

• Exames de SANGUE

A realização periódica de exames de sangue é muito importante para quem está em tratamento com antirretrovirais para monitorar se há alterações relacionadas à própria infecção ou aos efeitos colaterais decorrentes do uso contínuo de medicamentos. O objetivo é identificar e estabelecer a conduta mais adequada a ser seguida. A frequência e os exames mais apropriados dependem de cada caso e da orientação do seu médico.

• Os medicamentos antirretrovirais provocam EFEITOS COLATERAIS?

Podem provocar ou não. Geralmente, efeitos adversos (colaterais) são mais comuns no início do tratamento e depois de cerca de duas semanas pode haver uma adaptação. Variam muito de pessoa para pessoa e, na maioria dos casos, são toleráveis ou desaparecem progressivamente. Se você sentir algum desconforto e acha que pode ser do tratamento, procure seu médico. Algumas vezes é necessário um ajuste ou mesmo a troca de algum dos medicamentos. Importante lembrar que novos medicamentos com outras características e menos efeitos colaterais estão sendo disponibilizados.



Caso precise utilizar outros medicamentos para tratar algum outro problema, mesmo sem qualquer relação com o fato de fazer tratamento antirretroviral, você deve consultar antes o seu médico. Ele poderá orientá-lo neste caso, evitando interações medicamentosas que possam prejudicar seu tratamento ou causar danos ao seu organismo.

• Para o tratamento ser eficaz é importante que você:

- Só utilize antirretrovirais em esquemas combinados (coquetel)!
- Não atrase os horários das medicações!
- Tome a quantidade indicada de comprimidos, nos horários determinados e da forma recomendada!
- Não interrompa o tratamento de forma alguma, a não ser com orientação do seu médico!

- Observe se a medicação necessita ser tomada com alimentos, conforme orientação do seu médico!
- Converse com seu médico sobre seu estilo de vida e rotina, para que a medicação seja adequada ao seu dia a dia!
- Lembre-se sempre que a medicação controla o vírus no seu organismo, evitando que você adoeça de Aids!

• Disciplina pede CRIATIVIDADE! DICAS para lembrar dos remédios nos horários certos:

- Defina quais os melhores horários a adotar, considerando sua rotina diária. Converse com o seu médico sobre seu dia a dia!
- Hoje em dia, vários aparelhos têm alarmes, com destaque para os celulares. Use e abuse desta tecnologia a seu favor!
- Se for o caso, parentes, companheiros(as), amigos(as) podem ajudar a lembrar dos horários!
- Deixe bilhetes, papéis coloridos ou outros truques em lugares estratégicos para lembrar da medicação!
- Se for possível, use caixinhas com compartimentos por dia de semana, que facilitam a tomada e ajudam a identificar falhas!
- Antes de viajar, calcule a quantidade de comprimidos que você precisará no período, levando sempre uma quantidade reserva para eventuais imprevistos!
- Converse com seu médico sobre quaisquer dificuldades para tomar sua medicação, pois poderá orientá-lo, inclusive trocar de esquema!

• O papel do Profissional de Saúde e seu tratamento

O profissional de saúde (médico, enfermeiro, psicólogo, nutricionista e o farmacêutico) tem um papel muito mais importante do que receitar remédios ou dietas. É sua função planejar e acompanhar seu tratamento, de forma eficiente e, principalmente, tirando suas dúvidas e esclarecendo sobre o tratamento. Manifeste sua opinião e pergunte sempre que achar necessário. Valorize sua opinião e divida com o seu médico as decisões sobre o tratamento, pois a confiança é essencial para o sucesso do mesmo.

• Férias no tratamento

TOME SEMPRE OS MEDICAMENTOS, seja fim de semana, viagens ou férias. A interrupção do tratamento pode causar falha terapêutica (resistência viral aos medicamentos, que perdem o efeito).



PENSE NISSO!!

Apesar das dificuldades de aderir a um tratamento diário, esta é a melhor alternativa para uma vida sem adoecimento. Busque serviços que complementem o seu tratamento (apoio psicológico, nutricionista etc.). Novas informações surgem todos os dias e ampliam mais as possibilidades de tratamento.



• O direito ao tratamento da infecção pelo HIV é assegurado por lei. Exija regularidade na distribuição da medicação, ou procure grupos organizados, caso você tenha alguma dificuldade para ter acesso aos medicamentos, aos exames regulares ou consultas médicas.

• Participar de grupos de adesão é uma boa alternativa para quem deseja compartilhar experiências e esclarecer dúvidas sobre o tratamento antirretroviral. Informe-se em Ong's/Aids sobre formas de contatos com estes grupos

PARA LEMBRAR SEMPRE:

NÃO PARTA nenhum comprimido dos medicamentos antirretrovirais, pois eles possuem um revestimento resistente ao ácido encontrado no estômago e devem passar inteiros pelo órgão.

