal (lipodistrofia), que suele acompañarse de cambios en el aspecto físico.

Es conveniente utilizar cremas para protección solar durante el tratamiento con tipranavir, debido a que la piel se vuelve más sensible a la acción del sol.

¿Cómo debo conservar este medicamento?

Aptivus debe conservarse en la nevera (entre 2°C y 8°C). Conservación durante el uso: 60 días (por debajo de 25°C) después de abrir el frasco por primera vez.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la proteasa.

Nombre genérico: **LOPINAVIR/RITONAVIR**

Otros nombres: **LPV/ RTV**

Nombre comercial: **Kaletra**

Laboratorio: Abbott (913 37 52 00)

Presentaciones:

200mg / 50 mg (comprimidos). No necesita conservación en frío.

80 mg / 20 mg, por ml, 160 ml frasco (solución oral). Conservación en nevera.

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento es una combinación de dos inhibidores de la proteasa (lopinavir y ritonavir) que se presenta en comprimidos. Suele tomarse dos comprimidos cada 12 horas, es decir, dos veces al día.

Este medicamento puede tomarse con o sin alimento. Los comprimidos de Kaletra se deben tragar enteros y no masticar, romper o machacar.

La solución oral está disponible para aquellos que tengan dificultad al tragar. Utilice las jeringuillas para medir la dosis de forma adecuada. Las cucharillas domésticas pueden no contener la cantidad de líquido correcta.

Si usted está tomando didanosina (Videx), deberá tomarla 1 hora antes ó 2 horas después de tomar Kaletra.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible no la tome si faltan menos de 6 horas para la próxima dosis y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Medicamentos I

Recuerde:

Es importante que su médico y su farmacéutico sepan si toma cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?.

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- diarrea.
- insomnio.
- náuseas, vómitos o dolor abdominal.
- cansancio.
- dolor de cabeza.
- erupción cutánea (niños).

Kaletra puede aumentar la cifra de azúcar, colesterol y triglicéridos en sangre. En estos casos, su médico le puede indicar una modificación de su dieta o bien instaurar el tratamiento oportuno.

A largo plazo se puede producir una redistribución de la grasa corporal (lipodistrofia) que suele acompañarse de un cambio en el aspecto físico. Su médico valorará la importancia de los síntomas y el tratamiento a seguir.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos I

Inhibidores de la fusión.

Nombre genérico: **ENFUVIRTIDA**

Otros nombres: **T-20**

Nombre comercial: **Fuzeon**

Laboratorio: Roche (913 24 81 00)

Formas de dosificación: Un vial conteniendo principio activo en forma liofilizada, más un vial con 2 ml de agua para inyección. Una vez reconstituido se obtiene una concentración de enfuvirtida de 90 mg/ml. Conservar en nevera después de su reconstitución si no se va a utilizar de inmediato.

¿Cómo debo tomar éste medicamento?

Fuzeon se presenta en viales conteniendo el fármaco en forma de polvo liofilizado de color blanco.

Los viales de disolvente contienen 2 ml de agua para inyección, de los cuales 1,1 ml deben extraerse para la reconstitución del polvo. Se debe desechar el volumen restante de los viales de disolvente.

Una vez reconstituido no agitar, para evitar la formación de espuma. Fuzeon no contiene conservantes. Si no se puede inyectar enseguida la solución reconstituida, debe mantenerse en el frigorífico y utilizarse antes de 24 horas. La solución reconstituida y refrigerada debe llevarse a temperatura ambiente antes de su inyección.

La dosis normal es de 1ml (90 mg) dos veces al día, es decir, de la solución reconstituida sólo deberá inyectarse 1 ml por vía subcutánea (debajo de la piel) en el brazo, abdomen o cara anterior del muslo. Cada inyección debe realizarse en un sitio diferente al de las inyecciones previas y nunca donde todavía haya reacción producida por una dosis anterior. Cada vial sirve para un sólo uso; se deben desechar las fracciones no utilizadas.

Lo mejor es que se inyecte Fuzeon a la misma hora cada día siempre que pueda.

Precauciones especiales:

Deseche todas las jeringuillas y el resto del material utilizado en el recipiente para los materiales desechables. Mantenga siempre cerrada la tapa del recipiente y colóquelo fuera del alcance de los niños.

Medicamentos I

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si olvidó usar Fuzeon inyéctese la dosis en cuanto se acuerde y vuelva al esquema habitual. Sin embargo no se inyecte la dosis olvidada si quedan menos de 6 horas para la siguiente dosis habitual, y en ningún caso debe inyectarse una dosis doble para compensar la omitida.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de los medicamentos antirretrovirales disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Reacciones en el lugar de la inyección:

picor, inflamación, enrojecimiento, dolor o sensibilidad, endurecimiento de la piel.

Llame inmediatamente a su médico si observa signos de infección en el lugar de la inyección, como supuración, temperatura alta, inflamación, enrojecimiento o dolor.

Otros efectos secundarios que puede producir el medicamento son:

ansiedad, fatiga, insomnio, tos, fiebre alta, respiración rápida y/o sensación de ahogo, disminución del apetito, diarrea, náuseas, dolor muscular, sensación de hormigueo, entumecimiento o dolor en manos y pies, conjuntivitis.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Prevención

LA PREVENCIÓN: ¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIRUS DEL SIDA?

El VIH se encuentra prácticamente en todas las secreciones corporales. No obstante, para que se transmita la infección es necesaria una cantidad suficiente de virus: **la sangre, las secreciones vaginales y el semen pueden contener virus en concentración elevada**. Por tanto, las vías de transmisión son:

- Por relaciones sexuales con penetración y sin preservativo.
- Por compartir agujas, jeringuillas y otros materiales de inyección (filtros, cuchara, etc.).
- Por transfusión sanguínea.
- De la madre infectada a su hijo durante el embarazo, parto o lactancia.

No olvide, una sola de las prácticas mencionadas sin protección adecuada puede conllevar la transmisión del VIH.

Las medidas de prevención del VIH dependen de la vía de transmisión de la que hablemos.

VIA SEXUAL

Siempre que se tengan relaciones sexuales con penetración (anal, vaginal u oral) y se desconozca si alguna de las personas es o no seropositiva al VIH, a la hepatitis B o si tiene una enfermedad de transmisión sexual (ETS), se debe utilizar el preservativo como método preventivo.

