

HIV și bolile cardiovasculare

Bolile cardiovasculare cuprind o serie de boli care afectează inima, venele și arteriile corpului nostru. În cazul persoanelor cu HIV, mai mult de atât, sunt dispuși la posibilități mai mari de a le suferi, deoarece atât propria infecție cât și folosirea cronică a anumitor antiretrovirale crește riscul.

Boli cardiovasculare

Bolile cardiovasculare sunt considerate prima cauză de moarte în rândul populației mondiale. Conform Organizației Mondiale a Sănătății (OMS) aceste ar fi următoarele :

- Cardiopatia coronariană: o boală a vaselor sanguine care irigă musculatura cardiacă (miocardic).
- Bolile cerebrovasculare: boli a vaselor sanguine care irigă creierul.
- Arteropatiile periferice: Boli a vaselor sanguine care irigă membrele superioare și inferioare.
- Cardiopatia reumatică: lezări ale miocardului și ale valvulelor cardiace datorită febrei reumatice, este o boală cauzată de către bacteria cunoscută sub numele de streptococ.
- Cardiopatiile congenitale: malformări ale inimii care sunt prezente de la naștere.
- Trombozele venoase profunde și emboliile pulmonare: cheaguri de sânge (trombii) la nivelul venelor gambei și coapsei, care se pot desprinde (embolii) și se localizează în vasele de la inimă și de la plămâni.
- Atacurile de inimă și accidentele vasculare cerebrale (AVC): tind a fi fenomene acute care se datorează, de regulă, la obstrucția (astuparea) ce împiedică ca sângele să curgă spre inimă sau înspre creier. Cauza cea mai frecventă este cea a formării depozitelor de grăsime pe pereții vaselor sanguine care irigă inima sau creierul. Accidentele vasculare cerebrale (AVC) deasemenea se pot datora unei hemoragii a vaselor cerebrale sau a unor cheaguri de sânge.

Cauzele bolilor cardiovasculare

HIV-ul prin el însuși poate cauza inflamarea ceea ce crește riscul problemelor cardiovasculare. Tratamentul antiretroviral poate să provoace creșteri ale nivelului sanguin al grăsimilor (colesterol și trigliceride; a se vedea [InfoVIHtal # 16: 'Colesterolul'](#)) ceea ce poate duce la obstrucția și la întărirea arterelor (ateroscleroză) și duce la creșterea riscului de boli cardiovasculare în timp. Nu toate medicamentele antiretrovirale provoacă aceste efecte secundare. Medicul tău de HIV îți va verifica prin analizele de sânge a nivelului de grăsime în sânge pentru a evalua dacă este necesară reducerea lor.

Nu de mult, o mare creștere a riscului de infarct miocardic a fost asociat cu luarea medicamentelor lopinavir și indinavir, care fac parte din familia de inhibitori de protează, și la abacavir și didanosina, din clasa de inhibitori ai revers transcriptazei analogici nucleosidici. Este de mare importanță ca medicul tău să valoreze factorii tăi de risc cardiovascular în cazul în care îți prescrie vreunul dintre medicamentele menționate.

Cu toate acestea, este important să reamintim faptul că beneficiile tratamentului sunt superioare acestor posibile riscuri. De fapt, este de știut că, pe lângă faptul că contribuie la evitarea deteriorării sistemului imunitar și al dezvoltării de boli, o terapie antiretrovirală bine controlată poate deasemenea să diminueze marcatorii de inflamare cronică care sunt obișnuiți în cazul infecției de HIV fără tratament. Inflamația ce sporește factorii de risc cardiovasculari contribuie la creșterea coagulării sanguine.

Reducerea riscului

În general, un bun control al factorilor de risc, selectarea cu grijă antiretroviralilor, având în vedere caracteristicile și factorii de risc a fiecărei persoane în parte, și adoptarea unui stil de viață sănătos, de exemplu a duce o alimentație echilibrată și practicarea exercițiilor fizice moderate de formă regulată (a se vedea [InfoVIHtal # 54: 'Exercițiul fizic și HIV'](#)), poate să scadă riscul cardiovascular de o formă bine cunoscută. Simplul fapt de a avea mai mult de 45 de ani (la bărbați) sau de 55 (la femei) deja constituie, prin el însuși, un factor de risc cardiovascular.

Alți factori de ținut cont ar fi :

- Sexul (în cazul bărbaților implică un risc superior)
- Istorialul familial al bolilor cardiovasculare
- Fumatul
- Nivelele colesterolului și/sau al trigliceridelor elevate
- Tensiunea arterială elevată, în mod special cea diastolică (mică)
- Nivelele elevate a zahărului în sânge, rezistența la insulină sau la diabet
- Sedentarismul

Realizarea exercițiilor fizice a demonstrat, în diferite studii, capacitatea de diminuare a nivelului de grăsime în sânge și a glucozei. Renunțarea la fumat, deasemenea, poate să reducă notabil tensiunea arterială.

Există metode care permit calcularea riscului cardiovascular. Dacă se pune în calcul vârsta ta, sexul, nivelele de colesterol și trigliceride și alți factori de risc cum ar fi fumatul se obține riscul de boli cardiace în 5 ani sau în 10 ani. Persoanele cu înalți factori de risc de boală cardiacă care necesită tratamentul anti-HIV, pot să folosească noile medicamente anti-HIV care au mai puțină probabilitate de a crește riscul bolilor cardiovasculare, și deasemenea pot să primească sprijin în cazul în care vor să realizeze schimbări privitor la stilul său de viață.