• ANTIRRETROVIRAIS:

Inibidores da transcriptase reversa análogos de nucleosídeos – ITRN

- ZIDOVUDINA/AZT
- DIDANOSINA /DDI
- ZIDOVUDINA+LAMIVUDINA. AZT+3TC
- LAMIVUDINA/3TC
- ABACAVIR/ABC
- TENOFOVIR/TDF

Inibidores da transcriptase reversa não análogos de nucleosídeos – ITRN

- NEVIRAPINA/NVP
- EFVIRENZA/EFV OU EFV
- ETRAVIRINA/ETR OU ETV
- RILPIVIRINA (Edurant) - Não disponível no Brasil
- DORAVIRINE - Pesquisa

Inibidores de Protease – IP

- SAQUINAVIR/SQV
- RITONAVIR/RTV
- ATAZANAVIR/ATV
- FOSAMPRENAVIR/FPV
- LOPINAVIR (COFORMULADO COM RITONAVIR/LPV/R)
- TIPRANAVIR/TPV
- DARUNAVIR/DRV

Inibidores do CCR5

- MARAVIROC/MARAVIROQUE/MVC-MVQ

Inibidores de Integrase

- RALTEGRAVIR/RAL
- ELVITEGRAVIR - Não disponível no Brasil
- DOLUTEGRAVIR
- GSK 1365744 - Pesquisa (Fase II)

Inibidores de Fusão

- ENFUVIRTIDA OU T20

Comprimidos Combinados

- 3 em 1 – EFVIRENZA+TENOFOVIR+LAMIVUDINA
- 2 em 1 – TENOFOVIR+LAMIVUDINA

Todo medicamento deve ser prescrito e avaliado por um médico e seus efeitos adversos (efeitos colaterais) costumam ser temporários (limitados ao período inicial do tratamento), mas precisam ser monitorados. Comunique, sempre, a ocorrência destes efeitos. Importante lembrar que nem todo paciente sentirá estes efeitos.

Agradecimentos a Dra. Maria Cristina Lyrio, Dra. Marcia Rachid e a George Gouveia Dezembro/2016

Acerte os ponteiros da SUA saúde

Informações sobre tratamento com Antirretrovirais

GRUPO **redaVIDDA** RJ

• Tratamento Antirretroviral Fundamental na luta contra o HIV

O tratamento da infecção pelo HIV com antirretrovirais é fundamental para inibir a reprodução do vírus e a consequente deficiência imunológica. A garantia do acesso a esses medicamentos antirretrovirais, distribuídos gratuitamente na Rede Pública de Saúde, reduziu o número de internações hospitalares e de óbitos decorrentes das complicações clínicas. É possível viver com o vírus, sem evoluir com manifestações da doença.

Para garantir o sucesso do tratamento é imprescindível cumprir com rigor todas as recomendações da prescrição médica. A DISCIPLINA (adesão) é fundamental para o êxito terapêutico do tratamento.

A escolha do tratamento, por sua vez, deve seguir critérios já bem estabelecidos, respeitando as interações medicamentosas, as doses e horários, monitorando-se efeitos adversos (efeitos colaterais) e avaliando-se a tolerância aos medicamentos. Cada paciente deve ser monitorado individualmente, considerando as diferenças tão comuns e esperadas entre as pessoas.

• Exames laboratoriais Primeiro passo para iniciar o tratamento

Os exames laboratoriais, principalmente o CD4 e CARGA VIRAL, são alguns indicadores do estado imunológico e da progressão da infecção pelo HIV. A carga viral é o principal marcador do sucesso terapêutico. O objetivo do tratamento é atingir CARGA VIRAL INDETECTÁVEL, dentro de um período médio de seis meses após o início da terapia antirretroviral.

No Brasil, mais recentemente, o Ministério da Saúde passou a recomendar que o tratamento seja iniciado para todos os portadores do HIV, independentemente da contagem de CD4 e da carga viral. O médico deverá avaliar com o paciente e esclarecer tudo sobre o assunto, para que este tenha condições de tomar a decisão de começar o tratamento (terapia) sem risco de falha de adesão.

Essa decisão decorreu das vantagens do início imediato do tratamento, tendo em vista que vários estudos comprovaram benefício para o organismo dos pacientes e a redução da transmissão (impacto na prevenção).

Os exames laboratoriais são essenciais para identificar quaisquer problemas, antes e depois de iniciado o tratamento com os antirretrovirais.

Quanto mais cedo for diagnosticada a infecção pelo HIV e iniciado o tratamento, maior a chance de sucesso (carga indetectável e recuperação progressiva da imunidade).

O TESTE DE GENOTIPAGEM, também oferecido pela Rede Pública de Saúde, permite verificar se está ocorrendo resistência viral aos medicamentos, ou seja, se algum deles deixou de ter eficácia (falha terapêutica). A falha pode acontecer por uso irregular (falha de adesão), que favorece o surgimento de mutações no vírus (mutações de resistência).



É muito importante avaliar a sua capacidade para fazer as MUDANÇAS NECESSÁRIAS e só iniciar o tratamento quando estiver certo que tem condições de seguir todas as recomendações. Um tratamento negligente ou interrompido fará o VÍRUS SE FORTALECER DENTRO DO SEU ORGANISMO. O HIV ficará resistente aos medicamentos e o tratamento fracassará. Mas, adiar pode ser um RISCO A SUA VIDA e ao seu bem estar. Negocie o início do tratamento com seu médico, escolha a melhor opção de tratamento e siga a risca a prescrição médica.