Padecer una ETS aumenta la posibilidad de infectarse por el VIH, tanto en aquellas que producen úlceras genitales: chancroide, herpes genital y sífilis, como las que no producen ulceraciones: gonorrea, infección clamidial, tricomoniasis y condilomas acuminados, producen una inflamación de las mucosas debilitando su capacidad protectora y por tanto tornándolas más vulnerables.

Prevención

Utilizar el condón, de manera correcta y sistemática en las relaciones sexuales con penetración, evita la transmisión del VIH y otras ETS, independientemente del número de parejas sexuales y de si éstas son casuales.

PARA EL USO DEL PRESERVATIVO TIENE QUE:



Utilizar preservativos homologados y comprobar la fecha de caducidad.

Que no hayan estado expuestos al calor, el sol y la humedad.

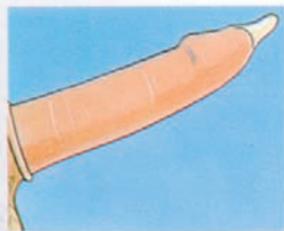


Sacarlos del envoltorio con cuidado, evitando que las uñas, los dientes o los anillos los rasguen.



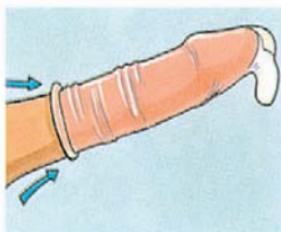
Colocarlo, antes de cualquier penetración, con el pene en total erección, sujetándolo desde la punta, vaciando el aire del depósito apretándolo con los dedos y desenrollándolo hasta la base.

Si no tiene depósito para el semen hay que dejar un espacio libre de unos 2cm. en la punta para que se almacene el eyaculado.



Retirar el pene inmediatamente después de eyacular antes de que empiece a perder la erección, sujetando el preservativo para evitar que se salga.

Prevención



Cuando se utilizan lubricantes (en el caso de la penetración anal siempre está recomendado) estos deben ser de base acuosa o geles de silicona y **nunca** de base grasa como aceites y vaselinas, ya que deterioran el látex y provocan la rotura del condón.



Una vez utilizado, se debe anudar y depositar en un contenedor de basura. Nunca debe reutilizarse, haya habido o no eyaculación.

En caso de rotura del condón, en una práctica de riesgo para la transmisión del VIH, deben acudir en busca de orientación a un Centro de Información y prevención del sida. Si existe la seguridad que una de las dos personas es VIH positiva, deben acudir a la Unidad de Enfermedades Infecciosas o Servicio de Medicina Interna donde habitualmente está siendo controlado en un plazo no superior a 24 horas. La mejora en el pronóstico de la infección por el VIH no debe hacernos bajar la guardia en el uso de las medidas de prevención indicadas previamente.

VIA SANGUÍNEA

Los derivados hemáticos (sangre o derivados) que se utilizan en el sistema sanitario han sido analizados para garantizar que no contienen ningún microorganismos transmisibles (sífilis, VIH, hepatitis, etc). Los útiles (jeringuillas, bisturís, etc) son de un solo uso o están debidamente esterilizados.

Prevención

Sin embargo, compartir material de inyección conlleva un riesgo muy alto de contagio, no solamente para el VIH, también para la hepatitis B y la hepatitis C.

Actualmente esta práctica queda circunscrita casi exclusivamente a las personas que se inyectan drogas, por las especiales circunstancias que rodean a estas prácticas, premura, necesidad, ilegalidad de la sustancia inyectada, necesidad de confraternizar entre iguales.

La infección por VIH puede producirse por el uso de un equipo contaminado con sangre infectada. Tanto la aguja, la jeringa como el recipiente donde se disuelve la heroína o la cocaína pueden estar infectados.

Si usted continúa consumiendo drogas por vía venosa debe utilizar material de inyección, jeringa y aguja, de un único uso y recipiente individual, o esterilice el material (por ejemplo con lejía) tras cada nueva utilización.

Otros utensilios que pueden haber estado en contacto con sangre infectada pueden ser las agujas de acupuntura, de tatuaje, cuchillas de afeitarse, agujas para colocar pendientes y colgantes, etc. La prevención, en este caso, consiste en la correcta esterilización de estos instrumentos.

A pesar de tener una carga viral plasmática indetectable durante meses y un número de linfocitos CD4 elevado, existe la posibilidad de transmitir el VIH durante relaciones sexuales no protegidas o por compartir material de inyección en el consumo de drogas. El VIH sigue encontrándose en el semen o en fluidos vaginales de las personas que reciben un tratamiento antirretroviral eficaz.

Reinfección:

Una persona infectada por el VIH puede infectarse de nuevo con otro virus diferente, por ejemplo, el virus de su pareja sexual. Esta nueva infección supondría una nueva agresión al sistema inmunitario agravando la evolución de la infección inicial. La nueva cepa de virus

Prevención

podría ser más agresiva. En la reinfección podría producirse una elevación de la carga viral y un descenso de los CD4. La nueva cepa del virus podría ser resistente al tratamiento actual lo que podría obligar a cambiar de medicamentos.

Para prevenir la diseminación del VIH o una sufrir una reinfección, utilice siempre preservativo en sus relaciones sexuales.

VIA PERINATAL

Toda mujer debería conocer su situación respecto al VIH antes de quedarse embarazada.

Las madres portadoras del VIH pueden transmitir la infección a sus hijos, ocurre en uno de cada cinco o seis nacimientos de madre infectada sin tratamiento.

Si usted tiene una infección por VIH y decide quedarse embarazada debe tener en cuenta la importancia de mantener un riguroso seguimiento médico del embarazo y saber que el tratamiento antirretroviral adecuado disminuye el riesgo de transmisión del VIH a su hijo o hija. El riesgo de transmisión desciende a menos del 5% en las mujeres que siguen control médico.

Si una mujer con infección por VIH se queda embarazada tiene la posibilidad de interrumpir su embarazo acogiéndose a los supuestos que contempla la ley.

En la Unidad de Enfermedades Infecciosas o Servicio de Medicina Interna donde habitualmente se le controla recibirá todo tipo de información sobre las ventajas e inconvenientes del tratamiento durante el embarazo, en el momento del parto y durante las primeras semanas de vida del recién nacido. Su médico le propondrá el tratamiento más seguro, cómodo y eficaz para disminuir al máximo el riesgo de transmisión del VIH a su futuro hijo o hija.

