

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento



OBJETIVOS

Al final de esta unidad, las participantes podrán hacer lo siguiente:

- Definir el cumplimiento del tratamiento.
- Explicar por qué es importante el cumplimiento del tratamiento.
- Analizar regímenes de una sola tableta.
- Revisar la resistencia, las causas y la prevención.
- Analizar las seis razones principales por las que las personas omiten la medicación.
- Analizar consejos para fomentar el cumplimiento.



INSTRUCCIONES

1. Antes de que comience la sesión, organice la sala para realizar el trabajo grupal (tres grupos) con hojas de rotafolio y marcadores. Revise los videos en helpstopthevirus.com y seleccione algunos como ejemplo para presentar y reforzar el material.
2. Deles la bienvenida a las participantes.
3. Revise los objetivos de la unidad.
4. Revise las diapositivas 3 y 4 sobre la importancia del cumplimiento del tratamiento.
5. Indique la actividad grupal con la hoja de trabajo Explicación del cumplimiento y revise las respuestas.
6. Revise las diapositivas 6 a 10 sobre los medicamentos contra el VIH y las causas de resistencia.
7. Indique la actividad grupal para promover el cumplimiento mediante escucha activa.
8. Revise las diapositivas 12 a 16 sobre cómo prevenir la resistencia y por qué las personas omiten sus medicamentos contra el VIH, consejos para promover el cumplimiento.
9. Distribuya el folleto Escenarios para fomentar el cumplimiento del tratamiento e indique la actividad del escenario posible.

(continuación)



Roles C3 relacionados

Brindar asesoría y apoyo social, brindar educación e información sobre la salud apropiadas a nivel cultural, defender a las personas y las comunidades, base de conocimiento

Habilidades C3 relacionadas

Habilidades interpersonales y de construcción de relaciones, habilidades de comunicación, habilidades de defensa, educación y habilidades de facilitación



Métodos de enseñanza

Actividad grupal: cuestionarios y escenarios posibles, clase, video



Tiempo previsto

1,25 horas



Conceptos clave

Cumplimiento del tratamiento, resistencia



Materiales

- Computadora con acceso a internet y proyector
- Diapositivas de PowerPoint
- Rotafolio
- Marcadores
- Videos (opcional): <https://www.helpstopthevirus.com/hiv-education>

Folleto

- Escenarios para fomentar el cumplimiento del tratamiento
- Explicación del cumplimiento
- Técnicas de escucha activa
- Explicación del cumplimiento (guía de respuestas)

(continuación)

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento



INSTRUCCIONES *(continuación)*

10. Cierre la actividad. Para cerrar esta sesión, resalte los siguientes puntos que las CHW pueden hacer y decir a los clientes para promover el cumplimiento del tratamiento:
- El cumplimiento del tratamiento, o la capacidad de seguir el tratamiento, puede ser un desafío para las personas con VIH.
 - El cumplimiento es especialmente importante para el tratamiento contra el VIH debido al alto riesgo de resistencia al medicamento. Si una persona deja de tomar sus medicamentos y simplemente espera reanudarlos más tarde, descubrirá que estos medicamentos ya no son efectivos.
 - La clave para desarrollar un plan de cumplimiento del tratamiento es comprender que la terapia con medicamentos funciona.
 - Hay muchas razones por las cuales las personas omiten los medicamentos contra el VIH; sin embargo, la CHW puede trabajar con los clientes para apoyar y promover el cumplimiento.
 - Un pastillero de 7 días, la configuración de alertas en el teléfono y el apoyo familiar son recordatorios útiles.
 - Ayude a los clientes a cumplir con todas las citas médicas.
 - Anime a los clientes a rodearse de personas positivas.



Recursos

Council, A. *“Guidelines for the Use of Antiretroviral Agents in HIV.”* www.aidsinfo.org. 18 de enero de 2018. Consultado el 12 de febrero de 2018.

Guidelines and Recommendations: HIV/AIDS. Centers for Disease Control and Prevention. Última actualización el 19 de enero de 2018. Consultado el 12 de febrero de 2018.

HIV Treatment Guidelines. American Academy of HIV Medicine. Consultado el 12 de febrero de 2018.

Positively Aware, HIV Treatment, Prevention, and Support from TPAN, 22nd Annual HIV Drug Guide, marzo y abril de 2018.

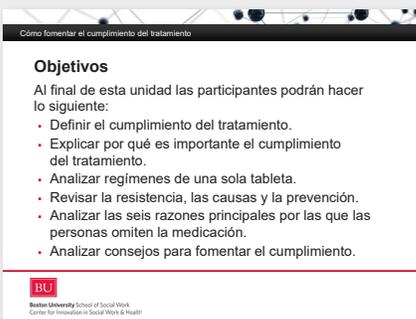
www.thewellproject.org

www.thebody.com

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2

Revise los objetivos.

Incluya a las participantes para evaluar lo que ya pueden saber sobre el tema.

- Pregunte: “¿Qué es el cumplimiento del tratamiento?”
- Pregunte: “¿Por qué creen que el cumplimiento del tratamiento es importante?”
- Pregunte: “¿Cómo pueden apoyar/promover el cumplimiento a los clientes?”



