



Presentato da Logan Cochrane

### Introduzione

Q. Che cos'è l' HIV? Virus di Immuno Deficienza Umana

Q. Che cos'è l' AIDS? Sindrome di Immuno Deficienza Acquisita

I due hanno una relazione di causa ed effetto.

L'HIV è il virus che attacca il vostro corpo. L'AIDS rappresenta il risultato: il corpo non può proteggere se stesso da malattie secondarie (spesso chiamate "infezioni secondarie opportunistiche" le quali colgono l'opportunità di entrare nell'organismo quando le sue difese sono indebolite dal virus). Un individuo può avere l'HIV, ma non l'AIDS; in questo caso i dottori diranno che tale persona è "HIV positiva".

Tutti gli individui che hanno l'AIDS, hanno anche il virus (HIV); un individuo con un sistema immunitario molto debole o con una seconda infezione che ha l'AIDS, ha anche l'HIV (è HIV+)

L'HIV attacca il sistema immunitario dell'organismo.

Tale sistema ha la capacità di lottare contro le malattie. Per esempio, quando ci si ammala, l'organismo lavora per bloccare la malattia in modo da poter guarire. Il virus dell'HIV rende il sistema immunitario debole a tal punto che l'organismo non può bloccare la malattia. Quando qualcuno è affetto dall'HIV, il virus attacca lentamente il sistema immunitario. Quando questo diventa troppo debole per poter combattere anche altre malattie, che a questo punto hanno la possibilità di entrare nell'organismo, l'organismo è quindi affetto dall'AIDS. C'è anche una definizione medica dell'AIDS, per cui il numero delle cellule CD4 è al di sotto di 400. Quando una persona muore di AIDS, non è solo a causa del virus (HIV). L'HIV indebolisce l'organismo a tal punto che un'infezione secondaria opportunistica diventa la causa di morte. In tal caso, la persona potrebbe non essersi ammalata per niente, ma a causa dell'indebolimento del sistema immunitario per via del virus, è portata alla morte. Un individuo che vive con l'HIV non può bloccare appropriatamente le malattie e spesso muore a causa di infezioni secondarie quali la malaria, la tubercolosi (TB) e la polmonite. Questo perché quando si porta il virus dell'HIV nel proprio corpo, l'organismo è debole e non può difendersi. In molti casi un malato di AIDS muore per il virus dell'HIV ed una malattia secondaria.

### Riepilogo

Che cos'è l' HIV?

Che cos'è l' AIDS?

In che modo HIV ed AIDS sono correlate?

Che cosa comporta l' HIV?

Come si muore di AIDS?

## Contagio

1. Rapporti sessuali non protetti tra un individuo portatore del virus ed un altro non portatore.  
Questo si riferisce ad ogni contatto di natura sessuale (anale, orale, vaginale) in cui non si usa alcuna protezione (preservativi per esempio). I preservativi sono l'unico metodo anticoncezionale in grado di prevenire la trasmissione dell'HIV. Tuttavia, i preservativi funzionano solo se utilizzati in modo appropriato, se sono conservati adeguatamente e se non sono scaduti. Comunque i preservativi non sono effettivi al 100%. Alcuni studi dicono che sono effettivi circa al 93% . Se due individui hanno rapporti sessuali non protetti e nessuno dei due é portatore del virus, allora nessuno sarà infetto: questo ci dimostra quanto sia importante sapere del proprio stato di salute e fare un test HIV. Il virus é trasmesso solo da una persona infetta ad una che non lo é. Si può ridurre le probabilità di entrare in contatto con il virus riducendo il numero di partners con cui si hanno rapporti sessuali. Come si é detto precedentemente, conoscere il proprio stato di salute riguardo l'HIV é importante. Se non si entra in contatto con il virus, non si diventerá HIV+; é per questo che molti metodi di approccio (religioso, familiare, tradizionale, etc.) si concentrano sull'astinenza ed una posticipazione di un intercorso sessuale tra giovani. É importante ricordare che circa l'85% delle infezioni di HIV sono state trasmesse sessualmente. I due metodi di trasmissione che seguono sono importanti, ma non cruciali come quest'ultimo.
2. Contatto tra sangue e sangue.  
Questo significa che il sangue di una persona infetta dall'HIV si mischia, o entra in contatto, con il sangue di un'altra persona non infetta. La persona sana diventerá HIV+. Tale circostanza si può presentare in vari modi. Per esempio se si usa l'ago di una siringa usato da una persona infetta, anche se si tratta di una piccola quantità. Gli aghi devono essere sterilizzati; se non si possiedono gli strumenti, si può usare la candeggina o il Clorox oppure si può bollire l'ago per 30 minuti. Possiamo immaginare altre circostanze in cui tale contagio può verificarsi: un rasoio, strumenti per tatuaggi, oggetti per il piercing, oggetti affilati, etc. Uno dei fattori principali legati a questo tipo di trasmissione, é la trasfusione sanguigna. Se il sangue non é controllato e contiene il virus può essere transfuso in un'altra persona. Oggi questo metodo di contagio é meno comune a causa dei numerosi tests, ma era un problema rilevante venti anni fa in America.
3. Trasmissione madre-figlio (MTCT o PMTCT).  
Donne che sono HIV positive, possono trasmettere il virus ai propri neonati. Questo può verificarsi durante la gravidanza, il parto o l'allattamento. L'utilizzo di alcuni trattamenti può diminuire tale possibilità ed in alcuni luoghi, tali trattamenti sono gratuiti. Una madre, al fine di poter prendere le dovute precauzioni, deve sapere di essere portatrice dell'HIV. Una donna non portatrice non trasmetterà il virus al proprio bambino. Una donna portatrice del virus ha un 35% di possibilità di trasmettere il virus al bambino (questa é una probabilità).

Ricordate che l'85% delle trasmissioni avviene per via sessuale. Bisogna prestare attenzione anche agli altri modi, ma maggiore concentrazione deve essere posta nel primo, a causa del suo vasto impatto.

## Riepilogo

Qual'è il modo più comune per contrarre il virus dell'HIV?  
Quali sono i mezzi per ridurre/prevenire questo tipo di trasmissione?  
Che cos'è il contatto sangue-sangue?  
Quali sono i mezzi per ridurre/prevenire questo tipo di trasmissione?  
Che cos'è l' MTCT?  
Quali sono i mezzi per ridurre/prevenire questo tipo di trasmissione?  
Qual'è la chiave per prevenire tutti e 3 i mezzi?  
Perché concentrarsi sulla trasmissione sessuale?

La salute e l'alimentazione giocano un ruolo molto importante nell'abilità del nostro organismo di difendersi e ripararsi, in particolar modo dalle malattie. Un individuo può o meno diventare HIV+ dopo un contatto con l'HIV. Alcuni lo sono diventati dopo un intercorso sessuale, mentre altri sono stati esposti al virus, ma non sono diventati HIV+. Alcuni credono sia relativo alle condizioni di salute. Se un individuo è in forma, il suo organismo ha maggiori opportunità di sconfiggere la malattia. Si pensa che una persona in salute abbia più possibilità (probabilità) di fermare un'infezione HIV di una non molto sana. Questo è un fattore che si presenta anche con altre malattie quali TB e malaria.

Il nostro organismo ha bisogno di 4 alimenti principali: prima di tutto, le proteine (che troverete nel latte, le uova, le lenticchie, i fagioli), le quali aiutano nella formazione dei muscoli ed aiutano il sistema immunitario. Ciò non vuol dire che nutrirsi esclusivamente di proteine, renderà il nostro corpo forte: tutti i quattro elementi sono necessari. Abbiamo poi i grassi (che troverete nell'olio, la carne, le verdure etc) che aiutano a conservare l'energia e proteggere il corpo. Ci sono poi i carboidrati, che producono energia (li troverete nei cereali, lo zucchero, la frutta, ect). Infine, il nostro organismo ha bisogno di acqua pulita.

Collegate alla salute sono l'igiene e la cura personali. È importante essere puliti e lavarsi regolarmente, disinfettando le ferite nel modo più appropriato. Come dicevamo prima, l'HIV/AIDS indeboliscono l'organismo e permettono ad altre malattie di danneggiarlo. In quanto l'HIV indebolisce le misure di difesa dell'organismo è importante consultare un medico per ogni malattia.

## Perché le infezioni da HIV continuano ad aumentare: Fattori Sociali (in breve)

- Rifiuto: "Non capiterà proprio a me" - in molti rifiutano l'idea che l'HIV/AIDS rappresentino un problema reale
- Genere: abusi sessuali, subordinazione delle donne, ineguaglianza sociale ed economica, fattori biologici.
- Educazione: scarse risorse, malintesi, restrizioni nell'insegnamento, stigmatizzazione.
- Media: la globalizzazione del sesso attraverso i media ed il turismo sessuale, spesso promosso e glorificato. Questi programmi spesso non parlano di protezione o malattie trasmesse sessualmente, quali l'HIV.
- Servizi Sanitari: costosi, limitati, inaccessibili, stigmatizzazione, barriere orarie, mancanza di protezione, mancanza di trattamenti per STD (costi e stigmatizzazione).

- Cultura: impossibilit  nel parlare di sesso o di sesso sicuro a causa di ineguaglianze.
- Societ -economia: malnutrizione, costi sanitari, stile di vita, costi di trattamenti e cure.
- Malattie Trasmesse Sessualmente (STD): tali infezioni sono fattori che collaborano nelle infezioni di HIV, incrementandone la possibilit  di trasmissione.
- Guerra: abusi sessuali, movimento di masse di individui (ribelli, militari, rifugiati)

### HIV/AIDS in una Prospettiva Globale

UNAIDS (Rapporto del Dic. 2005) Ritiene che 40 milioni di persone vivono con l'HIV/AIDS. Fino ad oggi, 25 milioni sono deceduti. Di quelli che vivono con l'HIV, si ritiene che il 90% non lo sappia. La maggior parte di tali individui vive in paesi in via di sviluppo. I giovani sono quelli maggiormente a rischio, anche se comunque se ne pu  essere affetti a tutte le et .

Nel 2005, pi  del 50% dei nuovi portatori erano tra i 15 e 24 anni. Ogni giorno pi  di 8000 individui muoiono per colpa dell'HIV/AIDS e 14,000 ne restano infetti. Tra questi nuovi infetti, si ritiene che 250 (alcuni suggeriscono un numero pi  elevato, quale 2000) siano neonati infettati alla nascita o attraverso l'allattamento. Oltre alla vita ed alla conseguente morte degli individui infetti da HIV/AIDS, tante altre persone sono coinvolte e ci sono ripercussioni anche su tutta la societ . Si stima che 14,000,000 milioni di bambini siano rimasti orfani a causa dell'AIDS. Di quelli che sono morti, 7,000,000 erano contadini – cifre che ci si aspetta raggiungano i 16,000,000 nel 2020. La morte per AIDS colpisce gli insegnanti (85% in Sud Africa) e sistemi sanitari non adeguati, non sovvenzionati e sovrappopolati (circa 50-80% dei letti di ospedale sono occupati da malati di HIV/AIDS).

### Riepilogo

Che ruolo gioca l'alimentazione nella prevenzione?

Perch  il trattamento   importante?

Perch  l' HIV/AIDS continuano ad aumentare?

Che altri motivo si possono aggiungere?

Quali sono i fattori locali pi  importanti?

In che modo i fattori globali sono correlati?

Quali sono gli effetti immediati dell'HIV/AIDS?

Quali altri effetti ci sono a lungo termine?

### Prevenzione

Gli individui che convivono con l' HIV/AIDS possono essere aiutati in vari modi: (1) trattamento con anti-retrovirali, anche se non ci sono cure per l'HIV, (2) ripristino del sistema immunitario, (3) trattamento di infezioni/malattie secondarie

I trattamenti anti-retrovirali non rappresentano una cura, non c'  una cura per l'HIV/AIDS. Questi trattamenti aiutano il sistema immunitario e rallentano la progressione dell'HIV/AIDS. Questo pu  prolungare la vita di malati di HIV/AIDS. I medicinali possono fare miracoli, in quanto i maggiori miglioramenti avvengono durante i primi due mesi di trattamento.

I trattamenti anti-retrovirali presentano alcuni aspetti negativi. Sono costosi. Difficili da reperire in paesi in via di sviluppo e presentano degli effetti (il 20-30% dei malati di HIV/AIDS in America non possono prendere le medicine anti-retrovirali). I trattamenti anti-retrovirali sono meno efficaci quando il virus diventa piú resistente alle medicine.