Prevención

EN LA VIDA Y ACTIVIDADES COTIDIANAS NO HAY NINGÚN RIESGO DE TRANSMISIÓN DEL VIH

El virus del sida no se transmite en ningún caso :



- Por darse la mano, abrazarse o besarse.



- Por las lágrimas, sudor, tos, estornudos.

- Por la ropa, los muebles o por objetos de uso común.

- Por los alimentos, los vasos o los cubiertos.

- En las piscinas, en los juegos, en las instalaciones deportivas.



- En los lugares de trabajo y los establecimientos públicos.

- Por compartir duchas, lavabos y WC.

- En los colegios, las aulas; durante los juegos escolares, ni por ningún objeto de uso común en el ámbito escolar: lápices, gomas, cuadernos, etc.



- En los transportes: autobuses, trenes y aviones.

Recomendaciones al viajero

Los viajes internacionales a destinos tropicales por motivos lúdicos, laborales o de cooperación solidaria aumentan progresivamente. En estos desplazamientos, nuestro organismo se puede enfrentar, en ocasiones, a agentes infecciosos que nunca existieron en nuestro medio, que actualmente sean poco frecuentes o están ya erradicadas. Este hecho supone que estas infecciones revistan mayor gravedad.

Las personas con infección por VIH pueden tener mayor riesgo de contraer infecciones cuando viajan a otros países, pero la mayoría pueden evitarse si se toman las precauciones adecuadas.

Por ello es imprescindible recibir **consejo sanitario especializado y personalizado** antes del viaje. Es recomendable planificar el viaje con tiempo. Son necesarias, al menos, **unas 6 semanas antes del inicio**, para que, en el caso de tener que tomar alguna medicación o vacuna esta haya comenzado a surtir efecto o se puedan valorar posibles efectos secundarios. En el caso de personas con enfermedades crónicas o que afecten al sistema inmunitario (infección por VIH, insuficiencia renal crónica, trasplante de órganos, cardiopatías, etc) resulta especialmente necesario.

Cuando usted decida realizar un viaje a una zona tropical o a un país con condiciones sanitarias deficientes **es necesario consultarlo con su médico** para tener en cuenta:

1. **Su estado inmunitario actual:** porcentaje y número de CD4. Si la situación es muy deficiente quizá se le plante la posibilidad de retrasar la partida hasta conseguir una mejoría o, en casos extremos, cambiar el destino. La causa es la contraindicación de determinadas vacunas.
2. **Características del viaje.** Los desplazamientos realizados fuera de las rutas turísticas establecidas, de larga

Recomendaciones al viajero

duración, en contacto estrecho con la población autóctona o en alojamientos no habituales («viajes de mochileros») suponen un mayor riesgo. Diferentes itinerarios ofertados en un mismo país pueden modificar de forma importante los riesgos sanitarios.

3. **Conocer la situación sanitaria del país de destino.** Se debe tener información sobre la existencia de centros hospitalarios con medios adecuados así como de la existencia de convenios entre ambos países, posibilidad de obtener fármacos, aunque **siempre se recomienda llevar medicación desde el lugar de origen**, o necesidad de visado. Pueden requerirse certificados de salud que incluyan la serología VIH. Siempre se aconseja al viajero la contratación de un seguro de viaje que cubra la asistencia sanitaria en caso de enfermedad así como la repatriación en situaciones de gravedad.
4. **Si usted está tomando medicación antirretroviral se recomienda:**
 - No iniciar ninguna pauta nueva de forma cercana al viaje para poder consultar con sus médicos habituales los posibles efectos adversos.
 - **Debe prever la cantidad necesaria de medicación para todo el viaje y , si es posible, por partida doble y distribuirla en diferentes bolsas dentro del equipaje, previniendo una pérdida del mismo.**
 - Los fármacos se deben transportar en sus formatos originales.
 - Será conveniente **contar con un informe médico** que justifique la presencia de fármacos en el equipaje. Pídale a su médico un informe y, si fuera posible, en inglés. Anote el teléfono del Hospital.
 - Si usted está tomando el indinavir, (Crixivan®) deben recordar la necesidad de ingerir gran cantidad de agua, sobre todo, en destinos tropicales.

Recomendaciones al viajero

CONSEJOS ESPECIFICOS

Prevención de enfermedades transmitidas por agua y alimentos.

Recuerde:

- El agua y los alimentos en países menos desarrollados pueden tener bacterias, virus o parásitos que pueden producirle enfermedades.
- No coma verduras crudas ni fruta que no pele usted mismo. No coma pescados-mariscos crudos o poco cocinados, carne cruda o poco hecha, huevos poco hechos, leche o derivados no pasteurizados, helados de fabricación casera, pasteles. **No coma nada que le ofrezcan los vendedores de las calles. Beba agua embotellada.** No beba agua del grifo, ni tampoco bebidas preparadas con agua del grifo, ni con hielo, ni zumos naturales no envasados.
- Algunas enfermedades merecen especial atención para el paciente VIH, como la salmonelosis o la hepatitis A en enfermos coinfectados por VIH y el virus de la hepatitis C. Si es su caso, su médico le informará.

Prevención de enfermedades transmitidas por insectos o animales

- No hay diferencias en el curso clínico o incidencia de infecciones como el paludismo y no hay suficiente experiencia en otras como la encefalitis japonesa o el dengue.
- La leishmaniasis presenta una peor evolución en pacientes inmudeprimidos pero no suele afectar a turistas con estancias cortas.
- **El viajero con infección por VIH debe utilizar repelentes eficaces que contengan como componente principal la dietiltoluamida (DEET) en una proporción del 30-35%**, así como conocer los hábitos de vida de los principales agentes transmisores favoreciendo conductas de evitación (por ejemplo las horas en las que hay mas mosquitos).

Recomendaciones al viajero

- Se debe realizar vacunación de las enfermedades en las que sea posible siempre que su médico se lo aconseje.
- **Se debe evitar el contacto con animales.**
- Respecto a la **profilaxis del paludismo** debe recibir la misma protección que los demás viajeros con algunas salvedades que su médico tendrá en cuenta.
- Sea muy prudente con los baños en ríos y lagos. Las aguas pueden estar contaminadas. Infórmese.

Prevención de las enfermedades de transmisión sexual

- **Debe utilizar siempre preservativo sea cual sea el país de destino.** Teniendo en cuenta que en muchos lugares los preservativos no serán de calidad, se deben llevar desde el lugar de origen.

