

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 04, 2024

HIV: tratamento antirretroviral (TAR)

O HIV é um vírus que prejudica o sistema imunológico, tornando mais difícil para o corpo combater 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. Se você tem HIV, o tratamento é feito com um tipo de medicamento chamado tratamento antirretroviral (ART).

Tratamentos para o HIV

O principal tratamento para o HIV, a TARV, usa medicamentos que impedem a multiplicação do vírus para que ele cause menos danos.

Manter o vírus sob controle dessa forma ajuda você a permanecer o mais saudável possível. Os medicamentos ART são chamados de antirretrovirais porque o HIV é um tipo de vírus chamado retrovírus.

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.

Foi demonstrado que o ART:

- ajudam a impedir a progressão (piora) do HIV
- reduzir as chances de doenças que, às vezes, podem estar associadas ao HIV
- ajudar a evitar a disseminação do HIV e
- reduzir significativamente as mortes por HIV.

Se o teste de HIV for positivo, recomenda-se iniciar o tratamento com ART o mais rápido possível.

Tipos de ART

Há dois tipos principais de ART. O principal tipo é para pessoas que testaram positivo para HIV e precisam de tratamento medicamentoso por toda a vida.

HIV: tratamento antirretroviral (TAR)

A segunda é chamada de **profilaxia pré-exposição (PrEP)**. Profilaxia é outra palavra para prevenção.

As pessoas que tomam PrEP não têm HIV, mas correm alto risco de serem infectadas pelo vírus, por exemplo, se forem sexualmente ativas com um parceiro que tenha HIV. Para saber mais sobre a PrEP, consulte nosso folheto *HIV: tratamento preventivo (PrEP)*.

Antes do início do tratamento

O teste positivo para HIV pode ser perturbador e assustador. Você provavelmente terá muitas perguntas a fazer ao seu médico. E eles vão querer lhe dar todas as informações de que você precisa sobre o tratamento e a convivência com o HIV.

Mas lidar com esse tipo de informação é difícil quando se acaba de receber o diagnóstico de HIV. Portanto, é importante ter tempo para processar a notícia e buscar o apoio das pessoas mais próximas a você.

O ideal é que você tenha aconselhamento para ajudá-lo a lidar com o diagnóstico e entender as mudanças que ocorrerão em sua vida.

Isso não significa que seu tratamento será adiado. Mas seu médico entenderá que, além do tratamento medicamentoso, você pode precisar de tempo e ajuda para aceitar e entender o que está acontecendo.

Muitas pessoas consideram o aconselhamento útil. Ele deve se concentrar em como você pode tirar o melhor proveito do tratamento e permanecer o mais saudável possível. Portanto, você e seu conselheiro devem discutir coisas que ajudarão, inclusive:

- Compreender seu tratamento e como tomar seus medicamentos conforme prescrito
- Prevenção e tratamento de infecções que podem ocorrer quando se tem HIV. Talvez você ouça seu médico chamar essas infecções de 'oportunistas'
- Obter uma boa nutrição e tomar os suplementos certos para estimular seu sistema imunológico e ajudá-lo a manter-se saudável e evitar infecções. Você deve conversar com seu médico antes de tomar qualquer suplemento
- Manter-se bem por meio de comportamentos saudáveis, como não usar drogas, não beber álcool e não fumar.

Início do tratamento e 'estadiamento

O tratamento necessário dependerá, em parte, do estágio em que a doença se encontra.

'Estadiamento' significa apenas compreender o estágio em que a doença se encontra. Isso ajuda os médicos a entender o tipo de tratamento de que você precisa.

Diferentes autoridades de saúde em todo o mundo têm maneiras diferentes de estadiar o HIV. Mas eles são amplamente semelhantes, de modo que:

- O estágio 0 ou 1 é o estágio inicial do HIV, quando a pessoa pode ter apenas sintomas leves

HIV: tratamento antirretroviral (TAR)

- O estágio 2 significa que a pessoa apresenta sintomas moderados, e
- O estágio 3 ou 4 é uma doença mais grave e avançada, que pode estar evoluindo para a AIDS.

