

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 04, 2024

HIV: o que é?

O HIV é um vírus que prejudica o sistema imunológico e dificulta o combate a infecções e doenças. Não há cura para o HIV, mas há tratamentos que enfraquecem o vírus e ajudam as pessoas infectadas a se manterem saudáveis.

O que é o HIV?

HIV significa **Vírus da Imunodeficiência Humana**. A infecção pelo vírus danifica seu sistema imunológico e dificulta o combate a alguns tipos de infecção. Também facilita o desenvolvimento de algumas doenças e cânceres.

Sem tratamento, a infecção pelo HIV pode levar à AIDS. AIDS significa **Síndrome da Imunodeficiência Adquirida**.

AIDS é o nome dado ao grupo de infecções e doenças que se desenvolvem à medida que o HIV enfraquece gradualmente o sistema imunológico. Sem tratamento, a AIDS geralmente se desenvolve de 10 a 15 anos após a infecção pelo HIV.

As maneiras mais comuns pelas quais as pessoas podem ser infectadas pelo HIV são:

- Por meio de contato sexual sem preservativo
- Infecção transmitida da mãe para o bebê, seja no útero ou durante o parto ou a amamentação, e
- Compartilhamento de agulhas e seringas infectadas ao injetar drogas "de rua".

Quais são os sintomas?

Alguns dos sintomas da infecção pelo HIV podem parecer um pouco com uma gripe que não passa. Isso pode ocorrer nas primeiras semanas após a infecção pelo vírus. Esses sintomas podem desaparecer por vários anos enquanto seu corpo tenta controlar a infecção. É por isso que muitas pessoas com HIV nem sequer sabem que foram infectadas. Mas quanto mais tempo você ficar sem tratamento, maior a probabilidade de os sintomas retornarem, pois o sistema imunológico fica ainda mais fraco.

Os sintomas que sugerem o HIV podem incluir:

HIV: o que é?

- Febre e suores noturnos
- Cansaço
- Sensação de mal-estar geral
- Dor de garganta e glândulas inchadas na garganta
- Perda de peso
- Erupções cutâneas
- Uma infecção fúngica chamada candidíase na boca
- Feridas de aftas
- Diarreia
- Dores de cabeça e dores musculares.

Se o seu médico achar que você pode ter HIV, ele sugerirá que você faça um teste de HIV.

Antes do exame, o médico pode fazer perguntas sobre seu histórico médico e seu estilo de vida. Isso ajuda você e seu médico a entender a probabilidade de você ter HIV.

Por exemplo, seu médico pode perguntar sobre coisas que tornam as pessoas mais propensas a contrair o HIV, como

- Se você injeta drogas ilegais
- Sua vida sexual: por exemplo, quantos parceiros sexuais você teve recentemente e se você usa preservativos quando faz sexo
- Se (se você for homem) faz sexo com outros homens
- Se algum de seus parceiros sexuais tem HIV
- Quaisquer infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) que você tenha tido no passado, inclusive hepatite.

Seu médico também pode querer examiná-lo. Esse exame pode incluir:

- Verificação de sua altura e peso
- Verificar se há erupções cutâneas e sinais de infecção por fungos em sua pele
- Verificando o interior de sua boca para detectar candidíase
- Ouvir o coração e os pulmões
- Verificar o abdômen para ver se o fígado está inchado
- Verificar se há sinais de ISTs em seus órgãos genitais.

Às vezes, as pessoas pedem um teste de HIV por outros motivos além dos sintomas. Por exemplo, eles podem querer um teste:

- Se acharem que podem ter sido infectados por meio de sexo desprotegido
- Após uma lesão acidental com agulha (isso às vezes acontece com profissionais de saúde), ou
- Se estiverem injetando drogas de forma insegura.

HIV: o que é?

Na maioria dos países, as mulheres grávidas fazem o teste de HIV rotineiramente.

