

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jul 06, 2020

HIV: complicações em longo prazo

Os tratamentos modernos significam que o HIV pode ser gerenciado muito melhor do que no passado, para que muitas pessoas com a infecção possam viver vidas longas e razoavelmente saudáveis.

Mas ter HIV pode aumentar a probabilidade de você ter outros problemas de saúde, alguns deles sérios. Estar ciente desses problemas e conversar com seu médico sobre quaisquer sintomas que você tenha pode ajudá-lo a se manter o mais saudável possível.

O que é o HIV?

HIV significa **Vírus da Imunodeficiência Humana**. Se você estiver infectado pelo vírus HIV, isso danifica seu sistema imunológico. Isso dificulta o combate a alguns tipos de infecção e facilita o desenvolvimento de alguns tipos de câncer.

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 sistema imunológico é enfraquecido pelo vírus HIV. Sem tratamento, a AIDS geralmente se desenvolve entre 6 e 9 anos após a infecção pelo HIV.

O que significam “complicações de longo prazo” do HIV?

Muitas condições médicas têm o que chamamos de “complicações”. Significa apenas que, se você tiver um determinado problema de saúde, é mais provável que você tenha outros.

Por exemplo, pessoas com diabetes têm maior probabilidade de ter problemas cardíacos. Isso ocorre porque o diabetes danifica seus vasos sanguíneos.

O HIV é uma condição complicada. Isso afeta o sistema imunológico e a forma como muitos órgãos do corpo funcionam. Isso significa que há muitas complicações possíveis.

Qual a probabilidade de complicações?

Não é possível dizer o que acontecerá com você como indivíduo. Algumas pessoas são afetadas por várias complicações, enquanto outras não são afetadas por nenhuma. E algumas complicações são mais comuns do que outras.

HIV: complicações em longo prazo

Mas lembre-se de que, embora a lista de complicações possa parecer assustadora, esses são apenas possíveis problemas: eles podem nem acontecer com você.

O que sabemos é que aprender sobre possíveis complicações e sobre seus sinais e sintomas pode ajudá-lo a se manter saudável.

Quais são as principais complicações que eu deveria conhecer?

As principais complicações a longo prazo do HIV estão listadas abaixo. Alguns são causados pelo efeito no corpo do vírus HIV. Mas alguns estão ligados aos efeitos do tratamento antirretroviral (ART), o principal tratamento para o HIV.

Isso não é realmente surpreendente, pois todos os medicamentos podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas. O importante é lembrar que conhecer essas complicações pode ajudá-lo a se manter o mais saudável possível.

Baixo nível de testosterona

Muitos homens com HIV têm baixos níveis de testosterona, o “hormônio masculino”. Além da redução do desejo sexual, a baixa testosterona pode levar a outros problemas de saúde, incluindo ossos e músculos mais fracos.

O tratamento é bastante simples e é chamado de terapia de reposição de testosterona (TRT). Envolve tomar suplementos de testosterona. Mas o tratamento pode ter efeitos colaterais, incluindo uma maior chance de problemas cardíacos.

Portanto, seu médico deve explicar os possíveis benefícios e riscos desse tratamento para que você possa decidir se é adequado para você.

Doença cardíaca

Os médicos sabem que pessoas com HIV têm aproximadamente duas vezes mais chances de contrair doenças cardíacas do que outras pessoas. Portanto, seu médico ficará de olho na saúde do seu coração: por exemplo, você deve fazer exames regulares de pressão arterial.

Manter o coração em boa forma também significa seguir uma dieta saudável e ser o mais ativo possível.

Coágulos sanguíneos

Você provavelmente já ouviu falar de trombose venosa profunda (TVP), possivelmente ligada a voos de longa distância. A TVP ocorre quando um coágulo sanguíneo se forma em uma veia, geralmente na perna, e depois viaja para um dos pulmões, onde pode causar sérios problemas.

Pessoas com HIV têm uma chance ligeiramente maior de TVP. Muitas pessoas com TVP não apresentam nenhum sintoma de alerta. Mas algumas pessoas têm inchaço e dor na

HIV: complicações em longo prazo

panturrilha ou na coxa de uma perna. A parte afetada da perna também pode ficar quente e ficar vermelha ou roxa.

Doença renal

Pessoas com HIV têm uma chance maior de contrair doença renal ou de piorar a doença renal se já a tiverem.