El viajero con infección VIH debe conocer los síntomas de las posibles infecciones oportunistas a las que está expuesto por su propia enfermedad y a las habituales del país donde viaja, a fin de saber que actitud debe seguir en cada caso. Pregunte a su médico cómo proceder ante una diarrea con o sin fiebre, si puede usted tomar medicamentos, por su cuenta, de alivio sintomático como analgésicos y antidiarreicos y qué dosis puede usar y hasta cuándo o si es conveniente recibir atención médica en el país de destino.

VACUNAS RECOMENDADAS EN EL PACIENTE VIH:

Su médico le indicará cuales son las vacunas necesarias para usted en función de los riesgos de su viaje y de su situación inmunológica.

No olvide planificar con tiempo sus viajes y recibir consejo. Las vacunas y algunos fármacos requieren algunas semanas para ser eficaces. Del mismo modo, algunas vacunas requieren dosis de recuerdo por lo que usted deberá continuar el proceso de inmunización al regresar de su viaje. Determinados fármacos que se utilizan para la prevención de enfermedades tropicales deben tomarse durante un plazo de tiempo tras el regreso: Cumpla estrictamente todas las indicaciones de su médico al respecto.

MUJER Y VIH

La infección por el virus de la inmunodeficiencia humana en la mujer requiere algunas consideraciones especiales. Las mujeres con infección por VIH deben prestar especial atención ante los problemas ginecológicos y el embarazo. Es necesario estar pendiente de acudir a las revisiones ginecológicas y prestar atención a la aparición de algunos síntomas.

El sangrado anormal y/o la falta de menstruación.

Son situaciones frecuentes que pueden verse influidas por la pérdida de peso, la presencia de enfermedades infecciosas activas, embarazo, enfermedades del tiroides, cirrosis hepática u otras enfermedades, el abuso de drogas (incluida metadona), el uso de fármacos tales como el acetato de megestrol, el propio tratamiento antirretroviral, antidepresivos, etc. Ante estas alteraciones es necesario consultar al médico para establecer la causa y descartar que estén ocasionadas por algún medicamento.

Enfermedades de transmisión sexual

El flujo vaginal, maloliente o con picor o escozor debe ser motivo de consulta, ya que puede indicar una infección local.

Es muy importante detectar precozmente las infecciones de transmisión sexual cuyos primeros síntomas son lesiones genitales. Pueden aparecer vesículas o úlceras (frecuentemente debidas a herpes genital, caracterizado por producir dolor y escozor); úlceras no dolorosas (sífilis) o lesiones como verrugas (condilomas, debidos a un virus - papilomavirus humano- que puede causar cáncer de cuello de la matriz).

La forma de evitar adquirir o transmitir enfermedades de transmisión sexual es usando el preservativo. Su uso se aconseja siempre a la mujer VIH positiva por el riesgo de reinfección por virus resistentes incluso con la propia pareja en el caso de que también sea seropositiva.

Mujer y VIH

Controles ginecológicos

Es muy importante que las mujeres seropositivas acudan, con la regularidad que su médico le indique, a los controles ginecológicos.

Una evaluación ginecológica anual, para prevenir el cáncer de cérvix.

Una consulta si aparece cualquier síntoma que le parezca anormal.

MUJER, VIH Y EMBARAZO

Ante la posibilidad (o el hecho) de quedar embarazada se deben tomar medidas para evitar la transmisión de la infección por VIH al feto

Si usted está considerando la posibilidad de un embarazo, consulte con su médico para analizar su situación concreta y evaluar los riesgos.

El consumo de drogas, las enfermedades oportunistas o las enfermedades de transmisión sexual, pueden facilitar la transmisión del VIH o provocar el aborto espontáneo.

Tratamiento antirretroviral y embarazo:

Si usted no está en tratamiento debe tomarlo para evitar la transmisión al niño. Su médico le indicará el momento oportuno de comenzar a tomarlo.

Si ya está tomando tratamiento debe tomarlo sin fallos para evitar una subida de la carga viral.

Si usted se queda embarazada sin haberlo planificado y está tomando tratamiento debe consultar inmediatamente a su médico para que él valore el riesgo de toxicidad de los fármacos que usted está tomando.

Si padece alguna adicción (alcohol, heroína, cocaína, metadona, benzodiacepinas u otras) debe comunicarlo para prevenir un síndrome de abstinencia en el niño.

No se dará lactancia materna.

Recuerde que tiene la posibilidad de interrumpir su embarazo acogiéndose a los supuestos que contempla la ley.

Alimentación

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

En este apartado pretendemos orientarle y proporcionarle algunos consejos para que su alimentación no sea una fuente de problemas sino, al contrario, una fuente de salud.

El secreto de una buena alimentación no está en comer mucho o poco, sino en llevar una dieta variada con el aporte de nutrientes y calorías adecuados a las circunstancias.

El sexo, talla, peso, actividad física y las situaciones especiales como el embarazo, convalecencia, crecimiento o enfermedad hacen variar la cantidad necesaria de nutrientes, vitaminas, calorías y agua.

Todos los alimentos están compuestos por varios nutrientes a la vez. Por ejemplo, los lácteos contienen proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas, minerales y agua. Por ello, la leche es considerada como un alimento muy completo. No obstante, no sería suficiente para mantener una dieta equilibrada.

LOS PRINCIPALES COMPONENTES DE LOS ALIMENTOS SON:

- **Hidratos de carbono y grasas:** proporcionan energía.
- **Proteínas y minerales:** sirven para reparar y reponer los tejidos de nuestro organismo, también aportan energía pero en menor medida.
- **Vitaminas y minerales:** intervienen en múltiples funciones hormonales y metabólicas. Son esenciales para mantener los órganos y sistemas en buen funcionamiento y muy especialmente nuestro sistema de defensas.
- **Agua:** es fundamental para la vida. La adecuada hidratación es indispensable para mantener nuestras funciones vitales. Con los tratamientos antirretrovira-

Alimentación

les, en particular con indinavir, (Crixivan ®) es necesario beber entre 1 y 2 litros de agua diarios. No es necesario que la hidratación se obtenga a expensas exclusivamente de agua; sirven también zumos, infusiones, sopas, gazpachos etc.

Las calorías representan la energía obtenida por nuestro organismo a partir del metabolismo de los hidratos de carbono y de las grasas, principalmente, aunque las proteínas también contribuyen a este aporte de energía.

