

Prevenir infecciones

En la mayoría de personas, la infección prolongada por VIH puede causar daños importantes en su sistema inmunitario. Si eso ocurre, la persona puede empezar a padecer enfermedades que su cuerpo hubiera superado fácilmente antes de la infección por VIH. Estas enfermedades se conocen como infecciones oportunistas.

Los médicos pueden predecir cuándo alguien está en riesgo de contraer alguna infección oportunista mediante el recuento de unas células inmunitarias llamadas células CD4 (llamadas también linfocitos T cooperantes o células T) que se encuentran en la sangre. En los adultos, el riesgo de desarrollar infecciones graves es menor si el recuento de células CD4 está por encima de 200/mm³. Pero el número y la frecuencia de infecciones oportunistas que una persona puede desarrollar incrementan la posibilidad de que disminuya el recuento de células CD4.

El médico puede recomendarte que empieces a tomar medicación antirretroviral como medida particularmente preventiva para las infecciones, sobre todo si tu recuento de células de CD4 desciende a ciertos niveles poco seguros. Esto se llama profilaxis primaria y su objetivo es prevenir una enfermedad antes de que ocurra. Pero, después de recuperarte de una infección, quizá podrías necesitar medicación que te ayudara a prevenir su reaparición. Esto se llama profilaxis secundaria o terapia de mantenimiento.

La expectativa de vida de las personas con VIH se ha incrementado gracias al uso de un mayor número de fármacos más eficaces para las enfermedades oportunistas. Para las infecciones tales como la neumonía por *Pneumocystis carinii* (PCP), que tendía a ser la principal causa de muerte entre las personas con SIDA, existen varios fármacos eficaces que consiguen prevenirlos por más tiempo. Sin embargo, no todas las infecciones se pueden prevenir y los médicos podrían tener diferentes puntos de vista con respecto al tratamiento más adecuado.

El tratamiento con fármacos antirretrovirales puede suprimir la replicación viral del VIH hacia niveles muy bajos y facilitar el incremento del recuento de CD4 y la función inmunológica. Indistintamente de que estés tomando antirretrovirales, es muy importante que continúes tomando la medicación profiláctica que te protege contra el desarrollo de infecciones, hasta que tu sistema inmunitario se haya recuperado del todo, hasta el punto de que éste pueda seguir haciendo frente a tales infecciones por sí solo.

Cuando decidas si quieres o no tomar profilaxis, debes considerar, por un lado, los beneficios de prevenir la infección y, por el otro, el inconveniente de tomar medicación y el riesgo de sus posibles efectos secundarios. Para algunas infecciones como la PCP, el balance es claramente a favor de la profilaxis, mientras que para otras, tales como el CMV y MAI, el balance no está tan claro. A la hora de tomar una decisión, es importante considerar todos estos aspectos.

Lo primero que podrías considerar es si estás en riesgo de contraer una infección concreta. Esto te lo indicará el recuento de células CD4 que tengas. Pero, en el caso de que ya la hayas contraído, el médico debería recomendarte que te hicieras unos análisis de sangre para determinar el tipo de organismo que causa la infección, como pueden ser la toxoplasmosis y el CMV. Y en el caso de que aún no estés infectado, podrías tomar medidas para evitar la exposición, en lugar de tomar fármacos.

Si estás en riesgo de contraer alguna infección, averigua si la medicación que vas a tomar para tratarla es eficaz y cuáles serían los posibles efectos secundarios que ésta te podría causar. Pero recuerda que cada persona es diferente y que, por tanto, no existe manera alguna de predecir si puedes desarrollar un efecto secundario en particular. La mayoría de los efectos secundarios ocasionados por los fármacos preventivos desaparece poco después de interrumpir la medicación.

Algunos fármacos no requieren ningún tipo de restricción alimenticia, pero otros se deben tomar con ciertos alimentos o a una hora concreta del día. Esto podría exigirte algunos cambios en tu rutina diaria que podrían afectar a tu calidad de vida. Existe una variedad de fármacos posibles entre los que puedes escoger el que más se adapte a tu rutina diaria.

Algunas personas no son capaces de encontrar un tratamiento de profilaxis aceptable, mientras que a otras no les gusta la idea de tomar cualquier medicación siempre que se encuentren bien. Si en tu caso es así, una alternativa posible es detectar a tiempo la infección, ya que la mayoría de las infecciones responden favorablemente al tratamiento.

Sin embargo, las infecciones oportunistas son graves, pues son la principal causa de muerte entre las personas con SIDA. Quienes las desarrollan tienden con frecuencia a perder peso, que en ocasiones puede ser difícil de recuperar e incrementa el riesgo de posteriores infecciones.

¿Cuándo se debe considerar tomar una profilaxis primaria?

NIVELES DE CD4	INFECCIÓN	FÁRMACOS POTENCIALES
Menos de 200	PCP	Seprín®, pentamidina y dapsona
Menos de 200	Toxoplasmosis	Seprín®
Menos de 100	MAI	Rifabutina y claritomicina
Menos de 100	CMV	Ganciclovir oral



grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
e-mail: contact@gtt-vih.org
website: www.gtt-vih.org

POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

ACSAR



Institut Català de la Salut
Direcció d'Atenció Primària Ciutat -Vella
Unitat de Malalties Tropicades, Infeccioses i Vaccinació Internacional

Adaptación de
nam
www.aidsmap.com



SECRETARÍA GENERAL DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA