



Amb la col·laboració de
CURELL SUÑOL
Consultors en novetats industrials
i intel·lectuals

Laboratoris farmacèutics:

Boehringer Ingelheim
Gilead Sciences
Glaxo Smith Klaine G.S.K.
Novartis Medical Nutrition



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

- 1 La família
- 2 Com funciona el meu cos
- 3 Història del VIH
- 4 Les visites a l'hospital
- 5 Confiar i compartir
- 6 Un dia de cada dia
- 7 Els meus amics de l'hospital
- 8 **La medicació**
- 9 El futur
- 10 Els drets dels infants

La medicació

FUNDACIÓ
LUCÍA

Alejandro
Rosas





La medicació

Il·lustracions d'Alejandro Arosas

FUNDACIÓ LUCÍA

Xavier Clusella

Núria Curell

Clàudia Fortuny

Marina Galdeano

Pilar Garriga

Patricia Madrigal

Antoni Noguera

Avui us parlaré de la medicació que prenc cada dia.

Les pastilles i els xarops són medicaments.

2 I prendre un medicament és un rotllo, això ho sabem tots.

Però també sabem que, quan és necessari, prendre un medicament és molt important per a la nostra salut.



Ja us he explicat que jo tinc un virus a la sang
que ataca les meves defenses. Aquest virus prova de destruir
i fer malbé les meves cèl·lules de defensa,
però jo lluito cada dia, en tot el meu cos,
en els milions i milions de cèl·lules que el formen,
perquè no pugui fer de les seves.

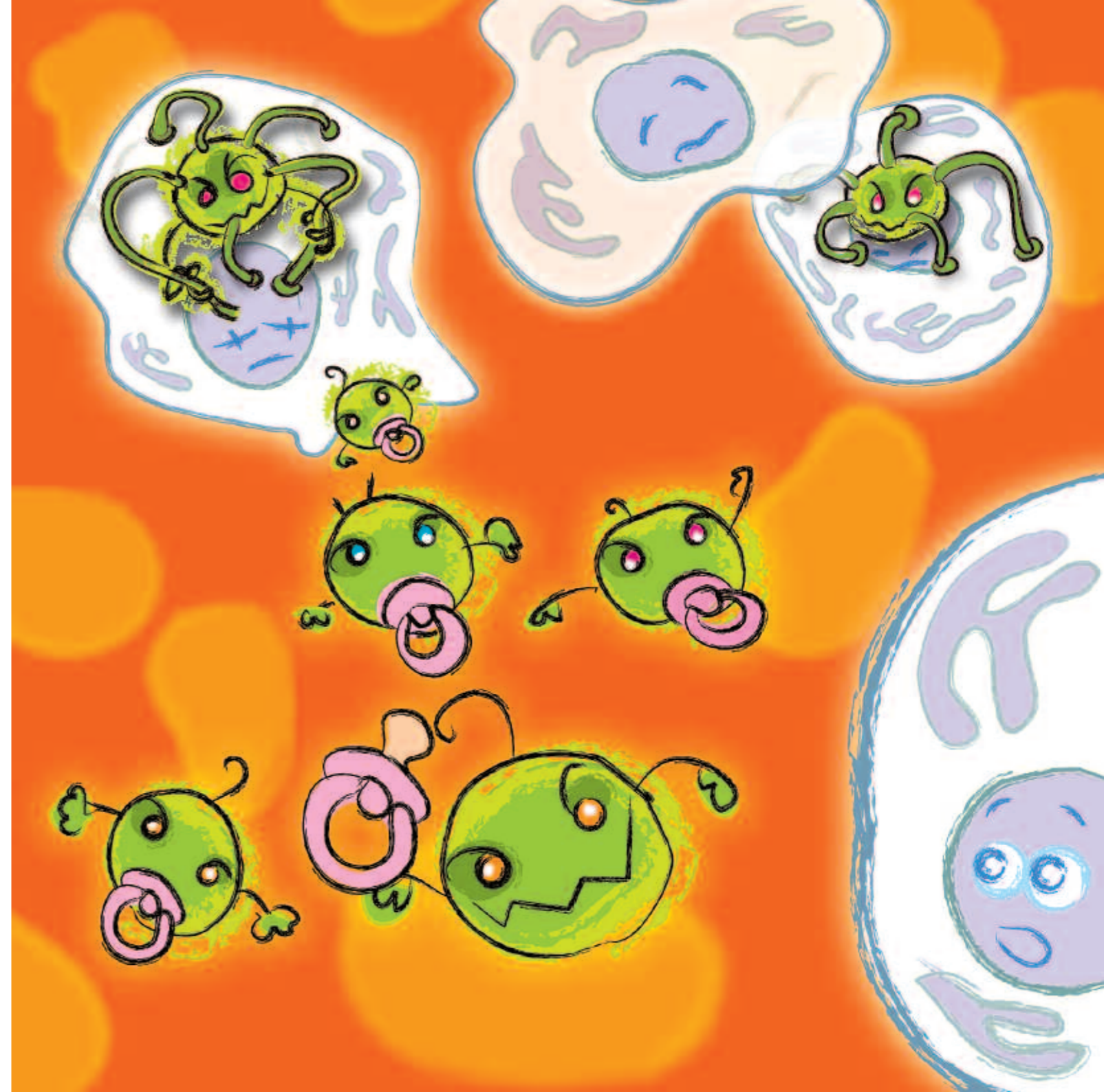


Ara per ara, els medicaments són l'arma més poderosa que tenim els que estem infectats per a lluitar cada dia contra el virus.

6 Si no pogués controlar les destrosses que pot fer el virus en les meves defenses, de mica en mica s'anirien tornant dèbils i cada vegada en tindria menys. Llavors, potser em posaria malalta.



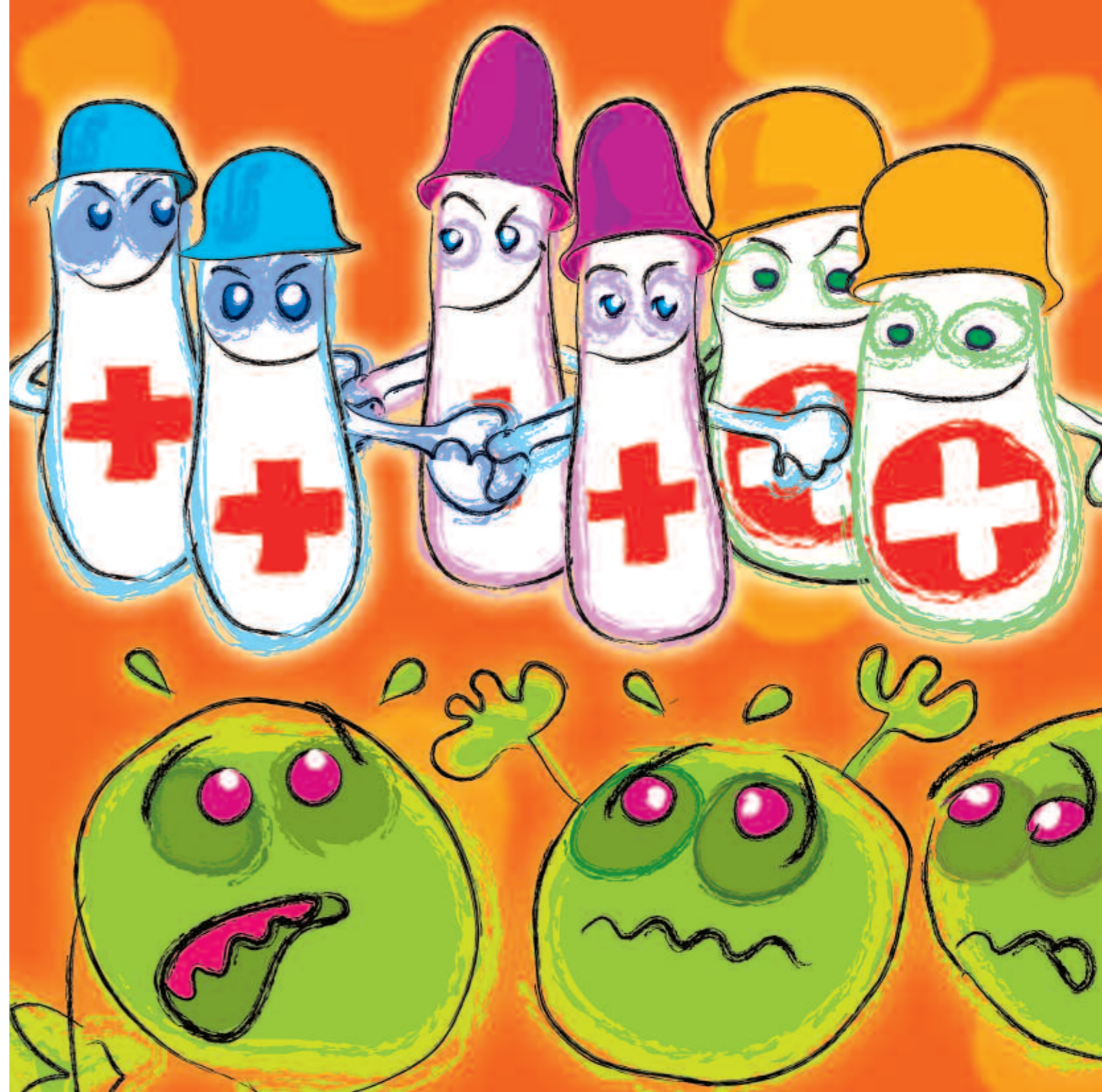
Aquests medicaments que he de prendre es diuen antiretrovirals. Per a entendre millor com funcionen aquests medicaments, ens podem imaginar les cèl·lules com si fossin un ou. El virus de la sida ataca les cèl·lules i les fa malbé de maneres diferents. De medicaments antiretrovirals, n'hi ha de moltes classes, perquè encara que tots tenen la finalitat de no deixar “treballar” el virus, alguns actuen quan aquest virus trenca la closca, d'altres, quan el virus neda per la clara de l'ou, i, els darrers, quan el virus s'està menjant el rovell. Si el virus guanya la batalla, l'ou es destrueix i llavors surten molts nous virus petits que atacaran altres ous, que són les meves cèl·lules.