Una persona de complexión mediana y actividad normal gasta entre 2500 y 3000 calorías. Para cumplir con estos requerimientos es necesario consumir cada día una cantidad determinada de raciones de los tres grupos de alimentos.

Grupos de alimentos

Alimentos ricos en proteínas:

- La carne
- El pescado
- Los huevos
- Los lácteos
- Las legumbres y los frutos secos.

Estos alimentos son ricos en vitaminas del grupo B.

Es conveniente tomar en la comida y en la cena al menos una ración de carne(ternera, pollo, conejo, cordero) o pescado.

Tres o cuatro veces por semana se puede substituir la ración una ración de carne o de pescado por un huevo (preferentemente cocido).

Se recomienda tomar legumbres 3 veces a la semana. Cuando hay diarrea o dificultades de absorción deben evitarse, pues son ricas en fibras y pueden ser flatulentas.

Alimentación

Alimentos ricos en hidratos de carbono:

- patatas
- arroz
- frutas
- lácteos
- mermelada
- miel
- azúcar

Se recomienda consumir patatas, pasta o arroz 1-2 veces al día, en forma de hervido, sopas de pasta, arroces con verduras y pollo, etc.

El azúcar refinado y las bebidas azucaradas son azúcares simples. Se digieren muy rápidamente, sacian el apetito durante breve tiempo y su aporte en nutrientes es muy pobre frente a su alto aporte en calorías. Pueden estar desaconsejados o muy restringidos cuando hay alteraciones de los lípidos (colesterol, triglicéridos) o los niveles de azúcar en sangre elevados o diabetes. En esos casos su médico le indicará.

Las frutas, verduras y hortalizas son ricas en fibra, vitaminas, minerales y agua. La fibra es el residuo no absorbible que previene el estreñimiento. No son convenientes cuando hay diarrea intensa o mucho meteorismo.

Las cantidades recomendadas son 3 piezas de fruta diarias y ensalada 1-2 veces al día. Es conveniente tomar frutas de temporada, especialmente cítricos como las naranjas, ricas en vitamina C. El melón y la sandía, propios del verano, son ricos en agua, sales y minerales; son útiles para reponer el agua perdida por las altas temperaturas. Tanto el melón como la sandía deben lavarse antes de cortarlos.

Alimentos ricos en grasas:

- Aceites vegetales
- Margarina
- Mantequilla
- Manteca
- Tocino

Alimentación

Son preferibles las grasas de origen vegetal frente a las de origen animal. Las grasas son el vehículo de las vitaminas liposolubles (A,D,E, y K). Contienen ácidos grasos esenciales, que nuestro organismo sólo puede obtener mediante la dieta.

Los lácteos son ricos en grasas y según las necesidades de la dieta pueden adquirirse desnatados o semidesnatados.

Los frutos secos son ricos en grasas, proteínas y minerales (zinc, hierro, cobre, selenio); son alimentos ricos en calorías. Deben consumirse en pequeñas cantidades, siempre que la dieta lo permita.

OTRAS APORTACIONES A LA DIETA

Si su situación lo requiere y su dieta es insuficiente, o ha perdido peso, su médico valorará si es necesario proporcionarle algún suplemento dietético comercial, o complejos vitamínicos complementarios. Pero , recuerde, nunca debe tomarlos sin control médico por inocuos que le parezcan, pues no están exentos de efectos secundarios y pueden interactuar con el tratamiento que usted está tomando.

MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Los alimentos, según la forma de prepararlos y conservarlos pueden resultar peligrosos para la salud y provocar infecciones como la toxoplasmosis, salmonelosis y otras afecciones gastrointestinales

Estas infecciones pueden producirse por la incorrecta manipulación de los alimentos. Manipular los alimentos de forma adecuada y segura comienza en el momento de la compra, durante su transporte, almacenamiento, preparación cocinado y tiempo transcurrido hasta su consumo.

Alimentación

Para evitar contaminar los alimentos listos para el consumo con los alimentos crudos es necesario lavarse las manos con jabón antes de preparar cualquier alimento y, de igual manera, lavarlas tras manipular alimentos crudos como la carne el pescado o las verduras antes de continuar manipulando otro alimento ya cocinado o listo para comer. Por ejemplo, no debe utilizarse la tabla para trocear el pollo, y, sin limpiarla, proceder a cortar jamón, queso o pan o cualquier alimento listo para el consumo. Debe lavarse de igual manera y por el mismo motivo los utensilios, cuchillos o cucharas al cambiar de producto crudo a producto cocinado.

Debe evitar adquirir fruta o verdura golpeada o macerada. Toda la fruta y la verdura para consumo crudo debe ser lavada con agua y unas gotitas de lejía apta para clorar agua de bebida (está indicado en el envase de la lejía), y ser enjuagada después. Debe pelar las frutas y verduras que lo permitan, es preferible, aunque se hayan lavado perfectamente.

Al realizar la compra, adquiera los productos congelados en el último momento y guárdelos en el congelador en primer lugar, para no cortar la cadena del frío.

Para utilizarlos, descongélelos dentro del frigorífico. Nunca los vuelva a congelar.

Mantenga la nevera limpia y evite mantener alimentos preparados demasiado tiempo o las conservas abiertas que puedan desarrollar mohos.

FECHA DE CADUCIDAD DE LOS ALIMENTOS ENVASADOS

Compruebe el etiquetado de los productos y preste atención a las fechas de caducidad y consumo preferente.

Los huevos deben adquirirse envasados y etiquetados. No los compre sin el acreditado control sanitario.

Alimentación

La cáscara no debe tener grietas ni excrementos adheridos, si esto ocurre debe desechar el huevo. Lave los huevos antes de utilizarlos. No prepare mayonesa a base de huevos frescos. Cómprala envasada.

La leche y sus derivados debe adquirirse esterilizada, pasteurizada o UHT. No tome leche o derivados sin control sanitario.

Evite tomar mariscos crudos como las ostras y las almejas.

ALGUNAS ENFERMEDADES RELACIONADAS CON LOS ALIMENTOS

La toxoplasmosis, enfermedad causada por el toxoplasma gondii, es uno de los riesgos ligados a la alimentación que puede prevenirse tomando unas sencillas medidas.

Recuerde la importancia de lavar las verduras, hortalizas y frutas. La carne puede ser portadora de toxoplasma gondii, por ello no debe tomarse nunca cruda. Debe tomarse siempre cocinada "pasada".