DIAPPOSITIVA 3

Revise la diapositiva.

El virus del VIH produce millones de copias de sí mismo todos los días. Los medicamentos antirretrovirales no pueden matar el virus, pero pueden evitar que se multiplique rápidamente.



DIAPPOSITIVA 4

¿Por qué es importante el cumplimiento del tratamiento? El cumplimiento de un régimen contra el VIH otorga a los medicamentos contra el VIH la oportunidad de hacer su trabajo. Impide que el VIH se multiplique y destruya el sistema inmunitario. Los medicamentos contra el VIH ayudan a las personas con VIH a vivir vidas más largas y saludables. Los medicamentos también reducen el riesgo de transmisión del VIH, en especial si la persona es indetectable. Si la persona es indetectable durante al menos seis meses, no puede transmitir el virus.

Entre otros beneficios se incluyen los siguientes:

- Supresión viral sostenida
- Riesgo reducido de resistencia al medicamento
- Mejor salud general
- Mejor calidad de vida
- Disminución del riesgo de transmisión del VIH

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento



DIAPPOSITIVA 5

Actividad grupal: Explicación del cumplimiento

Divida la clase en 3 grupos (en función de la cantidad de participantes de la clase). Entregue a cada grupo una copia de la hoja de trabajo de explicación del cumplimiento.

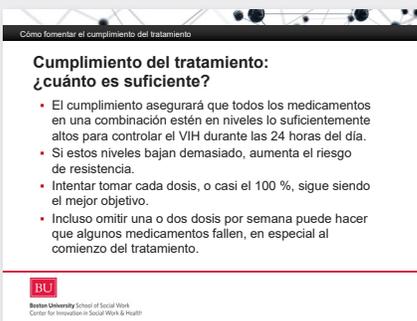
Pídale a cada equipo que seleccione una persona para anotar las respuestas y una para compartir las respuestas. Como grupo, respondan todas las preguntas en la hoja de trabajo. Los miembros del grupo también escribirán sus respuestas o la mejor suposición para cada pregunta en la hoja de trabajo. Deles unos 8 minutos para completar la hoja de trabajo.

Se dará un punto a cada grupo por pregunta si la respuesta es correcta; no se darán medio puntos.

Si el grupo da una respuesta incorrecta, el siguiente grupo (en orden alfabético o numérico) tiene la oportunidad de responder la pregunta.

Si ningún grupo o participante da una respuesta correcta, el facilitador dará la respuesta correcta.

Después de revisar la hoja de trabajo, indique que el cumplimiento del tratamiento y el apoyo a los clientes para hacerlo es más que solo alentarlos a tomar medicamentos. Abarca asistir a citas médicas como el optometrista, visitas de revisión, citas dentales y sesiones de terapia (si corresponde) y asistir a grupos de apoyo. Estas citas y reuniones comunitarias ayudan a la salud y el bienestar de una persona; incluye a toda la persona.



DIAPPOSITIVA 6

Revise la diapositiva.

Cuando un paciente cumple el tratamiento, todos los medicamentos están en niveles lo suficientemente altos como para controlar el VIH durante las 24 horas del día.



DIAPPOSITIVA 7

Los regímenes de una sola tableta fueron un avance muy importante en el tratamiento contra el VIH.

Este cuadro es una lista de los ocho regímenes de medicamentos de una sola tableta y sus fechas de aprobación. La mayoría son regímenes de tres medicamentos; Juluca es el primer y único régimen de dos medicamentos.

Varios de estos medicamentos han sido reformulados; por ejemplo, Stribild y Genvoya son el mismo medicamento, sin embargo, la diferencia está en la cantidad de tenofovir en el medicamento. La formulación nueva para Truvada se llama TAF.

Atripla fue el primer medicamento de dosis única antes de que se aprobara Complera. Ahora hay muchas más opciones disponibles.

Las opciones de regímenes de medicamentos preferidos siempre están cambiando, por lo que es importante encontrar los recursos adecuados para educarse a uno mismo y a sus clientes. La información más actualizada se puede encontrar en los sitios web aidsinfo.org, ias-usa.org y thebody.com. Positively Aware Magazine publica una tabla de medicamentos contra el VIH una o dos veces al año. Otros sitios web de buena reputación también están disponibles.

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

¿Qué es la resistencia?

- Los medicamentos contra el VIH están diseñados para **evitar que el virus se reproduzca**.
- Algunas veces el VIH cambia (**muta**) a medida que hace copias de sí mismo.
- Los cambios o las mutaciones permiten que el virus siga reproduciéndose a pesar de la administración del medicamento.
- Cuando esto sucede, el VIH desarrolla **resistencia** a ese medicamento.
- La resistencia es un desafío importante en el tratamiento del VIH:
 - Disminuye la capacidad de los medicamentos contra el VIH para controlar el virus.
 - Reduce las opciones de tratamiento.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 8

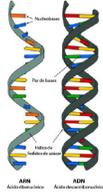
Revise la diapositiva.

