



SAMS

PRESTAÇÃO INTEGRADA DE CUIDADOS DE SAÚDE

MELHORAR O ACESSO | PROMOVER A QUALIDADE

Objetivos principais do tratamento:

- Aumento da esperança média de vida e da qualidade de vida das pessoas com VIH;
- Impedir a progressão da doença por VIH através da redução da carga vírica para níveis indetetáveis;
- Recuperar ou manter a função do sistema imunitário;
- Reduzir o risco de transmissão do VIH a outros.

Objetivos a atingir em 2012/2016

O Programa Nacional de Prevenção e Controlo da Infecção VIH/SIDA assume uma visão coincidente com a da ONUSIDA que prevê zero novas infeções, zero mortes relacionadas com a SIDA e zero casos de discriminação. Propõe, até ao final de 2016, seis importantes metas, a saber:

- Reduzir em Portugal o número de novas infeções por VIH em 25%;
- Diminuir de 65% para 35% os diagnósticos tardios de infeção pelo VIH (definidos pela contagem de linfócitos T CD4+ inferior a 350/mm³);
- Diminuir em 50% o número de novos casos de SIDA;
- Diminuir em 50% o número de mortes por SIDA;
- Aumentar para 95% a proporção dos indivíduos que dizem usar preservativo em relações sexuais ocasionais;
- Eliminar a transmissão da infeção por VIH da mãe para o filho.

Hospital SAMS

Rua Cidade de Gabela, 1 – Piso 0

Horário de Atendimento

Todos os dias das 8,30 às 24 horas

Telefone - 218 422 014

www.sams.pt



Promoção da adesão à
terapêutica do VIH/SIDA
e Objetivos para 2012|16

Adesão ao tratamento: a chave do sucesso

PORQUÊ?

Apesar de haver muitos medicamentos e regimes terapêuticos diferentes para o VIH, os estudos mostram que o primeiro regime é o que tem maiores hipóteses de sucesso e de ser mantido ao longo do tempo. **Ao tomar os medicamentos corretamente (adesão) aumenta as probabilidades de sucesso do tratamento.** Para além disso, os investigadores determinaram que a supressão ótima do vírus (supressão virológica completa ou carga vírica indetetável) requer que sejam tomadas corretamente **mais de 90% das tomas** dos medicamentos (adesão de 90% a 95%).

A adesão tem um impacto direto na eficácia da medicação anti-VIH, traduzida como diminuição da carga vírica. **Quando se esquecer de tomar uma dose, mesmo que só uma vez, o vírus tem uma oportunidade de se reproduzir mais rapidamente.** É essencial manter a replicação do VIH no mínimo (carga vírica indetetável) para prevenir o aparecimento de complicações relacionadas ou não com a SIDA.

Ao conseguir uma boa adesão ao tratamento para o VIH, está a ajudar a prevenir o aparecimento de resistência aos medicamentos anti-retrovirais. Quando há falta de adesão ao tratamento, o VIH pode adquirir mutações. Isto pode levar ao aparecimento de vírus mutantes do VIH que são resistentes à medicação.

Fatores que influenciam a adesão

QUANDO?

Os seguintes fatores podem dificultar a sua adesão ao regime terapêutico para o VIH:

- Sentir efeitos indesejáveis da medicação (como náuseas, diarreia);
- Ritmo de vida muito intenso;
- Viagens, particularmente para fusos horários diferentes;
- Dúvidas sobre a eficácia da medicação;
- Sentir-se doente ou deprimido;
- Esquecer-se de tomar os medicamentos.

Uma das coisas mais importantes que pode fazer no início de um regime terapêutico é falar com o seu médico sobre o seu estilo de vida. Ele poderá então prescrever um regime melhor adaptado ao seu caso específico.

COMO?

Através de uma conversa aberta os tópicos que deve falar com o seu médico incluem:

- Os seus horários de deslocações, dormida e refeições;
- Possíveis efeitos indesejáveis da medicação;
- Outros medicamentos que esteja a tomar e as possíveis interações com medicamentos anti-VIH;
- O seu nível de empenho para seguir um regime de tratamento para o VIH

Conselhos úteis para um melhor resultado

O QUE POSSO FAZER?

■ **Tomar os medicamentos na mesma altura todos os dias.**

■ Usar relógios com alarme ou telemóveis para lembrar de quando tomar a medicação.

■ **No início de cada semana, preparar a medicação numa caixa de comprimidos.**

■ Manter os medicamentos no local em que se tomam. Pode ser útil manter uma reserva no local de trabalho, pasta ou carteira.

■ Ter um diário de medicação. Escrever os nomes dos medicamentos na agenda diária e marcar cada dose à medida que se toma.

■ **Planear atempadamente fins de semana, feriados e alterações na rotina.**

■ Desenvolver uma rede de apoio constituída pelos seus familiares, amigos e colegas, que possam lembrá-lo das tomas dos medicamentos.

■ **Controlar o stock de medicamentos e contactar o médico ou hospital caso os medicamentos não sejam suficientes até à próxima consulta.**

Resistência aos medicamentos para o VIH

O QUE NÃO FAZER?

Quando existem falhas nas tomas da medicação, podem desenvolver-se estirpes de VIH resistentes aos medicamentos que se está a tomar, e mesmo a outros medicamentos que nunca tomou. Isto pode levar a que fique com menos opções de tratamento, no caso de necessitar de uma alteração do regime de tratamento futuramente.

Considera-se que é resistente aos medicamentos quando o VIH já não responde à medicação que o doente está a tomar.

Quando se desenvolve resistência aos medicamentos anti-retrovirais, a carga vírica (quantidade de VIH numa amostra de sangue) aumenta e terá de mudar para uma nova associação de medicamentos antiretrovirais (ARV).

Uma vez que as estirpes do vírus resistentes aos medicamentos podem ser transmitidas a outros, a adoção de comportamentos de risco pode, neste sentido, ter consequências graves.

A transmissão de estirpes de vírus resistentes aos medicamentos a outras pessoas significa que essas pessoas à partida já terão menos opções de tratamento, logo após a aquisição da infeção.