



Apresentado por Logan Cochrane

Introdução

- O que é HIV (VIH)¹? – Vírus da imunodeficiência humana.
- O que é AIDS (SIDA)²? – Síndrome da imunodeficiência adquirida.

HIV e AIDS têm relação de causa e efeito. O HIV é um vírus que ataca o corpo. A AIDS é o resultado da incapacidade do corpo de se proteger de doenças secundárias, também conhecidas como “infecções oportunistas secundárias”, já que aproveitam para entrar no corpo no momento em que sua defesa foi enfraquecida pelo vírus. Uma pessoa pode ter HIV mas não ter AIDS; nesse caso, os médicos dizem que a pessoa é simplesmente “HIV positiva” ou “soropositiva”. Por outro lado, todas as pessoas com AIDS carregam o vírus HIV. Quando um indivíduo tem o sistema imunológico muito fraco ou uma infecção secundária, diz-se que ele tem AIDS; nesse caso, ele também carrega o vírus HIV (é HIV positivo).

O HIV ataca o sistema imunológico do corpo (sistema que combate doenças). Por exemplo, quando alguém fica doente, o corpo trabalha para combater a enfermidade, a fim de que o sujeito fique saudável novamente. O vírus HIV deixa o sistema imunológico tão fraco que o corpo não consegue mais combater a doença. Quando alguém possui HIV, o vírus ataca o sistema imunológico aos poucos. Quando o sistema imunológico fica muito fraco para combater outras doenças, as mesmas se aproveitam para invadir o corpo. Nesse caso, diz-se que o indivíduo adquiriu AIDS. Há também uma definição médica: considera-se que uma pessoa tenha AIDS quando sua contagem de células CD4 cai abaixo de 400.

Quando uma pessoa morre de AIDS, ela não morre somente devido ao vírus HIV. O HIV simplesmente enfraquece o corpo; as infecções oportunistas secundárias são a verdadeira causa da morte. Nesses casos, pode ser que o indivíduo nem tenha adquirido uma enfermidade grave, mas o fato de o vírus enfraquecer o sistema imunológico torna a doença fatal. Uma pessoa que vive com HIV não é capaz de conter doenças de forma eficaz e, por isso, pode morrer devido a essas infecções secundárias (como malária, tuberculose ou pneumonia). Isso ocorre porque alguém que carrega o vírus HIV tem seu corpo enfraquecido e não consegue se defender. Na maioria dos casos, a morte por AIDS é causada pelo vírus HIV e por uma doença secundária.

Questões de Revisão

- O que é HIV?
- O que é AIDS?
- Como o HIV e a AIDS estão relacionados?
- O que o HIV faz com o corpo?
- Como alguém morre de AIDS?

1 Na maioria dos países de língua portuguesa, a sigla VIH é utilizada. No Brasil, entretanto, utiliza-se a sigla inglesa HIV (*human immunodeficiency virus*).

2 Na maioria dos países de língua portuguesa, a sigla SIDA é utilizada. No Brasil, entretanto, utiliza-se a sigla inglesa AIDS (*acquired immunodeficiency syndrome*).

Transmissão

1. Contato Sexual

Trata-se do contato sexual sem proteção entre alguém que possui o vírus e outra pessoa que não o possui. Isso significa que qualquer contato sexual (anal, oral, vaginal) sem o uso de proteção (preservativos, por exemplo) pode transmitir o vírus. Os preservativos são o único método anti-concepcional que é capaz de evitar a transmissão do HIV. Entretanto, os preservativos somente são eficientes se forem usados da forma correta e durante o prazo de validade. Mesmo assim, preservativos não são 100% eficazes; estudos sugerem que os mesmos sejam aproximadamente 93% eficazes. Se dois indivíduos praticarem sexo sem proteção e nenhum deles possuir o vírus, então ninguém será infectado – isso mostra a importância de realizar o teste de HIV e de conhecer o resultado do parceiro nesse teste. O vírus só pode ser transmitido de uma pessoa infectada para uma outra não infectada. Pode-se reduzir a probabilidade de contato com o vírus mantendo-se baixo o número de parceiros sexuais e conhecendo-se o resultado no teste de HIV dos parceiros, como mencionado anteriormente. Se uma pessoa não tiver contato com o vírus, nunca se tornará HIV positiva. Por esse motivo, algumas correntes de pensamento (religiosa, familiar, tradicional, etc.) se focam na abstinência sexual e no adiamento do contato sexual na juventude. É essencial que se tenha em mente que 85% das infecções por HIV ocorrem devido a transmissão sexual. As outras duas formas de transmissão apresentadas abaixo também são importantes, mas o contato sexual é particularmente crucial.