La mejor manera de prevenir la resistencia es apegarse (cumplir) a un régimen de medicamentos contra el VIH. Con un buen cumplimiento, es menos probable que se desarrolle resistencia. Esto otorga a los medicamentos actuales de un paciente la mejor oportunidad de funcionar y mantendrá más opciones de tratamiento abiertas en el futuro.

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

¿Qué es la resistencia?

- Después de infectar una célula CD4, el VIH hace nuevas copias de sí mismo que infectan otras células CD4.
- El VIH puede generar miles de millones de virus nuevos todos los días.
- Al hacer nuevos virus, el VIH copia su código genético.
- La copia ocurre tan rápido que pueden ocurrir errores (**mutaciones**).
- Algunas mutaciones son inofensivas.
- Otras causan problemas que permiten que el virus se reproduzca incluso en presencia de medicamentos contra el VIH.



BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 9

Revise la diapositiva.

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

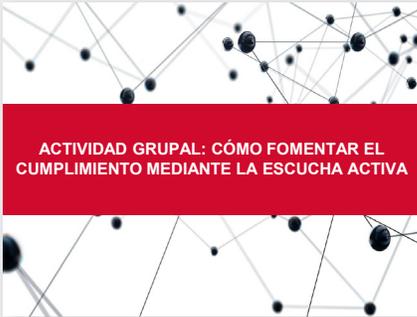
¿Qué es la resistencia?

- Si un medicamento no funciona contra un virus mutado, ese virus se reproducirá rápidamente.
 - La carga viral aumenta.
 - Es posible que deba cambiar los medicamentos para controlar el VIH.
- Los medicamentos contra el VIH se usan en combinación para bloquear la reproducción en el ciclo de vida del VIH.
 - La combinación de medicamentos dirigidos a varios objetivos diferentes es mucho mejor para prevenir la reproducción del VIH que uno solo.
- Con menos reproducción del VIH:
 - La carga viral es menor.
 - Las mutaciones y la resistencia tienen menos probabilidades de ocurrir.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIPOSITIVA 10

Revise la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 11

Actividad: cómo promover el cumplimiento

Pídales a las participantes que regresen a los mismos grupos para la próxima actividad.

Informe a los grupos que los clientes tienen varias razones por las que omiten tomar medicamentos contra el VIH. Pídale al grupo que escriba todas las razones que se les ocurran en la hoja de rotafolio provista en la pared. Tienen 3 minutos para hacerlo.

Eche un vistazo rápido a la referencia para identificar cualquier diferencia que deba señalarse sin mencionar las mismas respuestas.

Pregúnteles a las participantes si hay otras razones que no se mencionaron.

Cómo promover el cumplimiento: Práctica de escucha activa

Divida la clase en pares; grupos de dos.

Distribuya el folleto Técnicas de escucha activa. Repase las cinco técnicas y los ejemplos. Dígalas a las participantes que van a practicar estas técnicas con la compañera.

De las instrucciones de que cada equipo seleccionará una barrera del rotafolio que el grupo identificó previamente como razones por las cuales un cliente no está tomando su medicamento.

Cada equipo realizará un juego de roles; una participante desempeñará el papel de cliente mientras que la otra desempeñará el papel de una promotora de salud.

Distribuya el folleto Juego de roles de escucha activa. Con el folleto de técnicas de escucha activa, la promotora de salud seleccionará una técnica para el juego de roles y la participante que es el cliente pondrá una barrera, representando por qué es difícil cumplir con el tratamiento contra el VIH. Por ejemplo: técnica de habilidad de escucha activa: reiteración. Quien ocupa el rol del cliente puede explicar lo siguiente:

Respuesta del juego de roles del cliente

El cumplimiento ha sido mi prioridad desde que me diagnosticaron hace un año, pero no estaba trabajando. Ahora que estoy trabajando, mi nuevo trabajo en el hospital es por turnos y, sinceramente, no tengo tiempo para tomar mis medicamentos.

Respuesta del juego de roles de la promotora de salud

“Entonces, le gustaría volver a tomar sus medicamentos todos los días, pero trabajar en turnos variados en el hospital hace que se olvide de tomar sus medicamentos contra el VIH y necesita una estrategia que lo ayude a recordar, ¿correcto?”

Deles a las participantes 10 minutos para practicar. Luego, realice un análisis de la actividad haciendo las siguientes preguntas:

¿Hay una técnica más fácil de usar? ¿Una más difícil?

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Prevención de la resistencia

La mejor manera de evitar la resistencia es **tomar los medicamentos a diario según lo prescrito (es decir, tener un buen cumplimiento)**.

- Es importante no omitir dosis.
- Tomar los medicamentos a la misma hora todos los días.
- Recuerde, un **buen cumplimiento** es la mejor manera de prevenir la resistencia:
 - Siga el programa de medicamentos y el virus no se reproducirá tan rápido.
 - Si no se está reproduciendo, el VIH **no puede hacer cambios que conduzcan a la resistencia**.
 - **Disminuir la progresión del VIH**
 - **Restaurar la función del sistema inmunitario**
 - **Mejorar la calidad de vida de una persona**

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Las seis razones principales por las cuales las personas omiten sus medicamentos contra el VIH

1. "Honestamente, se me olvidó".
2. "No siempre puedo pagar mis medicamentos".
Falta de seguro médico para cubrir el costo de los medicamentos contra el VIH
3. "Los efectos secundarios están fuera de control".
4. "Mi vivienda no siempre es estable".
5. "Tengo mucho que hacer".
6. "Estoy deprimido".