Si guanyem jo i els antiretrovirals, no hi haurà virus que ataquin els altres ous i jo em trobaré bé. Malauradament, encara no puc eliminar del tot el virus del meu cos, perquè sempre n'hi ha algun que, quan veu que està perdent la lluita, s'amaga al fons de l'ou i espera que la batalla es calmi per tornar a plantar cara.



Per a aconseguir vèncer el virus, cal tenir sempre les defenses ben equipades, amb soldats antiretrovirals en totes les posicions estratègiques. És per això que la meva metgessa sempre insisteix que és molt important que prengui bé els medicaments, sense saltar-me'n ni una sola dosi.

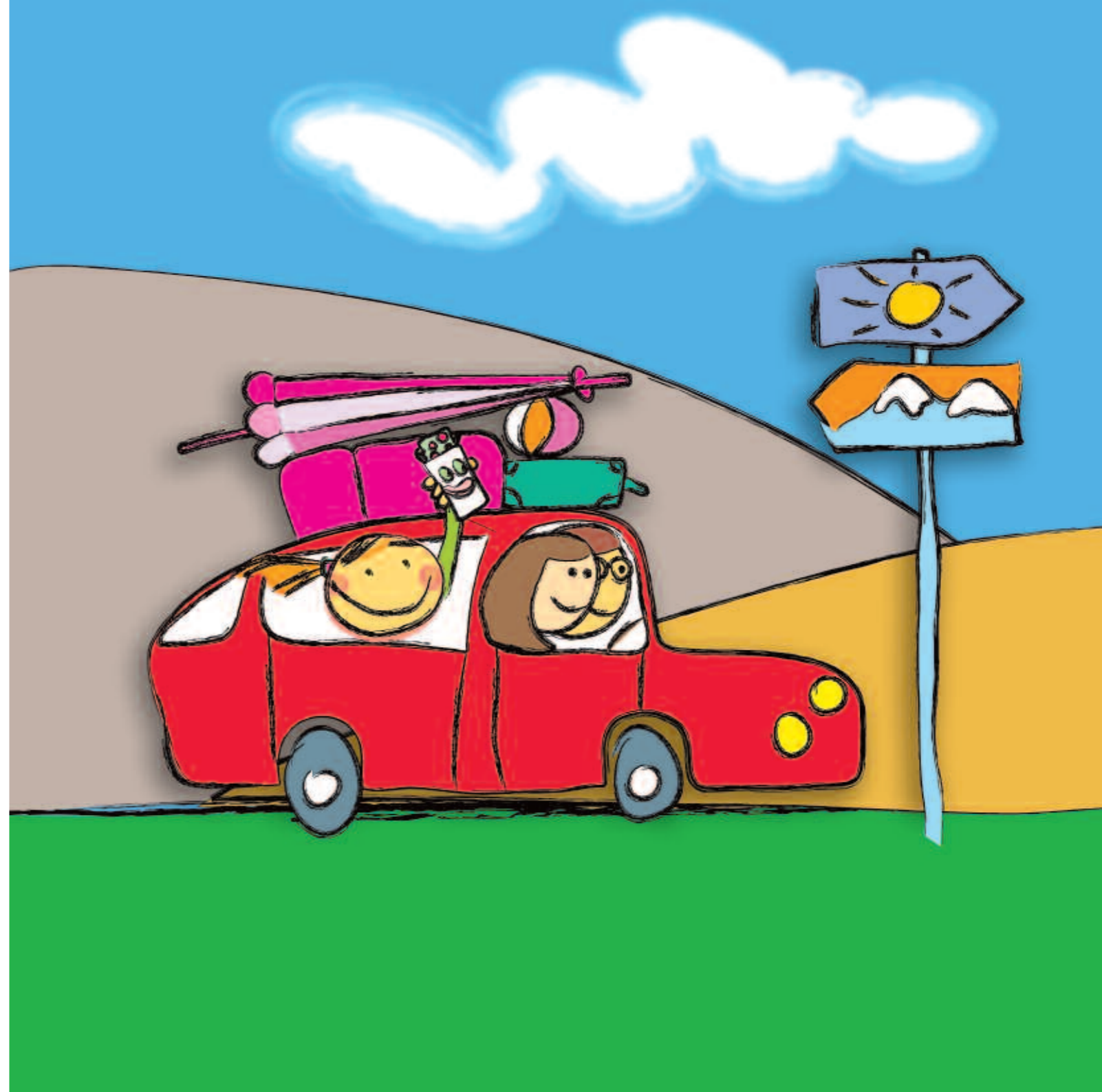


Seguir bé el tractament amb antiretrovirals no és gens fàcil: cal prendre força pastilles cada dia, al matí i al vespre; algunes s'han de prendre amb la panxa buida i d'altres, amb el menjar; algunes, abans d'anar a dormir; n'hi ha que són grosses i costen d'empassar, i n'hi ha que em deixen mal gust a la boca... I, per si no n'hi hagués prou, alguns antiretrovirals fan que em trobi malament: de vegades tinc diarrea o ganes de vomitar; i d'altres em fanvenir maldecap o fan que em senti cansada...

No és senzill, però jo ho he aconseguit amb força de voluntat i amb l'ajuda de la gent que m'estima: de la família, dels amics de l'hospital i d'en Xavi, l'infermer que ve a casa a explicar-me aquestes coses que ara us explico jo a vosaltres.



Ara ja fa molt de temps que no m'he oblidat de prendre cap medicament. Quan marxo de casa uns quants dies –per anar a la platja, d'excursió o a casa dels avis, per exemple–, me'ls enduc en una capseta de plàstic blava molt bonica. Ja no em costa gens de prendre'ls i ja no em causen cap molèstia important. Amb el temps, el meu cos s'hi ha acostumat i ara em trobo millor que mai.



Tot i això, sé que no puc baixar la guàrdia. Si algun dia m'oblidés de prendre la medicació, el virus que està amagat sortiria, es trobaria amb poquets soldats antiretrovirals, lluitaria contra ells i els venceria sense problemes, atacant-los pels punts febles. Això es coneix amb el nom de “resistència als medicaments antiretrovirals” i llavors aquell medicament ja no guanyaria mai més el meu virus. I jo hauria de començar a prendre un medicament nou, que potser em costaria més d'empassar o tindria més mal gust, i tornaria a tenir les molèsties que donen aquests medicaments al principi del tractament.



Ja us he dit abans que prendre medecines no és gaire divertit, però quan el metge ens les recepta és perquè són necessàries si ens volem trobar bé. No sé vosaltres, però jo no estic disposada a arriscar-me! Així doncs, continuaré prenent la medicació cada matí i cada vespre, sense fallar ni un sol dia.





ACTIVITATS

- 1 Digueu quin medicament has pres quan has estat malalt. Quants cops al dia el prenies?
- 2 Explica quin tipus de medicament és el que et costa més de prendre: pastilles, xarops...
- 3 Defineix què són les defenses.
- 4 Explica la semblança que hi ha entre les defenses i un ou, segons el conte que acabes de llegir.
- 5 Explica com actua el virus de la sida sobre les nostres defenses.

NOTA PER ALS EDUCADORS

Aquests contes són pensats per a poder explicar als infants d'entre 7 i 13 anys el que es coneix de la infecció del VIH i la sida: els seus inicis; com es pensa que han aparegut nous patògens que afecten l'ésser humà; les vies de transmissió d'aquesta infecció; les mesures per a prevenir-la, i també el seu tractament clínic, social i emocional.