A doença renal tem maior probabilidade de afetar idosos com HIV e pessoas de origem africana.

Os sintomas da doença renal são um pouco vagos. Mas incluem cansaço, náuseas e urinar mais ou menos do que o normal. Se você notar esses sintomas, informe o seu médico.

Ossos enfraquecidos

A fraqueza óssea (osteoporose) pode ser causada pelo HIV ou pelo tratamento e aumenta a chance de ter uma fratura. Muitas pessoas com HIV têm baixos níveis de vitamina D, o que pode levar a ossos mais fracos.

Você pode ajudar a prevenir a osteoporose mantendo-se o mais ativo possível e não fumando ou bebendo álcool. Seu médico também pode recomendar suplementos de vitamina D.

Mas se você tem HIV, deve sempre conversar com seu médico antes de tomar qualquer suplemento - até mesmo vitaminas.

Alguns tipos de câncer

Antes que os medicamentos antirretrovirais estivessem disponíveis, muitas pessoas com HIV progrediriam rapidamente para a AIDS. Muitas pessoas morreriam de cânceres comuns em pessoas com AIDS, como linfoma não-Hodgkin e câncer cervical.

Pessoas com HIV ainda têm maior probabilidade de serem afetadas pelo câncer em comparação com outras pessoas. Mas a TARV reduz muito esse risco, e os tipos de câncer que afetam as pessoas com HIV agora são semelhantes aos que afetam pessoas sem HIV.

Doença hepática

Muitas pessoas com HIV têm hepatite. Isso significa que eles têm uma chance maior de problemas hepáticos, que podem ser graves e, às vezes, fatais.

Os tratamentos para alguns tipos de hepatite melhoraram muito nos últimos anos, o que pode melhorar as perspectivas de muitas pessoas.

alterações mentais

O HIV pode afetar a saúde mental das pessoas de várias maneiras. Algumas pessoas acham que às vezes isso pode afetar sua memória ou sua capacidade de pensar com clareza. E algumas pessoas são afetadas pela depressão.

HIV: complicações em longo prazo

Converse com seu médico se você for afetado pela depressão. Existem tratamentos que podem ajudar.

Diabetes

O diabetes tipo 2 parece ser um pouco mais comum em pessoas com HIV. É possível que tomar medicamentos antirretrovirais possa realmente aumentar sua chance de contrair diabetes.

Os sintomas comuns do diabetes tipo 2 são sentir sede o tempo todo e urinar muito mais do que o normal. Se você está preocupado com diabetes, converse com seu médico.

Problemas de audição

Os problemas auditivos parecem ser mais comuns entre pessoas com HIV, mas não está claro o porquê. Se você começar a perceber que sua audição está piorando, converse com seu médico, pois existem bons tratamentos que podem ajudar.

Infecções

O HIV afeta seu sistema imunológico, então não é surpreendente que as pessoas com HIV tenham uma chance maior de contrair alguns tipos de infecção, incluindo tuberculose e outros problemas pulmonares e candidíase (aftas).

Estar ciente das infecções é uma parte vital do controle do HIV, portanto, seu médico deveria ter discutido isso com você logo no início do tratamento. Para obter mais informações, consulte nosso folheto *HIV: infecções comuns em pessoas com HIV*.

O que vai acontecer?

Não é possível dizer o que acontecerá com cada pessoa com HIV. Como em todas as doenças, algumas pessoas se saem melhor do que outras.

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.

No entanto, o HIV ainda é uma doença grave que pode causar dificuldades ao longo da vida para muitas pessoas. Se você tem HIV, deve consultar seu médico regularmente e estar ciente dos sintomas de outros problemas que podem ocorrer.

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.

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

Uma boa nutrição é crucial quando você tem uma doença que afeta seu sistema imunológico. Converse com seu médico ou enfermeiro sobre como comer bem.

HIV: complicações em longo prazo

Praticar sexo seguro ajuda a manter seus parceiros sexuais seguros. Isso significa usar preservativos e se informar sobre outras práticas de sexo seguro.

É muito mais fácil se manter saudável com o HIV quando você **não usa drogas, não bebe álcool ou 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 obter tratamento medicamentoso.

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 suporte em sua área ou você pode pesquisar facilmente on-line.

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.