Seu médico decidirá em que estágio está sua doença, dependendo dos sintomas. Seu ART pode então ser adaptado ao que mais o ajudará nesse estágio.

Seu médico recomendará que você inicie o tratamento o mais rápido possível. Quanto mais cedo você iniciar o tratamento, melhores serão os resultados.

O que são medicamentos ART?

Existem vários medicamentos ART diferentes, mas todos eles fazem o mesmo trabalho de enfraquecer o vírus.

Para obter os melhores resultados, provavelmente serão prescritos dois ou três antirretrovirais diferentes. A combinação de medicamentos que lhe é oferecida dependerá de vários fatores, inclusive:

- O estágio de sua doença
- Como os medicamentos funcionam juntos
- Como são fáceis de tomar, e
- Seus efeitos colaterais conhecidos quando tomados em conjunto.

A combinação de medicamentos que lhe foi prescrita pode mudar de tempos em tempos. Isso pode acontecer se os medicamentos não funcionarem suficientemente bem ou se você tiver problemas com os efeitos colaterais.

Ao tomar o ART, você fará exames regulares para verificar se os medicamentos estão fazendo o trabalho de enfraquecer o vírus.

Às vezes, esses exames mostram que os medicamentos não estão funcionando suficientemente bem e, portanto, pode ser necessário iniciar o tratamento com um grupo diferente de medicamentos.

O motivo mais comum para o fracasso do tratamento é quando as pessoas não tomam a medicação conforme prescrito, por exemplo, quando deixam de tomar algumas doses.

Quando isso acontece, o vírus sobrevive e fica mais forte, de modo que os medicamentos iniciais provavelmente não funcionarão mais tão bem para você. É por isso que é fundamental adquirir o hábito de tomar a medicação na hora certa.

Efeitos colaterais da ART

Infelizmente, como todos os medicamentos, o ART pode causar efeitos colaterais. Isso pode incluir:

- Fadiga
- Náuseas e vômitos

HIV: tratamento antirretroviral (TAR)

- Diarreia e
- Dor de cabeça.

Se estiver sentindo efeitos colaterais, você pode conversar com seu médico ou conselheiro sobre como lidar com eles.

Por exemplo, fazer intervalos regulares para descanso pode ajudar a combater a fadiga, e fazer refeições menores e evitar alimentos picantes pode ajudar a combater a náusea. No entanto, em casos de efeitos colaterais graves, o médico pode sugerir que você experimente outros medicamentos ART.

Deve-se evitar o consumo de álcool durante o uso do ART. O consumo de álcool enfraquece o sistema imunológico, fazendo com que os medicamentos não funcionem tão bem. Converse com seu médico ou conselheiro se precisar de ajuda para parar de beber.

Outro efeito colateral do ART é que ele pode aumentar as chances de você ter outros problemas de saúde, como diabetes ou problemas cardíacos.

Não entendemos isso tão bem quanto gostaríamos, e mais pesquisas estão sendo feitas para entender os vínculos. Para obter mais informações, consulte nosso folheto *HIV: complicações de longo prazo*.

Interações de medicamentos

As interações medicamentosas ocorrem quando você toma medicamentos que reagem mal uns com os outros, causando problemas ou efeitos colaterais.

Os médicos sabem que alguns medicamentos ART não reagem bem com outros, portanto, seu médico deve planejar seu tratamento com cuidado. Mas isso nem sempre é fácil.

Por exemplo, se você precisar ser tratado de complicações ou infecções, precisará tomar medicamentos adicionais que podem interagir negativamente com os medicamentos do ART.

O seu médico deve conhecer essas possíveis interações medicamentosas e discuti-las com você, além de saber como identificar qualquer efeito colateral incomum.

Para saber mais, 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.

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

E, muitas vezes, a TARV pode retardar o progresso da doença 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).

HIV: tratamento antirretroviral (TAR)

No entanto, o ART só oferece os melhores resultados quando você toma os medicamentos exatamente como prescrito. Sua equipe médica lhe dará todas 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.

Muitas organizações e grupos de apoio oferecem ajuda e informações a pessoas com HIV. Por exemplo, no Reino Unido, o Terrence Higgins Trust (tth.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.