Se você fizer um teste de HIV, o médico deve explicar o que pode acontecer se o teste for positivo. Por exemplo, eles devem explicar o tratamento de que você pode precisar e como o HIV pode afetar sua vida. Seu médico poderá responder a todas as suas perguntas.

O que vai acontecer?

Não é possível dizer o que acontecerá com cada pessoa com HIV.

Mas, na maioria das pessoas, a condição progride lentamente. Isso significa que a maioria das pessoas não fica mais doente de repente.

E, com o moderno tratamento antirretroviral (TARV), o progresso da doença pode ser retardado quase até a paralisação, de modo que a maioria das pessoas possa ter uma vida longa e saudável. Isso ocorre porque ele enfraquece o vírus a ponto de não poder mais ser detectado em um exame de sangue (chamado de carga viral indetectável).

No entanto, o ART só oferece os melhores resultados quando você toma os medicamentos exatamente como prescrito. Sua equipe médica lhe dará as informações necessárias sobre como tomar seus medicamentos.

Graças à ART, as pessoas com HIV vivem muito mais do que antes. Em muitos países, a expectativa de vida média das pessoas que iniciam o tratamento antiretroviral aos 20 anos de idade está atualmente entre 63 e 67 anos.^[1]

No entanto, o HIV ainda é uma doença grave que pode causar dificuldades ao longo da vida para muitas pessoas. As pessoas com HIV têm mais chances de ter outros problemas graves de saúde, incluindo doenças cardíacas, doenças renais, câncer e alguns problemas ósseos.

Se você tem HIV, deve consultar seu médico regularmente e estar ciente dos sintomas de outros problemas que podem ocorrer.

Para obter mais informações, consulte nossos folhetos *HIV: complicações de longo prazo e HIV: infecções comuns em pessoas com HIV*.

Suporte e orientação sobre estilo de vida

A maioria das pessoas acha que viver bem com o HIV é mais fácil se elas tiverem o apoio das pessoas mais próximas. Falar sobre o HIV com seus entes queridos pode ser uma parte importante para se manter bem.

É importante que seus parceiros sexuais saibam que você tem HIV. Se você estiver ansioso para contar a eles, converse com seu médico. Seu médico ou outra pessoa (às vezes chamada de facilitador) poderá ajudá-lo a conversar com eles e com qualquer outra pessoa que você esteja preocupado em contar.

A prática de sexo seguro ajuda a manter seus parceiros sexuais seguros. Isso significa usar preservativos e se informar sobre outras práticas de sexo seguro. Entretanto, estudos demonstraram que as pessoas que tomam a TARV conforme prescrito e que têm uma carga

HIV: o que é?

viral indetectável não transmitem o HIV para seus parceiros por meio do sexo. Você deve conversar com seu médico sobre o que é mais seguro para você e sua parceira antes de tomar qualquer decisão.

Manter-se saudável quando se tem HIV não depende apenas de tomar os medicamentos corretamente.

Uma boa nutrição é fundamental quando se tem uma doença que afeta o sistema imunológico.

Também é mais fácil manter-se saudável com o HIV quando você não usa drogas, não bebe álcool e não fuma. Todos esses fatores podem afetar seu sistema imunológico e deixá-lo mais fraco.

Se não conseguir parar de injetar drogas, converse com sua equipe de tratamento sobre como obter agulhas e seringas limpas. Seu médico pode ajudá-lo a entrar em um programa de tratamento de drogas.

Muitas organizações e grupos de apoio oferecem ajuda e informações a pessoas com HIV. Por exemplo, no Reino Unido, o Terrence Higgins Trust (tht.org.uk) vem prestando esses serviços há muitos anos. Seu médico pode ajudá-lo a encontrar apoio em sua região ou você pode pesquisar on-line.

Referências

1. Antiretroviral Therapy Cohort Collaboration. Survival of HIV-positive patients starting antiretroviral therapy between 1996 and 2013: a collaborative analysis of cohort studies. *Lancet HIV*. 2017 May 10;4(8):e349-e356.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