Fuente: Tameli, K. (2018). "6 Reasons why people skip their HIV meds". The Body. The HIV/AIDS resource. <https://www.thebody.com/6reasons-why-people-skip-their-hiv-meds>.

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPOSITIVA 12

Revise la diapositiva.

DIAPOSITIVA 13

Por qué los clientes pueden omitir sus medicamentos contra el VIH y cómo ayudarlos.

"Honestamente, se me olvidó".

La clave para recordar es adaptar sus medicamentos a su horario. Para recordar que debe tomar sus medicamentos, debe tener un sistema que funcione con su rutina, no en contra de ella.

¿Qué pasa si olvida u omite una dosis?

Casi todos lo olvidarán o lo tomarán tarde en algún momento, y eso estará bien. Pero hay una diferencia entre una dosis olvidada ocasional y olvidarla de forma diaria o semanal. Sea estricto consigo mismo para evaluar qué tan bueno es su cumplimiento. Tomar días de descanso del tratamiento es una forma arriesgada de usar medicamentos contra el VIH.

Necesita un régimen que pueda seguir todos los días.

Esto incluye cumplir con el tratamiento tanto durante el fin de semana como durante las diferentes situaciones que puede encontrar en la vida.

No duplique la dosis

Muchas combinaciones se toman una vez al día. Esto generalmente significa tomarlos cada 24 horas. Los medicamentos de dos veces al día se deben tomar cada 12 horas. Si se da cuenta de que ha olvidado una dosis, tómela tan pronto como lo recuerde. Si solo se da cuenta de que omitió una dosis cuando vaya a tomar su próxima dosis, no tome una dosis doble.

"No siempre puedo pagar mis medicamentos".

No todas las interrupciones en el tratamiento dependen de lo que puede controlar, en especial cuando se trata de dinero. Si ha perdido su trabajo y con él su seguro médico; nunca tuvo seguro médico; no califica para recibir asistencia gubernamental; fue colocado en la lista de espera del Programa de Asistencia para Medicamentos contra el SIDA (ADAP); o su seguro no cubre el costo total de los medicamentos, pagar los medicamentos de su bolsillo puede costar miles de dólares al mes. Es posible que aquellos que no suelen manejar esas cifras no tengan dinero. Es posible que este problema no se pueda solucionar, pero hable con el médico sobre los programas de asistencia al paciente para saber cuáles deberían ser sus próximos pasos.

"Los efectos secundarios están fuera de control".

Los efectos secundarios pueden ser malos. No todos los presentarán, pero algunos sí. Además, si se trata de vómitos, diarrea, sueños raros, daño nervioso, niveles más altos de colesterol, lipodistrofia o depresión, los efectos secundarios pueden afectar seriamente la motivación para cumplir el tratamiento. La clave es estar bien informado y saber qué esperar *antes* de comenzar el tratamiento. Además, pregúntele al médico cómo puede manejar los efectos secundarios leves si se presentan. Si presenta algunos efectos secundarios y son intolerables, no abandone el tratamiento por completo. Hable con el médico sobre otras alternativas y la posibilidad de cambiar su régimen.

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Como fomentar el cumplimiento del tratamiento

Las seis razones principales por las cuales las personas omiten sus medicamentos contra el VIH

- "Mi vivienda no siempre es estable".
- "Tengo mucho que hacer".
- "Estoy deprimido".



Fuente: Tavel, K. (2018). "9 Reasons why people skip their HIV meds". The Body: The HIV/AIDS resource. http://www.thebody.com/content/news/9_reasons_why_people_skip_their meds.html

BU
Boston University School of Social Work
Center for Integrated Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 14

"Mi vivienda no siempre es estable".

En el documental de 2010 *The Other City*, uno de los momentos más desgarradores fue cuando J'Mia Edwards, una madre de tres con VIH que luchaba por mantener su vivienda de la Sección 8, miró a la cámara y dijo: "Necesito un apartamento. Mi vivienda es mi prevención". Para las personas con VIH que no tienen hogar o que tienen una vivienda inestable, las necesidades básicas (como comida, ropa, refugio y cuidado de los niños) suelen priorizarse más que los medicamentos. Nadie puede culparlos por eso. Además, tener un techo estable sobre su cabeza significa que tiene un lugar seguro para almacenar los medicamentos y refrigerarlos si es necesario.

"Tengo mucho que hacer".

La vida no se detiene porque le han diagnosticado una enfermedad y tampoco lo hacen sus responsabilidades. Ya sea que se trate de un horario laboral caótico, cuidar a sus seres queridos o hacer malabares en el trabajo y la escuela, es difícil surtir los medicamentos de forma periódica y tomarlos de manera constante cuando se espera tanto de usted. Sin embargo, el equilibrio es importante, en especial cuando se trata de la salud. Si no puede cuidarse a usted mismo primero, ¿cómo podrá ocuparse de las otras responsabilidades si realmente se enferma?