I trattamenti anti-retrovirali possono aiutare una persona malata a ritornare in salute, ma non sono una cura. Il sistema immunitario può essere aiutato anche da una buona salute ed una propria alimentazione.

NB: la morte per HIV/AIDS é associata ai danni riportati da una seconda malattia che subentra quando il virus dell' HIV indebolisce il sistema immunitario. Per questo motivo il trattamento di un' infezione secondaria opportunistica é molto importante per la salute e la vita delle persone affette da HIV/AIDS. Richiedere un consiglio medico per tali malattie può prolungare la vita dei malati di HIV/AIDS.

### Prevenzione dell' MTCT

Le donne portatrici di HIV che aspettano un bambino, hanno un 35% di possibilità di trasmettere il virus al neonato. Come dicevamo, ci sono alcuni trattamenti che possono essere somministrati per prevenire tale eventualità. Innanzi tutto abbiamo la Nevirapine, una medicina da somministrare alle madri prima e dopo il parto per ridurre le probabilità di contagio ad un costo abbastanza contenuto (circa \$4 USD). Tale trattamento é spesso usato in quanto economico e facile da somministrare. Alcune aziende farmaceutiche lo forniscono addirittura gratuitamente. É importante conoscere lo stato di malattia della madre per poter preparare il trattamento.

### Riepilogo

Quali sono le tre opzioni per le persone che vivono con l' HIV?

Cosa sono i trattamenti anti-retrovirali?

Che cosa fanno?

C' é una cura?

Quali sono gli effetti collaterali?

Quali sono problemi aggiuntivi?

Che cos' é l' MTCT?

Che cos' é la Nevirapine?

Cos' é importante sapere per aiutare nella prevenzione del contagio dell' HIV?

### Genere

L' HIV/AIDS é cominciata con il contagio principalmente di uomini, tuttavia oggi sono aumentati i casi di contagio per le donne. Nel 2005 piú del 50% dei nuovi ammalati era donna. Questo a causa della biologia fisica delle donne, dei fattori socio-economici, dei diritti e dello status. Cosí come nel caso degli uomini, l' infezione si trasmette via contatti eterosessuali. Negli ultimi anni il numero delle donne HIV positive é aumentato del doppio ogni anno. In media, ogni 20 secondi una donna dei paesi in via di sviluppo diventa HIV positiva. A causa dei diritti delle donne ed del ruolo che esse ricoprono nell' accudire la famiglia, quando sono HIV-positive, l' accesso alle cure ed il supporto sono ridotti. Il rischio delle donne di diventare HIV+ é connesso a:

1. **Biologia:** le donne sono partners recettivi nei contatti eterosessuali e ci sono piú zone recettive sui loro corpi che non nei maschi. L'azione del contatto sessuale associata con il loro aspetto fisico, le sottopone a rischi maggiori. In piú, c'è il rischio che trasmettino il virus al loro bambino durante il parto.
2. **Società/Cultura:** Le donne sono sottoposte ad una subordinazione sessuale a causa del loro basso stato sociale, spesso dovuto ai valori culturali. Tale subordinazione può manifestarsi attraverso la coercizione di prestazioni sessuali così come dominazione/violenza/abusi, attraverso l'uso della forza o lavori a sfondo sessuale (CSW), definiti spesso come prostituzione. Alcune donne sentono di non avere il permesso o il diritto di parlare di sessualità e tanto meno richiedere che si pratichi un sesso sicuro.
3. **Economia:** Le donne sono spesso forzate nell'industria del sesso (prostituzione) sia perché non sono autorizzate a lavorare e sono economicamente dipendenti da uomini che potrebbero lasciare la famiglia (morte o divorzio), oppure perché non c'è effettivamente alcuna possibilità di lavoro nella società (accesso agli alimenti o denaro). Le ragazze incontrano i "Papá di Zucchero" in quanto attratte dal loro capitale, dallo status o dagli averi. Tutti questi fattori si aggiungono e sono connessi alla subordinazione femminile nella società e nella cultura.
4. **Epidemiologica:** Alcune donne hanno bisogno di trasfusioni di sangue quando partoriscono e sono quindi esposte ad un'esposizione in piú degli uomini.