Esta infección por toxoplasma, además de estar ligada al consumo de carne cruda y vegetales contaminados se relaciona con los gatos. Si usted tiene un gato como mascota debe consultar con el veterinario.

El resto de infecciones relacionadas con la alimentación que son ocasionadas por bacterias, aunque relativamente frecuentes, no son específicas de las personas infectadas por el VIH.

Las toxiinfecciones por salmonella, estafilococo, shigella y campylobacter pueden aparecer cuando no se toman las normas de higiene alimentaria.

CUANDO HAY POCO APETITO

Aumentar el número de comidas, disminuyendo su volumen.

Evitar alimentos de pocas calorías que corten el apetito como, por ejemplo, los refrescos.

Puede resultar conveniente disponer de alimentos preparados tales como, yogures, flanes o natillas (no caseiras) que son ricos en proteínas e hidratos de carbono y resultan fácilmente digeribles.

En verano, hay que tener en cuenta la necesidad de tomar más líquidos, especialmente con temperaturas elevadas; consumir zumos, batidos, yogures, horchatas y gazpachos puede ser de ayuda.

En invierno, sopas, cremas de verduras enriquecidas con lácteos, caldos con tapioca, sémolas, pasta, zumos y yogures.

Si este problema persiste debe consultar a su médico.

CUANDO HAY NÁUSEAS

Unas galletas o pan tostado antes de levantarse puede ayudar a evitar los vómitos.

En estas circunstancias es preferible tomar los líquidos poco a poco. Si están fríos mejor.

Es preferible aumentar el número de comidas disminuyendo su volumen.

CUANDO HAY VÓMITOS

Conviene descansar un poco antes de volver a tomar líquidos poco a poco. Especialmente si está tomando indinavir (Crixivan®).

Si son muy intensos y no permiten retener los líquidos ingeridos, debe acudir al médico.

Si el vómito se produce en menos de veinte minutos tras haber tomado sus medicamentos, estos no habrán sido absorbidos. En ese caso es necesario volver a tomarlos.

CUANDO HAY DIARREA

Evitar los alimentos ricos en fibra, las verduras crudas, frutas y alimentos con cereales integrales.

Evitar tomar carnes grasas y pescado azul.

Recomendamos: en primer lugar, reponer líquidos poco a poco, para evitar deshidratarse. Especialmente si está tomando indinavir (Crixivan®).

Recomendamos tomar alimentos de estas características:

- Puré de zanahorias.
- Arroz blanco.
- Yogures desnatados.
- Infusiones de té con limón.
- Agua sin gas.

Si la diarrea es intensa y persiste debe acudir al médico.

CUANDO HAY ESTREÑIMIENTO

Beba más líquidos (agua, zumos) y tome más alimentos ricos en fibra: frutas, verduras, legumbres, frutos secos, pan integral y cereales completos, yogures con bifidos. La fibra es la parte no digerible de los alimentos y tiene la propiedad de retener agua y aumentar el volumen de las heces, facilitando la motilidad intestinal y la consistencia adecuada de las heces.

Limite en su dieta los alimentos sin fibra o aquellos que endurecen las heces: azúcar, caramelos, quesos curados, arroz.

Haga ejercicio con regularidad; los ejercicios que involucran los músculos abdominales son muy útiles. Si no realiza ejercicio, procure dar largos paseos.

Responda inmediatamente a la necesidad de defecar; dedíquele tiempo y sea regular. Intente crear el hábito de evacuar a la misma hora.

CUANDO HAY DIFICULTADES PARA TRAGAR

Puede ser útil tomar purés líquidos enriquecidos con leche o huevo, tomar yogures y flanes (no caseros). Evitar tomar alimentos ácidos. Si la situación persiste debe consultar a su médico.

SI SU MEDICO LE DICE QUE TIENE ELEVADOS LOS TRIGLICERIDOS O EL COLESTEROL

El tratamiento antirretroviral puede producir un aumento del colesterol o los triglicéridos de la sangre.

Este trastorno metabólico, en ocasiones, necesitará medicación para su control. Pero aunque no necesite tratamiento conviene tener hábitos de vida saludables: dejar el tabaco (principal factor de riesgo de infarto de miocardio), hacer ejercicio moderado y llevar dieta variada, sana y equilibrada (con verduras, fruta, legumbres, cereales, lácteos descremados, carne, pescado blanco o azul).

Si tiene elevados los triglicéridos debe evitar:

- Bebidas alcohólicas. No tomar o reducirlas al máximo.
- Los alimentos ricos en azúcares refinados como pasteles, bollería, chocolate, mermeladas, miel, confitu-

ras, helados, flanes, natillas, cereales cubiertos de miel o azúcar y las bebidas azucaradas.

- Las grasas saturadas como mantequilla, margarina, carnes grasas, embutidos, tocino, leche entera, nata, crema.
- Lácteos y derivados enteros, sustitúyalos por productos descremados.

Si tiene elevado el colesterol debe evitar:

- Las grasas saturadas como mantequilla, margarina, carnes grasas, embutidos, tocino, leche entera, nata, crema.
- Es recomendable comer lentamente, evitar las comidas abundantes y mantener el peso ideal.

CUANDO HAY FIEBRE

Es importante mantener un buen nivel de hidratación. Esto se consigue bebiendo agua, zumos e infusiones, especialmente si toma indinavir (Crixivan®).

Para bajar la fiebre tome los medicamentos que su médico le haya indicado. Si la fiebre es muy elevada puede usar medios físicos tales como compresas de agua fría sobre la frente y no permanecer abrigado.

Si la fiebre es muy elevada o persiste más de 48 horas debe acudir al médico.

CUANDO HAY INSOMNIO.

Procure no tomar café, té o bebidas a base de cola o guaraná a partir de las cuatro de la tarde.

No se acueste sin cenar ni cene copiosamente. Procure establecer una rutina para ir a dormir.

Si el insomnio persiste consulte a su médico y no se medique por su cuenta.

CUANDO HAY PROBLEMAS EN LA PIEL.

Los tratamientos antirretrovirales pueden ocasionar sequedad de piel. Para reducir este efecto, mantenga una buena hidratación, beba agua y tome líquidos a menudo.

Para la ducha o baño use jabones grasos y cremas hidratantes corporales.

EJERCICIO FÍSICO.