"Estoy deprimido".

Los problemas de salud mental no son poco comunes para las personas con VIH. El estigma, el aislamiento y el rechazo pueden provocar depresión y, si esa depresión no se trata, puede afectar profundamente su capacidad de cumplir el tratamiento. Lo que es incluso peor: la depresión en la comunidad del VIH está muy poco diagnosticada. Los proveedores de atención del VIH deben intensificar y evaluar mejor los problemas de salud mental. No obstante, eso no significa que no pueda abrirse y hablar con el médico sobre cómo se siente a nivel emocional, en especial si esos sentimientos son un factor por el que no está tomando los medicamentos.

Como fomentar el cumplimiento del tratamiento

Otras razones por las cuales las personas omiten los medicamentos contra el VIH

- Problemas para tragar píldoras u otra dificultad para tomar medicamentos
- No estar preparado emocionalmente para el tratamiento
- Confusión sobre por qué es necesario tomar medicamentos contra el VIH
- Dificultad para tomar medicamentos
- Carga de la píldora: fatiga mental/emocional de tomar medicamentos
- Escepticismo sobre la efectividad de los medicamentos
- Sentir falta de opciones sobre el tratamiento
- "Sentirse diferente" debido al tratamiento continuo
- Interrupción de rutinas sociales; vergüenza o miedo a que lo vean tomando medicamentos
- No haber revelado el estado del VIH a compañeros de trabajo, amigos, amantes o familiares
- No tener los medicamentos encima
- Consumo de alcohol o sustancias

BU
Boston University School of Social Work
Center for Integrated Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 15

Revise la diapositiva.

Como fomentar el cumplimiento del tratamiento

Consejos para fomentar el cumplimiento

- Habble sobre los problemas y las barreras anticipadas antes de comenzar el tratamiento
- Considere un período de prueba (multivitaminas o dulces)
- ¿Es útil tener un plan de tratamiento de medicamentos recetados por escrito?
- Herramientas de cumplimiento: use un pastillero de 7 días; configure alertas telefónicas mediante aplicaciones como BugMe o Google Calendar.
- Regístrese en el servicio de recordatorio personal de TheBody.com en tbody.com/record para recibir mensajes de texto cuando llegue el momento de tomar medicamentos, asistir a citas médicas, solicitar recetas, entre otros.
- Asegúrese de que su farmacéutico pueda llamarlo para recordarle cuándo debe reabastecer los medicamentos
- Apoyo social y motivación de familiares y amigos
- Relacione tomar su medicamento con una rutina que seguramente hará a la misma hora todos los días (p. ej., actividad diaria: cepillarse los dientes, revisar el correo electrónico, ir al baño, comer).
- Mantenga los medicamentos cerca
- Mantenga un suministro de repuesto de medicamentos en el trabajo o en su cartera o maletín. Lleve un suministro diario de medicamentos en un lavero pastillero.
- Siempre planifique con anticipación. Si se va por el fin de semana o de vacaciones, planifique con anticipación. Empaque sus medicamentos para todo el viaje.
- Asista a todas las citas médicas
- Rodéese de personas positivas

BU
Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health

DIAPPOSITIVA 16

Revise la diapositiva.

Notas adicionales:

- Use un pastillero de 7 días. Una vez a la semana, llene el pastillero con los medicamentos para toda la semana.
- Deje la pestaña abierta todos los días después de tomar el medicamento para ver si lo ha tomado.
- Revisen de forma anticipada los problemas y las barreras para el cumplimiento, lo que luego le permitirá al paciente encontrar soluciones por su cuenta o con ayuda. A este fin, algunos médicos les dan a los pacientes una cantidad equivalente de una semana de gominolas o M&M para tratar de seguir el cronograma prescrito y ver dónde fallan.

¿Qué dosis son problemáticas? ¿Cuáles son las circunstancias? ¿Qué piensa el paciente cuando se producen errores? ¿Cuál es la actitud del paciente sobre los errores? ¿Consideran que un retraso de quince minutos es una catástrofe que significa una falla irremediable? O, por el contrario, ¿están tranquilos aún si omitieron los medicamentos durante un fin de semana? Tal ensayo a menudo es extremadamente útil para anticipar y corregir posibles dificultades.

Haga un plan

Elija un tratamiento que cree que puede manejar. Averigüe qué implica antes de elegir el tratamiento: ¿Cuántas tabletas son? ¿Qué tan grandes son? ¿Con qué frecuencia necesita tomarlos? ¿Qué tan preciso tiene que ser con el horario? ¿Hay restricciones alimenticias? ¿Hay opciones más fáciles?

Planifique su horario. Durante las primeras semanas, marque la hora en la que toma cada dosis.