2. Contato Sangue-a-Sangue

Se o sangue de uma pessoa que carrega o HIV for misturado (tiver contato) com o sangue de outra pessoa que não possui o vírus, pode ocorrer a transmissão. A pessoa que não possui o vírus se tornará HIV positiva devido a esse contato. Esse tipo de transmissão pode ocorrer de muitas formas. Por exemplo, ao se compartilhar agulhas, o sangue de uma pessoa pode ser injetado em outra pessoa, mesmo que em pequenas quantidades. Por isso, todas as agulhas utilizadas devem ser novas e descartáveis. Além disso, podem-se imaginar outros objetos que causem esse tipo de transmissão: lâmina de barbear, instrumentos de tatuagem, instrumentos de perfuração do corpo (*piercing*), etc. Um dos principais fatores ligados a esse tipo de transmissão é a transfusão sanguínea. Se não for analisado previamente, sangue infectado pode ser transmitido para o corpo de um indivíduo. Hoje em dia, essa forma de transferência é menos comum devido aos procedimentos de teste e análise, mas costumava ser um grande problema há vinte anos nos Estados Unidos.

3. Transmissão de Mãe para Filho

Mulheres vivendo com HIV podem passar o vírus para seus filhos. Isso pode ocorrer durante a gravidez, no momento do nascimento ou durante o aleitamento materno. O uso de certos medicamentos pode reduzir significativamente essa possibilidade e esse tratamento é oferecido gratuitamente em muitos locais. Para que essa precaução seja tomada, é necessário que a mãe conheça o resultado de seu teste de HIV. Mulheres que não carregam o HIV não o passarão para seus filhos. Mulheres que carregam o vírus têm 35% de chance de o transmitir para seu filho.

Deve-se lembrar que 85% das transmissões ocorrem por contato sexual. Os outros modos de transmissão também merecem atenção, mas deve-se focar principalmente nessa primeira forma de transmissão, uma vez que seu impacto é muito grande.

Questões de Revisão

- Qual é a maneira mais comum de se infectar pelo HIV?
- Quais são as formas de reduzir ou prevenir esse tipo de transmissão?
- O que é o contato sangue-a-sangue?
- Quais são as formas de reduzir ou prevenir esse tipo de transmissão?
- O que é a transmissão de mãe para filho?
- Quais são as formas de reduzir ou prevenir esse tipo de transmissão?
- Qual é o fator-chave para a prevenção das três formas de transmissão?
- Por que se deve focar na transmissão sexual?

Saúde e Nutrição

Saúde e nutrição têm um papel importante na capacidade de o corpo defender-se e curar-se e, em particular, recuperar-se de doenças. Uma pessoa pode ou não se tornar HIV positiva como resultado do contato com o vírus. Alguns tornam-se HIV positivos com apenas um contato sexual, enquanto outros não se tornam HIV positivos mesmo após exposição ao vírus. Acredita-se que esse fato esteja relacionado à saúde. Pessoas saudáveis têm mais oportunidade de combater a enfermidade. Imagina-se que pessoas saudáveis tenham mais chance (probabilidade) de combater infecções de HIV do que pessoas com saúde debilitada. Esse fator também influencia no contágio de outras doenças, como tuberculose e malária.

O corpo humano necessita de quatro componentes nutricionais principais:

1. **Proteínas** (encontradas em carnes, leite, ovos, lentilha e feijões), que ajudam a construir músculos e auxiliam o sistema imunológico. Comer proteínas somente não garante desempenho ótimo do sistema imunológico; os quatro tipos de nutrientes são necessários para a saúde.
2. **Gorduras** (encontradas em óleos, carnes, vegetais e muitos outros), que auxiliam no armazenamento de energia e protegem o corpo.
3. **Carboidratos** (encontrados em cereais, pães, açúcares, frutas, etc.), que fornecem energia ao corpo.
4. **Água potável.**

Ainda relacionado à saúde, deve-se mencionar a higiene pessoal. É muito importante manter-se limpo, incluindo banhos regulares e tratamento adequado de ferimentos. Como já mencionado, o HIV enfraquece o corpo e permite que outras doenças danifiquem o corpo. Como o HIV debilita a capacidade de o corpo defender-se e curar-se, é essencial buscar tratamento médico para todas as doenças.