Las personas que toman tratamiento antirretroviral deben intentar buscar soluciones para que el tratamiento interfiera lo menos posible en su vida.

Un buen complemento, siempre que sea posible, es la realización de ejercicio físico puesto que mejora la fuerza, y el tono muscular, facilita la movilidad articular, aumenta el apetito, favorece la reducción de las grasas y el azúcar y ayuda a mantener el peso. Aumenta la sensación de bienestar y tiene efectos favorables sobre el sueño siempre y cuando no se realice en las dos, tres horas antes de acostarse.

Hay muchas posibilidades de realizar ejercicio, algunas, como el baile son de intensidad moderada y resultan particularmente gratificantes.

En cualquier caso se deben tomar algunas precauciones. No es conveniente extenuarse ni sobreentrenarse. Se debe adaptar el consumo de calorías puesto que el ejercicio consume energía y conviene hidratarse adecuadamente, especialmente en verano y cuando tome Crixivan®.

Se debe evitar realizar ejercicio físico cuando se encuentre resfriado, con gripe o malestar, particularmente si tiene fiebre. Tras un periodo de interrupción es conveniente reiniciar paulatinamente el ejercicio.

RECUERDE:

1. Confíe en su médico y no dude en preguntar todo aquello que necesite.
2. Confíe en el tratamiento. Consulte sus dudas o temores al respecto abiertamente. No introduzca cambios por su cuenta, podría perjudicarlo. Tome todas las dosis, rebajar las dosis por su cuenta puede provocar fácilmente la aparición de resistencias.
3. Procure establecer rutinas que le ayuden a recordar las tomas. Si olvida alguna toma, consulte la ficha del medicamento. Utilice alarmas, notas con imanes en la nevera o el espejo del baño. No se desanime si al principio comete algunos olvidos.
4. Utilice calendarios y marque las tomas realizadas para detectar olvidos y para evitar duplicar las dosis.
5. Si tiene que utilizar pastilleros cuando sale de casa estos deben ser herméticos y plásticos con compartimentos. Recuerde que Crixivan® y Viread® no pueden estar mezclados con otros fármacos ni fuera de su envase.
6. Debe almacenar los fármacos en un lugar fresco, seco protegido de la luz. Evite que estén expuestos a fuentes de calor o a la humedad. La cocina, cerca de los productos para el desayuno es buen lugar si cumple con las recomendaciones anteriores. Si tiene el botiquín en el cuarto de baño este no es un buen lugar debido al exceso de humedad.
7. Los medicamentos que deben ser tomados en ayunas requieren el estómago vacío al menos media hora antes de ingerirlos, sólo con agua, no se puede tomar zumo ni leche, o dos horas después de haber tomado alimentos.

La hepatitis C

Una proporción muy elevada de enfermos infectados por el VIH lo están también por el virus de la hepatitis C.

El virus de la hepatitis C es la causa más frecuente de cirrosis hepática en nuestro medio. El 85% de los enfermos infectados por el VHC desarrollan una hepatitis crónica y prácticamente el 20 % tienen una cirrosis hepática a los 20 años de infección. Estos enfermos pueden desarrollar con el tiempo un cáncer hepático.

Lamentablemente la coincidencia de ambos virus tiene mucha importancia debido a que, aunque hay dudas sobre si el virus de la hepatitis hace que el VIH sea más agresivo (se desarrolle antes el sida), no hay ninguna duda de que el VIH hace que el virus de la hepatitis C sea mucho más agresivo y la proporción de enfermos coinfectados que desarrollan una cirrosis es más elevada y esta se desarrolla más rápidamente que en la población no coinfectada.

El trasplante hepático es el único tratamiento que tiene actualmente la cirrosis. Pero la abstención del alcohol es una medida que frena la evolución de hepatitis crónica a cirrosis. Se ha visto que el consumo elevado de alcohol en el enfermo coinfectado aumenta el riesgo de cirrosis en más de 100 veces. Además existe un tratamiento medicamentoso para la hepatitis C.

TRATAMIENTO DE LA HEPATITIS C

El tratamiento se basa en combinar dos medicamentos: el interferón (de administración subcutánea) y la ribavirina (comprimidos para administración oral).

El objetivo del tratamiento es curar la enfermedad, eliminar el virus. Esto se consigue en alrededor de la mitad de los enfermos tratados. Pero cuando no se produce la eliminación definitiva del virus se obtienen beneficios al retrasar la aparición de cirrosis y reducir la probabilidad de que aparezca un cáncer hepático.

La hepatitis C

Este tratamiento pueden causar efectos secundarios molestos. Los más frecuentes son el síndrome gripal con fiebre, dolores musculares y cansancio que disminuyen al avanzar el tratamiento. Además pueden aparecer efectos sobre el estado de ánimo: irritabilidad, ansiedad y depresión. La aparición e intensidad de los efectos adversos varía de unos pacientes a otros.

No debe tomar alcohol durante el tratamiento, puesto que es la sustancia que más se relaciona con la progresión de la enfermedad.

La dieta debe ser normal, equilibrada. Se puede realizar ejercicio físico.

Si su médico le propone el tratamiento, la mejor manera de afrontarlo consiste en estar bien informado, acudir a todas las visitas programadas y consultar las dudas. Su familia y amigos deben estar, si es posible informados acerca del tratamiento para poder apoyarle.

Medicamentos II

interferones

Nombre genérico: **PEGINTERFERON ALFA-2a**

Nombre comercial : **Pegasys**

Laboratorio : Roche 91 324 81 00

Forma de dosificación : 180 microgramos, 135 microgramos (jeringuillas precargadas)

Conservación en nevera. ¡No congelar!

¿Cómo debo administrar este medicamento?

Pegasys se presenta en jeringuillas precargadas conteniendo el fármaco en forma de solución inyectable. Se administra vía subcutánea una vez a la semana (siempre el mismo día de la semana), preferentemente por la noche antes de acostarse.

Interferón alfa pegilado se administra en combinación con Ribavirina para el tratamiento de la hepatitis C crónica.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir con su tratamiento para la hepatitis C disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor de pecho
- Depresión mental, tristeza no habitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa
- Irritabilidad, ansiedad, nerviosismo
- Insomnio
- Somnolencia
- Confusión, dificultad para la concentración, en ese caso debe tener precaución para conducir o manejar maquinaria peligrosa o realizar actividades de riesgo
- Dolor de estómago, náuseas, vómitos, fiebre
- Dificultad respiratoria
- Sangrado por la nariz
- Mareo, cansancio

Medicamentos II

- Reacción alérgica: picor, urticaria, hinchazón de los labios, cara
- Visión borrosa
- Sensación de entumecimiento u hormigueo en cara, pies y manos
- Palidez de piel

Otros efectos que pueden aparecer son la caída del cabello, pérdida del apetito y adelgazamiento.