PENSE NISSO!!

Não posso ignorar o fato de que sou soropositivo e, atualmente, a única forma de tratamento é através do uso dos antirretrovirais!!

• O que é o COQUETEL?

No final de 1995, após diversas pesquisas, descobriu-se que os remédios funcionariam melhor se tomados combinadamente, daí o nome de terapia combinada ou coquetel. Com os diversos medicamentos antirretrovirais que estão disponíveis (suas diversas classes), é possível fazer associações, empregando, geralmente, três medicamentos diferentes, de acordo com a indicação médica e as necessidades do paciente. Novas classes de medicamentos têm surgido e já possuem menos efeitos colaterais.

• Como funcionam os REMÉDIOS que compõem o COQUETEL?

Depois que infecta uma pessoa, o HIV está sempre se MULTIPLICANDO e se renovando dentro do corpo. Os remédios (antirretrovirais) atuam diretamente neste processo de replicação viral, fazendo com que a multiplicação do HIV seja reduzida ao máximo, diminuindo a quantidade de vírus circulante no organismo e impedindo a evolução para o quadro de Aids (adoecimento).

O objetivo do tratamento é inibir a replicação (multiplicação) do vírus, atingindo níveis tão baixos que não são detectados nos exames laboratoriais (CARGA VIRAL INDETECTÁVEL).

Existe redução considerável da transmissibilidade quando a carga viral se torna indetectável, mas não podemos dizer que seja nula. Os dados foram obtidos a partir de estudos clínicos (acompanhamento de casais). As MEDIDAS DE PREVENÇÃO são fundamentais também para os soropositivos. A reinfecção com outros subtipos do HIV pode prejudicar o tratamento.

• Por que não devo INTERROMPER o tratamento ou ATRASAR o remédio?

Porque quando você atrasa ou para de tomar a medicação, o vírus pode VOLTAR A SE MULTIPLICAR e podem surgir mutações de resistência aos medicamentos (novos vírus que não respondem ao tratamento). Quanto menor a multiplicação do vírus, menor o risco de mutações (mantendo CARGA VIRAL INDETECTÁVEL nos exames de sangue).



Procure escolher sempre um mesmo horário para tomar os remédios. Atrasos pequenos podem ser tolerados. Informe-se com o seu médico sobre a tolerância de tempo e o que pode ser feito em cada situação.

• O que é o CD 4?

É um marcador da superfície de algumas células, principalmente linfócitos T4 ou T-auxiliares, que são responsáveis pela DEFESA IMUNOLÓGICA. O linfócito CD4 atua como o receptor do HIV. A contagem dos linfócitos CD4+ tem relação direta com IMUNIDADE DA PESSOA. Quanto maior a contagem de CD4 no sangue, melhor está o sistema imunológico (defesa imunológica). Quanto menor e quanto mais rapidamente ocorrer a queda desta contagem, maior a chance de adoecimento (infecções oportunistas).

• O que é CARGA VIRAL?

É a QUANTIDADE DE VÍRUS circulantes no sangue de uma pessoa. Ela é medida através de um exame específico que informa a quantidade de vírus por mililitro de sangue. A CARGA VIRAL INDETECTÁVEL é o objetivo do tratamento. A carga viral alta causa a diminuição do CD4 no organismo, aumentando o risco de adoecimento. Desta forma, o valor da carga viral é o mais importante indicador do sucesso do tratamento com os antirretrovirais.



Se você já iniciou o tratamento e conseguiu atingir o objetivo de carga viral indetectável, mas depois de um tempo voltou a subir, isto pode significar falha terapêutica (resistência ao medicamento). Fale com seu médico, que saberá propor a melhor solução. Os exames de carga viral são indicados levando-se em consideração diferentes aspectos, ou seja, o intervalo entre eles será melhor definido conforme avaliação do seu médico.

• Carga viral INDETECTÁVEL significa que eu estou livre do vírus?

Não! Com o tratamento adequado, o objetivo principal é alcançar a CARGA VIRAL INDETECTÁVEL, ou seja, chegar a um nível tão baixo que o exame não consegue mais medir a quantidade. Mas não significa que o vírus não esteja no seu organismo. É importante lembrar que o vírus se esconde nos chamados "santuários", locais do corpo onde não é possível medir a carga viral.

PARA OUTRAS INFORMAÇÕES:

Disque Aids Pela Vidda:
(21) 2518-2221

Disque Aids Virtual:
disqueaids@pelavidda.org.br

Pergunte Aids do Ministério da Saúde:
0800 611997

O Grupo Pela Vidda produziu este manual para você. O "Acerte os ponteiros da sua saúde" é para distribuição exclusivamente gratuita. Desejamos que ele sirva de estímulo à sua boa adesão ao tratamento contra o HIV e Aids. Viva a vida!



www.pelavidda.org.br
Av. Rio Branco, 135 sala 709
CEP 20040-006 - Rio de Janeiro - RJ
Telefone: (21) 2518-3993
Fax: (21) 2518-1997

Financiador

