

¿Qué son los efectos secundarios?

Los medicamentos están diseñados para combatir enfermedades específicas, pero también pueden causar en nuestro organismo efectos no deseados (llamados "efectos secundarios" o también, cuando son negativos, "efectos adversos"). Los fármacos para tratar el VIH no son una excepción.

Algunos de esos efectos son meras molestias, pero otros pueden ser potencialmente graves o incluso mortales. Algunos efectos son pasajeros, mientras que otros pueden durar todo el tratamiento o incluso prolongarse de forma indefinida. Algunos ocurren cuando se inicia la terapia o una nueva combinación, pero otros pueden aparecer al cabo de meses o años. Por último, algunos efectos adversos son relativamente frecuentes, mientras que otros sólo los sufre un pequeño número de las personas que toman esa medicación.

Antes de ser comercializados, todos los medicamentos se someten a ensayos clínicos para garantizar su eficacia y seguridad. Estas investigaciones permiten detectar cuáles son los efectos adversos que pueden ocasionar. Además, una vez aprobados, las autoridades médicas siguen recopilando información para, en caso necesario, actualizar la lista de posibles efectos secundarios.

Aunque muchas personas que toman antirretrovirales sufren en algún momento del tratamiento alguno de los efectos secundarios listados en el prospecto del medicamento, el riesgo de padecer un efecto adverso grave es, por lo general, bajo o muy bajo. En algunos casos, llevar más tiempo tomando un fármaco puede aumentar el riesgo de sufrir alguno de los efectos adversos asociados con él.

Es conveniente conocer los posibles efectos secundarios de la medicación que estás tomando, pero recuerda que eso no significa que necesariamente vayas a experimentarlos todos (algo casi imposible), o ni siquiera alguno. Ten en cuenta que cada persona reacciona de forma distinta al mismo fármaco en función de muchos factores diferentes.

Efectos secundarios al inicio del tratamiento

Es normal sentir preocupación por los efectos secundarios antes de comenzar la terapia antirretroviral. Sin embargo, aunque relativamente habituales, la mayoría de los efectos secundarios asociados con el inicio del tratamiento contra el VIH son leves y desaparecen a las pocas semanas de haber comenzado. Entre estos, los más frecuentes son

mareos, náuseas, diarrea, dolor de cabeza, falta de apetito y cansancio.

Quizás te ayude saber lo que puedes esperar de los diferentes fármacos antes de elegir una combinación antirretroviral. Por ejemplo, en caso de que tengas factores de riesgo previos de enfermedad hepática, renal o cardíaca, o hayas padecido trastornos psiquiátricos o neurológicos, entonces probablemente evitarás el uso de aquellos fármacos que podrían empeorar esas condiciones y escogerás otros que se ajusten mejor a tu estado general de salud.

¿Qué puedes hacer si los síntomas continúan?

En ocasiones los médicos tienden a pensar que las personas exageran los efectos secundarios, cuando lo cierto es que la mayoría de los pacientes quitan importancia a los efectos adversos que experimentan y no siempre hablan sobre ellos abiertamente con su médico.

A causa de los efectos adversos (o del miedo a futuros efectos secundarios), algunas personas no mantienen una adecuada adhesión al tratamiento, lo que puede conducir a generar resistencias a los fármacos. Por este motivo, es importante que no dejes de tomar la medicación por tu cuenta y que hables con tu médico sobre cualquier preocupación que tengas al respecto.

Si la medicación te está ocasionando efectos adversos, hay varias cosas que tú y tu médico podéis hacer tras identificar cuál de los fármacos es el principal sospechoso:

- Medir la cantidad de medicamento(s) en la sangre (análisis farmacocinético). Si tienes un nivel más alto del necesario, pueden ajustarte la dosis.
- Cambiar de combinación antirretroviral.
- Tomar medicamentos específicos para contrarrestar esos efectos secundarios.
- Adoptar trucos o hábitos que pueden minimizar su impacto.