A algunos pacientes les resulta útil contar con un plan de tratamiento por escrito que muestre el nombre del medicamento, el horario de cada dosis, la cantidad de píldoras o cápsulas por dosis y las restricciones de comidas, si las hay, junto con un número de teléfono para llamar si necesita hacer preguntas y solicitar la fecha de la próxima cita. Tanto el médico como el paciente deben conservar una copia del plan para revisarlo en la próxima visita. Otras técnicas para promover el cumplimiento incluyen la identificación de actividades diarias que pueden vincularse con la administración de las píldoras (p. ej., un programa de televisión habitual), mantener un diario de medicamentos o un registro (se pueden preparar formularios preimpresos), preparar las píldoras para la semana en horarios fijos (p. ej., domingo por la tarde) y relacionar de otro modo la administración de las píldoras con los ritmos normales de la vida cotidiana. Planificar con anticipación los cambios en la rutina o los fines de semana puede prevenir fallas en esos momentos.

Las razones del fracaso del tratamiento incluyen, entre otras, la ausencia de opciones de tratamiento efectivas para un paciente individual, metabolismo o absorción de medicamentos deteriorados, enfermedad en etapa muy tardía o incapacidad para tolerar efectos secundarios múltiples, a veces tóxicos.

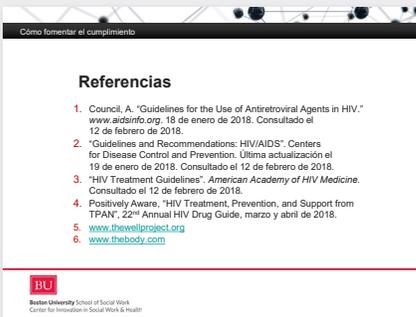
Si viaja, lleve consigo medicamentos adicionales en caso de que cambien los vuelos u otros planes.

Mantenga un suministro de emergencia donde pueda necesitarlo: en el trabajo o en la casa de un amigo, entre otros.



DIAPPOSITIVA 18

Distribuya escenarios posibles: solicite a los mismos grupos que trabajen juntos. Asigne un escenario posible diferente a cada grupo. Pídales a las participantes que determinen como grupo el modo de apoyar de la mejor manera al cliente con el cumplimiento del tratamiento y que la compartan con el resto de las participantes.



DIAPPOSITIVA 19

Comparta estos recursos con las participantes para obtener la información más actualizada sobre medicamentos contra el VIH y recomendaciones para ayudar a los clientes con el cumplimiento del tratamiento.

Cómo fomentar el cumplimiento del tratamiento

Escenario A

Fred es un veterano de 62 años que fue diagnosticado con VIH en 1988. Tenía un diagnóstico de SIDA cuando llegó al centro de salud. Ha visto morir a amigos durante los primeros años de la epidemia del SIDA. Retrasó el tratamiento y la atención debido a su problema con el consumo de sustancias. Sin embargo, en 2010, cuando su salud comenzó a desmejorar, Fred se presentó en la clínica y pudo ver a un médico y hacerse las pruebas de laboratorio. Su CD4 está en 250 y su cantidad de VIH estaba en 300 000. Perdió su vivienda y ha estado sin medicamentos y sin hogar durante más de seis meses. Contactó al centro de salud que lo conectó con una CHW. Fred le dijo a la CHW: “Quiero tomar mis medicamentos nuevamente, pero casi llegué al punto de no preocuparme; no tengo hogar, siento que estoy empezando de cero a los 62 años.

En una situación de juego de roles, use las habilidades de escucha activa para responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué preguntas podría hacerle la CHW a Fred?
2. ¿Hay recursos que la CHW pueda sugerirle a Fred?
3. ¿Qué estrategias le sugeriría la CHW a Fred para ayudarlo a cumplir el tratamiento?
4. ¿Hay otras preocupaciones?

Escenario B

Julie, una mujer de 25 años, madre soltera de una hija pequeña, fue diagnosticada con VIH hace dos años. El prometido de Julie es VIH negativo y siempre ha apoyado su atención y tratamiento. Desde el diagnóstico de Julie, ella siempre ha sido excelente al tomar los medicamentos contra el VIH según lo recetado; su carga viral era indetectable y su CD4 estaba cerca de 900. Ha vuelto a trabajar a tiempo completo por la noche durante un par de meses. Cuida a la bebé durante el día y descansa cuando la bebé duerme la siesta. El prometido de Julie se ha dado cuenta de que su pastillero de 7 días todavía está lleno desde la semana anterior, su frasco de píldoras está en el mostrador y parece estar más cansada. Cuando Julie fue al consultorio para su chequeo, el médico le dijo que su CD4 había caído y que por primera vez tenía una carga viral de más de 100 000. El médico le dijo a Julie que se beneficiaría de ver a una CHW y que quería que programara una cita; mientras tanto, necesitaba realizar pruebas adicionales y volvería a verla en dos semanas.

En una situación de juego de roles, use las habilidades de escucha activa para responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué preguntas podría hacerle la CHW a Julie?
2. ¿Hay recursos que la CHW pueda sugerirle a Julie?
3. ¿Qué estrategias le sugeriría la CHW a Julie para ayudarla a cumplir el tratamiento?
4. ¿Hay otras preocupaciones?



