

una serie de hojas informativas  
escritas por expertos en el campo  
de la enfermedad hepática

# *Cumplimiento de la terapia anti-VHC*

Alan Franciscus, Redactor jefe

El cumplimiento terapéutico es uno de los factores pronósticos más importantes para obtener buenos resultados con el tratamiento anti-VHC. Aunque ya existen pautas de cumplimiento bien definidas y establecidas con otras enfermedades como el VIH y la hipertensión, esto no está tan claro en el caso del VHC. Para el VIH se ha determinado un umbral del 80%, lo que significa que si un paciente *no toma* el 80% de los medicamentos durante el 80% del tiempo, la probabilidad de que la terapia sea eficaz se ve considerablemente reducida. En el caso de la hepatitis C, también se han realizado estudios retrospectivos (que analizan datos de ensayos clínicos anteriores) que han establecido la norma del 80/80/80. Esto significa que los pacientes que sigan la medicación contra la hepatitis C tienen menos probabilidades de lograr buenos resultados terapéuticos si no toman el 80% del interferón y el 80% de la ribavirina durante el 80% de las veces. Sin embargo, esta norma es controvertida porque no se ha confirmado con estudios clínicos prospectivos bien diseñados. Otra preocupación es que la norma del 80/80/80 envíe un mensaje equivocado acerca del cumplimiento terapéutico, ya que permite un umbral más bajo para tomar las medicaciones, en lugar de alentar a tomar el 100% de los fármacos el 100% de las veces, o acercarse a este punto en todo lo posible.

En la actualidad, el interferón pegilado y la ribavirina no provocan resistencia en el VHC, por lo que ahora mismo la cuestión del cumplimiento solamente es importante por lo que se refiere a los resultados de la terapia. Sin embargo,

las cuestiones sobre el cumplimiento terapéutico serán aún más importantes en el futuro, con la aparición de otros tratamientos antivirales como los inhibidores de la proteasa y la helicasa del VHC, los cuales podrían provocar mutaciones y volver resistente al VHC frente a la medicación.

Sabemos que es importante tomar los fármacos recetados lo más estrictamente posible, pero esto puede resultar difícil cuando tomamos en cuenta los efectos secundarios físicos y psicológicos que causa la terapia anti-VHC en mayor o menor grado. Hay una serie de factores pronósticos bien reconocidos en el cumplimiento de la terapia anti-VHC, y este artículo abordará las estrategias útiles para lograr un buen cumplimiento terapéutico. En cualquier caso, es importante recordar que no todo el mundo obtendrá buenos resultados aunque tome la medicación al 100%.

## *Fe en el tratamiento*

Uno de los factores más importantes a la hora de pronosticar un buen resultado terapéutico es la fe en la medicación empleada para combatir la hepatitis C. Si uno cree que le va a ir bien estará mejor dispuesto para dar los pasos necesarios y cumplir mejor el tratamiento.

## *Establecer una buena relación con los médicos*

Otra estrategia importante es crear una relación fuerte y abierta con su médico, donde no se sienta juzgado ni amenazado, se le ofrezca la información educativa adecuada, se le anime a participar en sistemas de apoyo, se evalúe con regularidad su situación psicosocial y se adopte una actitud proactiva para mitigar los efectos secundarios derivados del tratamiento. Es esencial desarrollar una relación con todo el equipo médico, no sólo con el doctor. En los tiempos que corren, con el sistema concertado de salud que se practica en los EE.UU., es posible que el personal de apoyo controle sus cuidados incluso más que el médico.

## *Personalizar el tratamiento en función de cada caso*

Otro aspecto destacado es el ajuste del régimen terapéutico para que se adapte al estilo de vida de cada paciente, de forma que el tratamiento se convierta en una parte de la vida, no en el núcleo de la existencia. Cuando sea factible, uno debe continuar trabajando mientras sigue el tratamiento, ya que esto puede ayudar a no pensar en los efectos secundarios y aumentar la probabilidad de cumplir la terapia. Una estrategia específica

es planear las inyecciones de interferón pegilado para que coincidan con los efectos secundarios previstos. Por ejemplo, en alguien que trabaje de lunes a viernes, inyectarse el viernes por la noche permite contar con el fin de semana para descansar en caso de que aparezcan más efectos secundarios uno o dos días después de la inyección. Otra estrategia consiste en emplear estuches de pastillas con compartimentos para recordar cuándo debe tomarse la ribavirina y los demás fármacos.

