

Adesão Significa:

- ✘ fortalecimento das pessoas que vivem com HIV/AIDS;
- ✘ ter vínculo com a equipe de saúde;
- ✘ ter acesso à informação;
- ✘ comparecer às consultas;
- ✘ realizar exames;
- ✘ tomar medicamentos corretamente;
- ✘ adequar sua vida às novas necessidades.



Porque a ADESÃO é importante?

- ✘ Para garantir o sucesso do seu tratamento.
- ✘ Evitar trocas frequentes no seu esquema de medicamentos.
- ✘ Para obter melhor qualidade de vida.

O que pode causar a BAIXA ADESÃO?

- ✘ Multiplicação do vírus no seu organismo;
- ✘ aumento da Carga Viral;
- ✘ diminuição do CD4 (células de defesa) e, conseqüente progressão da doença;
- ✘ pode ocorrer o aparecimento de vírus resistentes às medicações;
- ✘ necessidade de novos esquemas de tratamento cada vez mais complexos.



Que fatores podem interferir na ADESÃO ?

Vários fatores podem interferir, sendo que estes variam de pessoa para pessoa, entre eles:

- ✘ estilo de vida;
- ✘ como você convive com a doença;
- ✘ a medicação que você está usando e o conhecimento que você tem sobre a doença e o seu tratamento;
- ✘ a relação que você tem com a equipe de saúde;
- ✘ a sua participação na tomada de decisões juntamente com seu médico;
- ✘ depressão ou outros problemas emocionais;
- ✘ fatores econômicos;
- ✘ efeitos colaterais e interações com outras medicações e drogas;
- ✘ a participação da família ou cuidadores;
- ✘ os serviços de saúde, as ONGs e os Grupos de Apoio.



Como trabalhar estes fatores?

1. O estilo de vida

É importante que você tenha uma vida saudável, desfrutando daquilo que lhe dê satisfação. A sua medicação deve combinar com suas atividades diárias, você deve adequar e planejar as tomadas. Converse com a equipe de saúde sobre as melhores alternativas.

2. A forma de ver a sua doença e o tratamento?

A **adesão** está diretamente relacionada com a forma que você aceita e convive com sua condição de saúde. Se você não conseguiu enfrentar seu preconceito sobre o HIV, procure ajuda nos serviços de saúde e nos grupos de apoio.

3. O conhecimento em relação à doença e ao tratamento

É importante que você conheça as medicações que está usando:

- ✘ porque está usando,
- ✘ como deve ser usada,
- ✘ o número de comprimidos, horários,
- ✘ fazer jejum ou não,
- ✘ os efeitos colaterais e interações com outras drogas.



4. A relação com a equipe de saúde

É importante uma relação de confiança com a equipe de saúde. Não hesite em expor suas queixas ou dúvidas. Procure ajuda para entender os motivos que o levam a não ter uma boa **ADESÃO**.

5. A tomada de decisão

Converse claramente com os profissionais do serviço, esclareça dúvidas para que possa compreender e participar das decisões que estão sendo tomadas em relação ao seu tratamento.

6. A depressão e outros problemas emocionais

É esperado que as pessoas apresentem tristeza, desânimo, ansiedade, sentimentos de raiva ou revolta após receberem o diagnóstico de alguma doença. No entanto este impacto tende a ser superado na medida em que você superar suas dificuldades. Compartilhar angústias tomando conhecimento da doença e do tratamento.

Procure identificar e reconhecer seus sentimentos busque apoio emocional e psicológico se não estiver conseguindo recuperar seu bem-estar.



7. Fatores econômicos

Se você estiver enfrentando dificuldades econômicas, desemprego, ou preocupações financeiras, procure ajuda dos profissionais de seu serviço e das ONGs (Organizações Não Governamentais) para encontrar alternativas no enfrentamento destas dificuldades.



8. Interações com outros medicamentos ou drogas

Você pode apresentar efeitos colaterais com o uso dos anti-retrovirais, como diarreia, náuseas, dor de cabeça, entre outros. É importante que você conheça os possíveis efeitos colaterais.

Estes sintomas tendem a desaparecer ou diminuir em até um mês de tratamento. Converse com seu médico para que ele possa identificar esses efeitos e encontrar alternativas para amenizá-los.

Antes de tomar outros tipos de remédios, chá converse com seu médico e a equipe de saúde.



Ajudando você na adesão

Lembre-se:

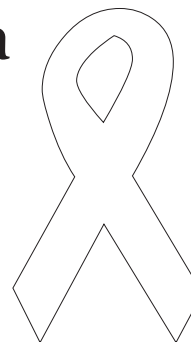
✂ Siga as instruções sobre a alimentação e seus medicamentos.

✂ Tome o número de comprimidos receitados pelo seu médico.

✂ Se você pular ou esquecer alguma dose e/ou horário do medicamento tome a dose assim que você lembrar e vá reajustando seus horários.

✂ Separe as doses do dia, coloque em frascos para não ficar em dúvida se tomou ou não o medicamento.

✂ Participe do **GRUPO DE APOIO** no HUSM todas às **TERÇAS-FEIRAS**, às 14h, no 2º andar na sala 2009.



Elaboração: Enfês Janete Maria Denardin, Vânia Lucia Durgante, Salete Rizzatti; Farmacêutica Cláudia Sala;

Adaptação: Nepe - HUSM

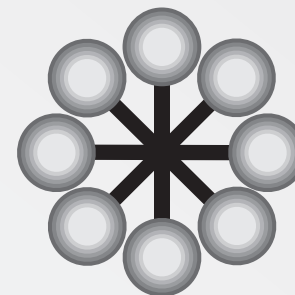
Diagramação: Juliana Mostardeiro



Hospital Universitário de Santa Maria

Universidade Federal De Santa Maria
Hospital Universitário De Santa Maria
Ambulatório Ala I

ADESÃO? O que significa?



NEPE

Núcleo de Educação Permanente em Enfermagem

HUSM

Educação em Saúde