

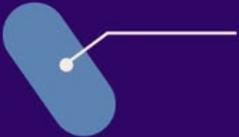


**ADHERENCIA  
AL TRATAMIENTO**



**ADHERENCIA AL TRATAMIENTO** 

## ¿QUÉ ES?



La adherencia se refiere al **cumplimiento del tratamiento**, considerando tanto la **dosis** como el **horario** indicado por tu equipo médico. Además, considera la **persistencia en el tiempo** tomando el medicamento.

**INDETECTABLE  
=  
INTRANSMISIBLE**

Tener una buena **adherencia al tratamiento ARV** hace que la **carga viral de VIH disminuya hasta ser indetectable**, lo que mejorará tu salud y **no habrá riesgo de transmisión** del virus a otras personas.

## CONSIDERACIONES

Para tener una buena adherencia considera:

1. Si estás teniendo alguna **molestia o efecto secundario**, **convérsalo con tu equipo médico**. Quizás sea necesario un cambio en tu tratamiento.
2. Toma tu medicamento **todos los días, a la misma hora**.
3. Usa un **pastillero o alguna aplicación** en tu teléfono para evitar que olvides una dosis.
4. Toma tu medicamento con **abundante agua**.
5. Lleva un **registro de los próximos retiros o compras de medicamentos**: si el próximo retiro es un día sábado o domingo, anticipáte para evitar quedarte sin pastillas.
6. ¿Vas a salir y no sabes si llegarás a tiempo para tomar tu medicamento? **Lleva una pastilla en tu mochila** para evitar atrasos en la dosis.
7. ¿Te vas de vacaciones? **Lleva un par de pastillas extra**, por si algún vuelo se retrasa y no llegas el día esperado.



 FUNDACIÓN  
**CHILE POSITIVO**

PROYECTO FINANCIADO POR SEREMI DE SALUD ARAUCANÍA