Les històries d'aquests contes no es corresponen amb la història de la Lucía, que va donar nom a la Fundació.

S'han tenir en compte, però, diverses consideracions:

- 1 Com que es tracten temes que per als infants són complexos, recomanem que una persona adulta acompanyi la lectura dels contes per a aclarir i comentar els seus dubtes.
- 2 El context és situat aquí, al nostre país. Gràcies al fet que es pot accedir als tractaments, la qualitat de vida dels infectats en general és bona, però aquesta circumstància no és així a la resta del món. Hi ha molts països on tenir la infecció del VIH encara equival a una mort segura a curt termini.
- 3 Pel que fa al tractament, hi són descrits i comentats els que es posen a la pràctica avui dia, simultanis a la confecció dels contes, però hi ha hagut altres moments més complicats, i també és d'esperar que evolucionin per a millorar.
- 4 Disminuir l'estigma social amb què és considerada la infecció i les persones que la tenen és un dels objectius fonamentals d'aquests contes, informant des d'un enfocament al més objectiu possible.
- 5 Tot el conjunt de contes és pensat per a poder donar resposta i treballar diverses qüestions quan els nois i les noies demanen de parlar d'aquests temes. Són uns materials pensats per a donar suport a l'adult en el moment de parlar amb els infants d'aquesta infecció. Per a la població infantil en general aquests materials són eines bàsiques d'informació i d'incorporació de coneixements per a prevenir la infecció. Per als nens i les nenes afectats hi ha contes que són per a abans de la comunicació del diagnòstic, propi o familiar: el **2** *Com funciona el meu cos*, el **4** *Les visites a l'hospital*, el **5** *Confiar i compartir*, el **6** *Un dia de cada dia*. I altres, que són útils per a tractar qüestions que els nois i les noies demanen quan ja se'n parla de forma oberta.
- 6 Tots els contes contenen un mínim de 5 exercicis per a la reflexió i la incorporació de coneixements.

1 La família

Tots tenim una família i una història familiar.

2 Com funciona el meu cos

Conceptes d'anatomia i fisiologia necessaris per a comprendre millor com tenir cura de la salut i fer una bona prevenció.

3 Història del VIH

Explica els inicis de l'aparició d'aquesta nova infecció, el descobriment del patogen que la causa i les seves vies de transmissió.

4 Les visites a l'hospital

Per a poder tenir una bona cura de la salut calen controls freqüents.

5 Confiar i compartir

El rebuig social ha empès els infectats a fer prevaldre el dret a la intimitat per a protegir-se de la discriminació i el maltractament. Cal tenir en compte, però, que portar aquest dret a posicions extremes en molts moments pot portar a la solitud, perquè tots ens necessitem i necessitem relacionar-nos. A la vida sempre cal saber avaluar amb qui pots i vols compartir els teus secrets.

6 Un dia de cada dia

La quotidianitat d'un infant que pren medicació és diferent, però també per la seva condició d'infant ha de tenir en compte moltes altres necessitats, iguals a la resta dels infants.

7 Els meus amics de l'hospital

Les realitats de vivència de la infecció per VIH són molt diverses i se n'han volgut contemplar d'altres.

8 La medicació

Explica els mecanismes dels fàrmacs per no deixar que la infecció progressi i la necessitat d'utilitzar medicaments de diverses classes.

9 El futur

L'esperança en la possibilitat de futur és el lligam a la vida. Ens diu com els nois i les noies infectats fan els seus plans de futur, i també les preguntes més freqüents que es plantegen.

10 Els drets dels infants

Reflexió sobre la vulnerabilitat dels infants i els joves i els seus drets.

Primera edició:
desembre del 2005

Disseny de la col·lecció:
Cass

Coordinació del projecte:
Pilar Garriga

© Alejandro Rosas, 2005,
per les il·lustracions

© Fundació Lucía, 2005,
per l'edició en llengua catalana

ISBN: 84-246-2070-4
Dipòsit Legal: B-43.255-2005

Imprès a la UE

Imprès a Índice, SL
Fluvià, 81
08019 Barcelona

Prohibida la reproducció
i la transmissió total o parcial
d'aquest llibre sota cap forma
ni per cap mitjà, electrònic
ni mecànic (fotocòpia,
enregistrament o qualsevol mena
d'emmagatzematge d'informació
o sistema de reproducció),
sense el permís escrit dels titulars
del *copyright* i de la casa editora.