Fatores Sociais

Por que as infecções de HIV continuam aumentando?

- **Negação:** Pensamentos do tipo “não vai acontecer comigo” estão ligados à negação de que o HIV e a AIDS sejam um problema real.
- **Gênero (sexo):** Abuso sexual, subordinação da mulher, desigualdades sociais e econômicas e fatores biológicos.
- **Educação:** Escassez de recursos, conceitos errôneos, restrições de ensino e desaprovação em relação à doença.
- **Mídia:** Globalização do sexo e meios de comunicação centrados em sexualidade, falta de atenção com a prevenção.
- **Serviços médicos:** Caros, escassos, inacessíveis, barreiras de horário, falta de acesso a

- métodos de prevenção, escassez de tratamentos a doenças sexualmente transmissíveis.
- **Cultura:** Incapacidade de falar sobre sexo ou negociar o sexo seguro devido a desigualdades culturais.
 - **Sócio-econômico:** Desnutrição, despesas com saúde, estilo de vida, custo do tratamento.
 - **Doenças sexualmente transmissíveis (DSTs):** Essas doenças vêm acompanhadas da infecção de HIV, já que a mesma aumenta a probabilidade de transmissão de doenças.
 - **Guerra:** Abuso sexual, movimentos de pessoas em massa (rebelados, militares, refugiados).

HIV e AIDS em uma Perspectiva Global

A UNAIDS estima que 40 milhões de pessoas vivam com HIV/AIDS³. Além disso, 25 milhões já morreram devido à doença. Dentre os que vivem com AIDS, estima-se que 90% não saibam da doença, sendo que a maioria desses casos acontece em países em desenvolvimento. Jovens e adultos jovens são a faixa etária de mais alto risco, mas pessoas de todas as idades podem ser afetadas. Em 2005, mais de 50% dos recém-infectados tinham entre 15 e 24 anos. Todos os dias, 8 mil pessoas morrem de HIV/AIDS e 14 mil são infectadas. Desses indivíduos recém-infectados, alguns estudos sugerem que 250 são crianças infectadas durante o nascimento ou o aleitamento materno (outros estudos sugerem números bem mais altos, como 2 mil).

Além dos impactos imediatos na vida dos infectados e das consequências fatais, a AIDS afeta muitos outros aspectos da sociedade. Estima-se que 14 milhões de crianças já tenham se tornado órfãs devido a mortes por HIV/AIDS. Até agora, daqueles que já morreram, 7 milhões eram fazendeiros e estima-se que esse número suba para 16 milhões em 2020. Mortes por AIDS também já afetaram muitos professores (85% das mortes na África do Sul foram consequência da AIDS) e, por consequência, o sistema educacional. Além disso, os sistemas médicos estão pouco preparados, têm recursos escassos e estão superlotados (em média, 50-80% dos leitos hospitalares estão ocupados por pessoas que vivem com HIV/AIDS).

Questões de Revisão

- Qual é o papel da nutrição na prevenção?
- Por que o tratamento é importante?
- Por que a AIDS e o HIV continuam aumentando?
- Quais outras razões podem ser adicionadas?
- Quais são os principais fatores locais?
- Como os fatores globais estão relacionados?
- Quais são os efeitos imediatos do HIV/AIDS?
- Quais são os efeitos a longo prazo?

Prevenção

Pessoas vivendo com HIV/AIDS podem ser ajudadas de algumas maneiras:

1. Tratamento anti-retroviral (entretanto, não existe uma cura para o HIV);
2. Fortalecimento do sistema imunológico;
3. Tratamento das infecções secundárias.

Os tratamentos anti-retrovirais não são uma cura, visto que não existe cura para HIV/AIDS. Esses tratamentos fortalecem o sistema imunológico e retardam o avanço do HIV/AIDS. Isso pode estender a vida de pessoas infectadas. Essas drogas são conhecidas por produzir milagres em

3 Relatório de dezembro de 2005.

relação à melhora na qualidade de vida em apenas dois meses de tratamento.