Tras la administración del medicamento suelen aparecer síntomas muy parecidos a los de la gripe como:

- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Malestar general

Para minimizar estos síntomas puede tomar 2 comprimidos de **500mg** de Paracetamol antes de inyectarse el medicamento. Si al día siguiente persisten dichos síntomas continúe tomando 500 mg de paracetamol hasta 4 veces al día (es decir, cada 6 horas).

También puede aparecer irritación o enrojecimiento en el punto de inyección.

Precauciones

Este tratamiento puede producir malformaciones en el feto por lo que se deben evitar embarazos utilizando medidas anticonceptivas hombres y mujeres en tratamiento.

- Hasta 4 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea la mujer
- Hasta 7 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea el hombre

Tampoco debe tomarlo la mujer en periodo de lactancia.

Durante el tratamiento es importante beber líquidos de forma abundante y evitar el consumo de alcohol

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos II

interferones

Nombre genérico: **PEGINTERFERON ALFA-2b**

Nombre comercial : **Pegintrón**

Laboratorio : Schering Plough 91 567 30 00

Forma de dosificación : 50 microgramos, 80 microgramos, 100 microgramos, 120 microgramos (viales).

Conservación en nevera. ¡No congelar!

¿Cómo debo administrar este medicamento?

Pegintron se presenta en viales conteniendo el fármaco en forma de polvo liofilizado para reconstitución con agua estéril para inyección. Se administra vía subcutánea una vez a la semana (siempre el mismo día de la semana), preferentemente por la noche antes de acostarse.

Interferón alfa pegilado se administra en combinación con Ribavirina para el tratamiento de la hepatitis C crónica.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir con su tratamiento para la hepatitis C disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor de pecho
- Depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa
- Irritabilidad, ansiedad, nerviosismo
- Insomnio
- Somnolencia
- Confusión, dificultad para la concentración, en ese caso debe tener precaución para conducir o manejar maquinaria peligrosa, u otras actividades de riesgo
- Dolor de estómago, náuseas, vómitos, fiebre
- Dificultad respiratoria
- Sangrado por la nariz
- Mareo, cansancio

Medicamentos II

- Reacción alérgica: picor, urticaria, hinchazón de los labios, cara
- Visión borrosa
- Sensación de entumecimiento u hormigueo en cara, pies y manos
- Palidez de piel

Otros efectos que pueden aparecer son caída del cabello, pérdida del apetito y adelgazamiento.

Tras la administración del medicamento suelen aparecer síntomas muy parecidos a los de la gripe como:

- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Malestar general

Para minimizar estos síntomas puede tomar 2 comprimidos de 500mg de Paracetamol antes de inyectarse el medicamento. Si al día siguiente persisten dichos síntomas continúe tomando 500 mg de paracetamol hasta 4 veces al día (es decir, cada 6 horas).

También puede aparecer irritación o enrojecimiento en el punto de inyección.

Precauciones

Este tratamiento puede producir malformaciones en el feto por lo que se deben evitar embarazos utilizando medidas anticonceptivas hombres y mujeres en tratamiento.

- Hasta 4 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea la mujer
- Hasta 7 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea el hombre

Tampoco debe tomarlo la mujer en periodo de lactancia.

Durante el tratamiento es importante beber líquidos de forma abundante y evitar el consumo de alcohol.

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

Medicamentos II

nucleósido inhibidor replicación viral

Nombre genérico: **RIBAVIRINA**

Nombre comercial : **Rebetol**

Laboratorio : Schering Plough 91 567 30 00

Forma de dosificación : 200 mg (cápsulas).

Nombre comercial: **Copegus**

Laboratorio: Roche 91 324 81 00

Forma de dosificación: 200 mg (comprimidos)

¿Cómo debo tomar este medicamento?

Este medicamento se presenta en forma de cápsulas y comprimidos para administración por vía oral, cada 12 horas, es decir dos veces al día junto con alimentos (desayuno y cena).

Las cápsulas deben tragarse enteras, con un vaso lleno de agua.

Ribavirina se administra en combinación con Interferón alfa pegilado para el tratamiento de la hepatitis C crónica.

¿Qué debo hacer si olvido una toma?

Si ha olvidado tomar una dosis, tómela lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo, menos de 6 horas para la próxima dosis, y siga la pauta de dosificación regular. No duplique nunca la dosis.

Recuerde:

Informe siempre a su médico y a su farmacéutico de cualquier medicamento, complejo vitamínico, suplementos dietéticos o productos de herboristería que esté tomando. Algunos pueden interferir en el efecto de ribavirina disminuyendo su acción o aumentándola con el consiguiente peligro.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

Consulte a su médico lo antes posible si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor de pecho
- Depresión mental, tristeza inhabitual, pérdida de motivación, preocupación muy intensa

Medicamentos II

- Irritabilidad, ansiedad, nerviosismo
- Insomnio
- somnolencia
- Confusión, dificultad para la concentración, en ese caso debe tener precaución para conducir o manejar maquinaria peligrosa u otras actividades de riesgo
- Dolor de estómago, náuseas, vómitos, fiebre
- Dificultad respiratoria
- Sangrado por la nariz
- Mareo, cansancio
- Reacción alérgica: picor, urticaria, hinchazón de los labios, cara
- Visión borrosa
- Sensación de entumecimiento u hormigueo en cara, pies y manos
- Palidez de piel

Otros efectos que pueden aparecer son caída del cabello, pérdida del apetito y adelgazamiento.

Precauciones

Este tratamiento puede producir malformaciones en el feto por lo que se deben evitar embarazos utilizando medidas anticonceptivas hombres y mujeres en tratamiento.

- Hasta 4 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea la mujer
- Hasta 7 meses después de finalizar el tratamiento en el caso de que el paciente sea el hombre

Tampoco debe tomarlo la mujer en periodo de lactancia.

Durante el tratamiento es importante beber líquidos de forma abundante y evitar el consumo de alcohol

OBSERVACIONES:

.....
.....
.....
.....