Escenario C

Keli, una mujer transgénero de 31 años diagnosticada en 2008, ha estado viviendo con el VIH durante 10 años. Ha tomado el mismo régimen, Atripla, desde ese momento. Las pruebas de laboratorio recientes de Keli muestran que no ha tenido aumentos significativos en su CD4 ni su carga viral en las últimas dos visitas al laboratorio. El médico de Keli le dijo que él recomienda encarecidamente un cambio en los medicamentos debido a que la medicación más nueva en el mercado tiene menos efectos secundarios. Keli tiene miedo de probar algo nuevo, pero le gustaría que disminuyan los sueños que ha estado teniendo que le perturban el descanso. El médico llama a una CHW a la clínica para que se reúna con Keli y programe una cita para una sesión educativa. Keli y la CHW tienen una conversación muy buena y Keli compartió en secreto con la CHW que fuma marihuana aproximadamente una vez a la semana y que tiene el hábito bajo control: “me ayuda a relajarme después de llegar a casa del trabajo”, dice Keli. “Me da miedo que un nuevo régimen no se combine bien con mi hábito y el médico no sabe que fumo”.

En una situación de juego de roles, use las habilidades de escucha activa para responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué preguntas podría hacerle la CHW a Keli?
2. ¿Hay recursos que la CHW pueda sugerirle a Keli?
3. ¿Qué estrategias le sugeriría la CHW a Keli para ayudarla a cumplir el tratamiento?
4. ¿Hay otras preocupaciones?

Explicación del cumplimiento

Verdadero o falso

1. _____ Cumplir el tratamiento es apearse a este, lo que incluye tomar los medicamentos y asistir a las citas médicas.
2. _____ Cumplir un régimen de medicamentos puede reducir la cantidad de VIH en el cuerpo.
3. _____ El tratamiento con medicamentos no siempre funciona, así que haga lo que le parezca mejor para su cuerpo.
4. _____ Cumplir el tratamiento puede prevenir la resistencia a los medicamentos contra el VIH.
5. _____ Está bien omitir dosis de medicamentos regularmente y aún cumplir el tratamiento.

Preguntas de opción múltiple: encierren con un círculo las respuestas correctas. Encierren con un círculo TODAS las respuestas que apliquen.

6. **¿Cuáles de las siguientes son razones para que el cumplimiento sea difícil?**
 - a. Efectos secundarios de los medicamentos
 - b. Un horario ocupado o viaje fuera de casa
 - c. El medicamento no funciona
 - d. Estrés y depresión
7. **¿Cuál de los siguientes puede facilitar el cumplimiento?**
 - a. Tomar los medicamentos en un horario diferente todos los días
 - b. Usar un pastillero de 7 días
 - c. Mantener un suministro de medicamentos con usted en todo momento
 - d. Tomar sin alimentos los medicamentos que deben tomarse con alimentos



- 8. ¿Cuáles son algunas de las razones por las que puede olvidarse de tomar sus medicamentos?**
- a. Cambiar los horarios en los que toma los medicamentos todos los días
 - b. Estar lejos de casa o tener un horario de trabajo que cambia mucho
 - c. Tener familiares y amigos que le recuerden tomar los medicamentos
 - d. No tener los medicamentos encima
- 9. ¿Cuál de las siguientes opciones NO implica cumplir el tratamiento?**
- a. Tomar los medicamentos según lo prescrito
 - b. Saltarse dosis de medicamentos
 - c. Saltarse citas médicas
 - d. Usar un temporizador o una alarma telefónica para mantenerse al día con los medicamentos
- 10. ¿Cuáles de las siguientes son razones emocionales/mentales para que el cumplimiento sea difícil?**
- a. Vivir con una persona abusiva
 - b. Sentir vergüenza o miedo de ser visto tomando los medicamentos contra el VIH
 - c. Quedarse sin medicamentos
 - d. Consumir alcohol y sustancias

Comprensión del cumplimiento: respuestas

Verdadero o falso

1. V Cumplir el tratamiento es apearse a este, lo que incluye tomar los medicamentos y asistir a las citas médicas.
2. V Cumplir un régimen de medicamentos puede reducir la cantidad de VIH en el cuerpo.
3. F El tratamiento con medicamentos no siempre funciona, así que haga lo que le parezca mejor para su cuerpo.
4. V Cumplir el tratamiento puede prevenir la resistencia a los medicamentos contra el VIH.
5. F Está bien omitir dosis de medicamentos regularmente y aún cumplir el tratamiento.

Preguntas de opción múltiple: encierren con un círculo las respuestas correctas. Encierren con un círculo TODAS las respuestas que apliquen.

6. ¿Cuáles de las siguientes son razones para que el cumplimiento sea difícil?
 - a. Efectos secundarios de los medicamentos
 - b. Un horario ocupado o viaje fuera de casa
 - c. El medicamento no funciona
 - d. Estrés y depresión
7. ¿Cuál de los siguientes puede facilitar el cumplimiento?
 - a. Tomar los medicamentos en un horario diferente todos los días
 - b. Usar un pastillero de 7 días
 - c. Mantener un suministro de medicamentos con usted en todo momento
 - d. Tomar sin alimentos los medicamentos que deben tomarse con alimentos



8. ¿Cuáles son algunas de las razones por las que puede olvidarse de tomar sus medicamentos?