### **Experiencia de los profesionales médicos**

Uno de los componentes clave para el cumplimiento de la medicación es resolver los efectos secundarios antes de que sean tan fuertes que se haga necesario reducir las dosis o suspender la medicación contra el VHC. Existen varios factores que aumentan las probabilidades de superar los efectos secundarios, tales como la experiencia del médico a la hora de abordar las reacciones adversas y la prontitud del paciente a la hora de comunicar estos detalles al médico. El sitio web del *HCV Advocate* incluye muchas hojas informativas centradas en el control de los efectos secundarios donde se presenta una gran variedad de información sobre las estrategias más comunes para superar este problema. Sin embargo, es fundamental que sea el médico quien trate las reacciones adversas; la decisión final siempre debe quedar en manos del equipo médico.

### **Acudir fielmente a las consultas médicas**

También es esencial ir a cada consulta y hacerse análisis con frecuencia para que los profesionales de la salud puedan detectar los posibles problemas que surjan.

### **Apoyo social**

En ocasiones, para cumplir el tratamiento habrá que echar mano de todos los recursos disponibles. Esto incluye todo el apoyo posible por parte de familiares, amigos y empleadores. Se recomienda encarecidamente poner en marcha un sistema de apoyo justo antes del comienzo de la terapia. Uno de los aspectos esenciales para cumplir bien la terapia y lograr buenos resultados es la participación en un grupo de apoyo. Los grupos de apoyo pueden prestar la valiosa ayuda emocional que resulta tan necesaria cuando se sigue el tratamiento. Habrá algunos miembros del grupo que ya hayan pasado por la terapia y que pueden ofrecer estrategias para mantener un buen estado de salud y controlar los efectos secundarios que surjan.

### **La herramienta más valiosa**

Las personas con hepatitis C cuentan con la mejor herramienta disponible — *ellos mismos* — para conseguir los mejores resultados terapéuticos, mostrándose proactivos en el manejo y tratamiento del VHC y utilizando todos los recursos posibles como familiares, personas en situaciones similares, personal de enfermería, ayudantes de los médicos, gestores de casos, farmacéuticos, psicólogos y programas de apoyo al paciente.

Las estrategias mencionadas pueden ayudar a mejorar las probabilidades de obtener buenos resultados con la terapia. Sin embargo, existen muchos otros factores que influyen en el resultado, tales como el tipo de tratamiento, el genotipo del VHC, el peso corporal, la carga viral del VHC, la edad y la raza. Es importante recordar que no todo el mundo puede conseguir buenos resultados terapéuticos, por muy bien que cumplan la terapia. Aunque todos debemos esforzarnos para tomar la medicación anti-VHC al 100%, nadie es perfecto, y habrá ocasiones en que nos olvidemos de tomar una pastilla o tardemos un día más en ponernos la inyección. No se consigue nada con sentirnos culpables si no logramos hacerlo bien al 100%: somos seres humanos y la perfección es un ideal, no una realidad. Recuerde poner todo lo que pueda de su parte, pero no olvide ser benévolo consigo mismo.

**Para obtener más información acerca de la hepatitis C, la hepatitis B y las coinfecciones con el VHC, visite [www.hcvadvocate.org](http://www.hcvadvocate.org).**

## **• hoja INFORMATIVA hcs p •** *Una publicación del Hepatitis C Support Project*

#### **Director ejecutivo Redactor jefe de las publicaciones del HCSP**

Alan Franciscus

#### **Diseño**

Paula Fener

#### **Producción**

C.D. Mazoff, PhD

#### **Traducción**

Clara Maltrás

#### **Dirección de contacto**

Hepatitis C Support Project  
PO Box 427037  
San Francisco, CA 94142-7037

[alanfranciscus@hcvadvocate.org](mailto:alanfranciscus@hcvadvocate.org)

La información presentada en este folleto tiene como fin ayudarle a comprender y tratar el VHC y no pretende servir de asesoramiento médico. Todas las personas con el VHC deben consultar con un profesional médico para obtener diagnóstico y tratamiento contra el VHC. Esta información la ofrece el *Hepatitis C Support Project* • una organización sin ánimo de lucro para la educación, el apoyo y la defensa de intereses de las personas afectadas por el VHC • © 2009 *The Hepatitis C Support Project* • Se autoriza y se alienta a la reproducción de este documento siempre que se reconozca la autoría del *Hepatitis C Support Project*.

