

Prevenir infecciones

Na maioria de pessoas, a infecção prolongada por HIV pode causar danos importantes no seu sistema imunitário. Se isso ocorrer, a pessoa pode começar a padecer doenças que seu corpo tivesse superado facilmente antes da infecção por HIV. Estas doenças se conhecem como infecciones oportunistas.

Os médicos podem prever quando alguém está em risco de contrair alguma infecção oportunista mediante a recontagem de umas células imunitárias chamadas células CD4 (chamadas também linfócito T cooperante ou célula T) que se encontram no sangue. Nos adultos, o risco de desenvolver infecciones graves é menor se a recontagem de células CD4 está acima de 200/mm³. Mas o número e a frequência de infecciones oportunistas que uma pessoa pode desenvolver incrementam a possibilidade de que diminua a recontagem de células CD4.

O médico pode te recomendar que comece a tomar medicação antirretroviral como medida particularmente preventiva para as infecciones, sobretudo se tua recontagem de células de CD4 desce a certos níveis pouco seguros. Isto se chama profilaxis primária e seu objetivo é prevenir uma doença antes de que ocorra. Mas, depois de recuperar-te de uma infecção, quíçá poderia precisar medicação que te ajude a prevenir sua reparaçãõ. Isto se chama profilaxis secundária ou terapia de manutenção.

A expectativa de vida das pessoas com HIV se incrementou graças ao uso de um maior número de fármacos mais eficazes para as doenças oportunistas. Para as infecciones tais como a pneumonia por *Pneumocystis carinii* (PCP), que tendia a ser a principal causa de morte entre as pessoas com AIDS, existem vários fármacos efetivos que conseguem preveni-las por mais tempo. No entanto, não todas as infecciones se podem prevenir e os médicos poderiam ter diferentes pontos de vista com respeito ao tratamento mais adequado a fazerem.

O tratamento com fármacos antirretrovirais pode suprimir a replicação viral do HIV para níveis muito baixos e facilitar o incremento da recontagem de CD4 e a função imunológica. Indistintamente de que esteja tomando antirretrovirais, é muito importante que continue tomando a medicação profiláctica que te protege contra o desenvolvimento de infecciones, até que teu sistema imunitário se tenha recuperado totalmente, até o ponto de que este possa seguir defrontando a tais infecciones por si só.

Quando decidir se quer ou não tomar profilaxis, deverá considerar, por um lado, os beneficios de prevenir a infecção e, do outro, o inconveniente de tomar medicação e o risco de seus possíveis efeitos secundários. Para algumas infecciones como a PCP, o balanço é claramente a favor da profilaxis, enquanto para outras, tais como o CMV e MAI, o balanço não está tão claro. No momento de tomar uma decisão, é importante considerar todos estes aspectos.

O primeiro que poderia considerar é se está em risco de contrair uma infecção concreta. Isto o pode indicar a recontagem

de células CD4 que tenha. Mas, no caso de que já a tenha contraído, o médico deveria te recomendar que te fizesse umas análises de sangue para determinar o tipo de organismo que causa a infecção, como podem ser a toxoplasmose e o CMV. E no caso de que ainda não esteja infectado, poderia tomar medidas para evitar a exposição, em lugar de tomar fármacos.

Se estiver em risco de contrair alguma infecção, averigua se a medicação que vai tomar para tratá-la é efetiva e quais seriam os possíveis efeitos secundários que a infecção te poderia causar. Mas recorda que cada pessoa é diferente e que, por tanto, não existe maneira alguma de prever se pode desenvolver um efeito secundário em particular. A maioria dos efeitos secundários ocasionados pelos fármacos preventivos desaparece pouco depois de interromper a medicação indicada.

Alguns fármacos não requerem nenhum tipo de restrição alimentícia, mas outros se devem tomar com certos alimentos ou a uma hora concreta do dia. Isto poderia exigir-te algumas mudanças em tua rotina diária que poderiam afetar a tua qualidade de vida. Existe uma variedade de fármacos possíveis entre os que pode escolher o que mais se adapte a tua rotina diária.

Algumas pessoas não são capazes de encontrar um tratamento de profilaxis aceitável, enquanto a outras não lhes agrada a idéia de tomar qualquer medicação sempre que se encontram bem. Se em teu caso for assim, uma alternativa possível é detectarem a tempo a infecção, já que a maioria das infecciones respondem favoravelmente ao tratamento.

No entanto, as infecciones oportunistas são graves, pois são a principal causa de morte entre as pessoas com AIDS. Quem as desenvolvem tendem com frequência a perder peso, que em ocasiões pode ser difícil de recuperar e incrementa o risco de posteriores infecciones.

Quando se deve considerar tomar uma profilaxis primária?

NÍVEIS DE CD4	INFECCÃO	FÁRMACOS POTENCIAIS
Menos de 200	PCP	SeprínR, pentamidina e dapsone
Menos de 200	Toxoplasmose	Seprín®
Menos de 100	MAI	Rifabutina e claritomicina
Menos de 100	CMV	Ganciclovir oral