- a. Cambiar los horarios en los que toma los medicamentos todos los días
- b. Estar lejos de casa o tener un horario de trabajo que cambia mucho
- c. Tener familiares y amigos que le recuerden tomar los medicamentos
- d. No tener los medicamentos con usted

9. ¿Cuál de las siguientes opciones NO implica cumplir el tratamiento?

- a. Tomar los medicamentos según lo prescrito
- b. Saltarse dosis de medicamentos
- c. Saltarse citas médicas
- d. Usar un temporizador o una alarma telefónica para mantenerse al día con los medicamentos

10. ¿Cuáles de las siguientes son razones emocionales/mentales para que el cumplimiento sea difícil?

- a. Vivir con una persona abusiva
- b. Sentir vergüenza o miedo de ser visto tomando los medicamentos contra el VIH
- c. Quedarse sin medicamentos
- d. Consumir alcohol y sustancias

TÉCNICAS DE ESCUCHA ACTIVA

Técnica	Barreras Razones por las cuales los clientes omiten los medicamentos	Ejemplos
Aclarar	Estar deprimido. Ser diagnosticado con VIH positivo cambió todo mi mundo. Pienso en eso todos los días, todo el día. No quiero salir de mi casa. Me siento deprimido y muy abatido.	Entonces, ¿está diciendo que ser diagnosticado con VIH lo consume tanto que piensa en ello cada vez que se despierta y está deprimido? ¿Ha hablado de estos sentimientos con su médico?
Reiteración	Olvidarse. El cumplimiento ha sido mi prioridad desde que me diagnosticaron hace un año, pero no estaba trabajando. Ahora que estoy trabajando, mi empleo nuevo en el hospital es por turnos y, sinceramente, en el tiempo de ingreso de 3:00 p. m. a 11:00 p. m. o de 11:00 p. m. a 7:00 a. m. cada 3 meses, me olvido de tomarlos.	“Entonces, le gustaría volver a tomar sus medicamentos todos los días, pero trabajar en turnos variados en el hospital hace que se olvide de tomar sus medicamentos contra el VIH y necesita una estrategia que lo ayude a recordar, ¿correcto?”
Reflejar los sentimientos del cliente	Tener efectos secundarios. He estado tomando mis medicamentos contra el VIH durante un mes. Me siento y miro el frasco, cuando decido tomar los medicamentos, después de 30 minutos, el estómago se me hace un nudo. No puedo seguir sintiéndome así. Sé que es mi salud, pero me siento miserable y solo quiero volver a ser normal y no tener estos efectos secundarios.	Parece bastante preocupado por los efectos secundarios que los medicamentos pueden estar causando. Debe ser frustrante sentir náuseas después de tomar su medicamento. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Ha hablado con su médico? • ¿Ha intentado tomar medicamentos con jugo, entre otros? • ¿Come 30 minutos antes de tomar su medicamento?
Resumen	Estar demasiado ocupado. Soy madre soltera, así que no es como si pudiera duplicarme. Mi hijo tiene práctica de fútbol, mi hija tiene teatro dos veces por semana y mi hija más pequeña hace atletismo. Pensé que las clases en línea serían fáciles de manejar ya que estoy tomando clases desde casa. Solo trabajo a tiempo parcial de viernes a domingos. Estoy demasiado ocupada, sé que necesito algo de estructura; He estado omitiendo mis medicamentos entre dos y tres veces por semana.	Estas parecen ser las ideas clave que expresó: <ol style="list-style-type: none"> a. Tres niños activos a los que transporta dos días a la semana; b. Tomar clases en línea requiere mucho tiempo; c. Su trabajo a medio tiempo la saca de su horario diario de medicamentos. Todo esto hace que tenga un horario demasiado ocupado.

Agradecimientos

Este plan de estudios está basado en y adaptado de otros planes de capacitación para educadores pares y promotoras de salud, como el plan Pilares para el éxito entre pares (<https://ciswh.org/resources/HIV-peer-training-toolkit>) y el plan del Centro de Capacitación Comunitaria del Departamento de Salud del Condado de Multnomah (<https://multco.us/health/community-health/community-capacitation-center>)

Equipo

Serena Rajabiun

Simone Phillips

Alicia Downes

Maurice Evans

LaTrischa Miles

Jodi Davich

Beth Poteet

Rosalía Guerrero

Precious Jackson

María Campos Rojo

Este proyecto es y ha sido financiado por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS) con el número de subvención U69HA30462 "Mejor acceso a la atención médica: promotoras de salud para mejorar el vínculo con y la retención en la atención del VIH" (\$2 000 000 para fondos federales). Esta información o contenido y las conclusiones pertenecen al autor y no deben interpretarse como la posición ni la política oficial de la HRSA, el HHS o el gobierno de los EE. UU.

Cita sugerida:

Boston University Center for Innovation in Social Work & Health. (2019). *A Training Curriculum for Using Community Health Workers to Improve Linkage and Retention in HIV Care*. Extraído de <http://ciswh.org/chw/>

BOSTON
UNIVERSITY

Boston University School of Social Work
Center for Innovation in Social Work & Health