Entretanto, os tratamentos anti-retrovirais têm alguns aspectos negativos. Eles são caros, de difícil acesso em países em desenvolvimento e apresentam alguns efeitos colaterais (20-30% das pessoas com HIV/AIDS que vivem nos Estados Unidos não têm acesso a medicação anti-retroviral). Finalmente, o tratamento anti-retroviral torna-se menos eficaz à medida que o vírus torna-se resistente às drogas.

Medicações anti-retrovirais podem ajudar uma pessoa muito doente a tornar-se saudável, mas não constituem uma cura propriamente dita. O sistema imunológico também pode ser auxiliado com uma boa saúde e uma nutrição adequada.

Vale enfatizar que mortes por HIV/AIDS são sempre associadas a danos causados por doenças secundárias que se aproveitam do sistema imunológico enfraquecido pelo HIV. Por esse motivo, o tratamento das infecções oportunistas secundárias é muito importante para a saúde e vida de pessoas que vivem com HIV/AIDS. Procurar tratamento médico para essas doenças pode estender a vida desses indivíduos.

Prevenção da Transmissão de Mãe para Filho

Mulheres que são portadoras de HIV e engravidam têm 35% de chance de transmitir o vírus para o filho. Como mencionado, certos tratamentos podem ser administrados para evitar que isso ocorra. Uma droga conhecida como Nevirapina pode ser fornecida a mães antes e depois do parto para reduzir a probabilidade de transmissão por um custo relativamente baixo (cerca de US\$ 4). Esse tratamento é freqüentemente usado porque é barato e fácil de administrar. Algumas companhias farmacêuticas até oferecem o tratamento gratuitamente. O ponto principal para mães e filhos é o conhecimentos da situação para que um tratamento adequado possa ser administrado.

Questões de Revisão

- Quais são as três opções para pessoas vivendo com HIV?
- O que são tratamentos anti-retrovirais?
- O que eles fazem?
- Existe uma cura?
- Quais são seus efeitos colaterais negativos?
- Quais são os problemas adicionais?
- O que é a prevenção da transmissão de mãe para filho?
- O que é Nevirapina?
- Qual é o ponto principal para todas as pessoas em se tratando de prevenção da transmissão do HIV?

Gênero (Sexo)

O HIV/AIDS começou afetando os homens de forma majoritária; entretanto, mulheres têm sido cada vez mais afetadas recentemente. Em 2005, mais de 50% dos recém-infectados eram do sexo feminino. Esse fato está relacionado à fisiologia das mulheres e também a condições sócio-econômicas e jurídicas das mulheres. Da mesma forma que com os homens, a grande maioria das transmissões ocorre por contato heterossexual. Nos últimos anos, o número de mulheres HIV positivas tem dobrado todos os anos. Na média, uma mulher de um país em desenvolvimento torna-se HIV positiva a cada 20 segundos. O papel que a mulher exerce na família, especialmente quando um membro dela torna-se HIV positivo, obriga a mesma a tomar as responsabilidades no que diz respeito à assistência ao indivíduo doente.

O risco crescente de mulheres tornarem-se HIV positivas está relacionado a:

1. Biologia

As mulheres são as parceiras “receptivas” em um contato heterossexual e, por isso, seu corpo possui mais regiões receptivas do que o dos homens. O papel da mulher na relação sexual, associado a sua fisiologia, é um fator adicional de risco. Além disso, a concepção pode acabar transmitindo HIV ao filho.

2. Sociedade e Cultura

As mulheres enfrentam subordinação sexual devido a sua posição social “inferior” à dos homens, o que é freqüentemente relacionado a valores culturais. Essa subordinação pode se manifestar através do ato sexual forçado, da dominação, do abuso e da violência – isso tudo pode ocorrer através de força ou através do comércio sexual (prostituição). Algumas mulheres sentem que não possuem permissão para falar sobre sexualidade ou habilidade para negociar o sexo seguro.

3. Fatores Econômicos

As mulheres são forçadas a entrar na indústria sexual (prostituição) por um dos motivos a seguir: não conseguem ingressar no mercado de trabalho ou são economicamente dependentes de homens que podem deixar a família, seja por morte ou divórcio. Além disso, jovens mulheres são freqüentemente atraídas por homens com dinheiro, bens ou posição social elevada. Todos esses fatores contribuem para a subordinação da mulher na sociedade.

4. Epidemiologia

Algumas mulheres precisam de transfusão sanguínea durante a concepção e, por isso, são expostas a uma via de transmissão adicional com maior freqüência do que os homens.

Traduzido por Tiago Bello Torres