

O que é a SIDA?

SIDA quer dizer Síndrome de Imunodeficiência Adquirida: um **Síndrome** é um conjunto de problemas de saúde que resultam numa doença em estado avançado. **Imunodeficiência** significa um sistema imunitário enfraquecido, que o impede de fazer frente a determinadas doenças. Finalmente, **adquirida**, significa que qualquer pessoa a pode adquirir ao longo da vida, ou seja, contraí-la, infectar-se com.

Então, o que causa a SIDA?

A SIDA é causada por um vírus chamado VIH, "Vírus da Imunodeficiência Humana". Quando alguém se infecta com o VIH, o seu corpo tratará de fazer frente à infecção produzindo umas proteínas especiais, chamadas "anticorpos", cuja função é contribuir para a destruição do VIH e evitar a sua replicação.

Habitualmente, fala-se em "teste do VIH" ou "teste da SIDA", mas estes termos não são exactamente correctos, uma vez que o teste (conhecido, laboratorialmente, como teste ELISA) consiste numa análise que detecta a presença de anticorpos, que constituem um indicador específico da existência de VIH, e não de SIDA (Veja *InfoVIHtal n.º 32: Análises da SIDA*).

Deste modo, ser "VIH positivo", "seropositivo" ou "viver com VIH" não é o mesmo que "ter SIDA". Muitas pessoas que vivem com VIH podem estar muitos anos sem progredir para SIDA.

À medida que o VIH continua a replicar-se, o vírus enfraquece o sistema imunitário, uma vez que o VIH utiliza as células humanas para criar novos vírus. Os outros vírus, fungos, bactérias e parasitas – que numa situação normal não causariam problemas de maior – podem, neste contexto, aproveitar-se da existência de um sistema imunitário debilitado para multiplicar-se mais facilmente; é por isso que, a este tipo de doenças, que "se aproveitam" desta situação, se dá o nome de "infecções oportunistas". Podemos assim dizer que a replicação continuada do VIH, o conseqüente enfraquecimento do sistema imunitário e as doenças oportunistas que se aproveitam dessa deficiência imunitária, acabam por resultar no síndrome chamado SIDA.

Como se adquire a SIDA?

Como referimos anteriormente, a SIDA "não se adquire"; em primeiro lugar, é necessário infectar-se com o VIH; só depois, esta infecção poderá progredir para SIDA. O VIH pode adquirir-se através de **relações sexuais não protegidas** com qualquer pessoa infectada, mesmo que ela não pareça estar doente ou que não tenha tido um resultado positivo no teste do VIH. O sangue, os fluidos vaginais, o sêmen e o leite materno das pessoas infectadas por VIH contêm quantidades de vírus suficientes para infectar

outras pessoas. Outros modos frequentes de transmissão incluem:

- **partilhar seringas** e outro material de injeção de drogas.
- **transmissão mãe-filho**: por contacto com o sangue materno, durante o parto, ou depois, através do aleitamento materno.

Até à data, não se registou nenhum caso de transmissão do VIH através das lágrimas ou da saliva.

Por outro lado, foi demonstrado que o sexo oral é a relação sexual com menor risco. No entanto, ele não está isento de algum risco, sobretudo se existem pequenas feridas na boca ou gengivas sangrantes, que podem servir de porta de entrada ao VIH ou a outras doenças de transmissão sexual (Veja *InfoVIHtal n.º15: Sexo Oral*)

Sou seropositivo: o que devo fazer?

Antes de mais, é possível que esteja infectado com o VIH e não o saiba (Veja *InfoVIHtal n.º1: Recém-diagnosticado*). Quando se infectam, algumas pessoas podem apresentar febre, dores de cabeça, dores musculares e articulares, dores de barriga, inflamação dos gânglios linfáticos ou uma erupção cutânea, durante cerca de uma semana, (sintomas parecidos aos de uma gripe), enquanto que outras não apresentam quaisquer sintomas (Veja *InfoVIHtal n.º6: Infecção primária pelo VIH*).

Depois de entrar no corpo humano, o VIH multiplica-se ao longo de várias semanas ou meses, antes que o sistema imunitário possa responder. Durante esse período, o teste do VIH não dará positivo, ainda que exista o risco de transmissão do vírus a outras pessoas.

Quando o sistema imunitário responde, começa a produzir anticorpos: é a partir desta altura que o teste dará um resultado positivo. Depois destes primeiros sintomas tipo "gripe", muitas pessoas VIH positivas podem manter-se saudáveis por dez ou mais anos, ainda que, durante esse período, o VIH possa continuar a debilitar o sistema imune.

Uma maneira de conhecer o grau de atingimento do sistema imunitário, é através da contagem de células CD4, também chamadas "células T CD4". As pessoas completamente saudáveis têm entre 500 e 1 500 células CD4 por mililitro de sangue (Veja *InfoVIHtal n.º2: Células do Sistema Imunitário*).

Sem tratamento, é muito provável que a contagem de células CD4 diminua, e apareçam sintomas relacionados com o VIH, como febre, suores nocturnos, diarreia e inflamação dos gânglios linfáticos. Se estes problemas se deverem à progressão do VIH, eles poderão durar alguns dias, ou mesmo várias semanas.

Como saber se tenho SIDA?

Como já referimos, a infecção pelo VIH transforma-se em SIDA quando o sistema imune está já bastante atingido. Assim:

1. Quando a contagem de CD4 é inferior a 200 células/mm³, ou quando a percentagem de células CD4 entre o número total de linfócitos é inferior a 16%, o doente encontra-se já no estágio (ou etapa) de SIDA.
2. Também se evoluiu para SIDA quando se desenvolveu uma infecção oportunista, como por exemplo:

- PCP (pneumonia por *Pneumocystis c.*), uma infecção pulmonar.
- tuberculose (agente: *Mycobacterium tuberculosis*). (Veja InfoVIHtal n° 22: Tuberculose).
- SK (sarcoma de Kaposi), um cancro de pele.
- CMV (Citomegalovírus), uma infecção que geralmente afecta os olhos.
- Candidíase, uma infecção causada por um fungo que pode afectar a boca, a garganta ou a vagina. (Veja InfoVIHtal n°29: Candidíase).

As doenças relacionadas com a etapa de SIDA também incluem perda acentuada de peso e tumores cerebrais, entre outras. Sem tratamento, as infecções oportunistas referidas podem causar a morte.

A SIDA manifesta-se de maneira diferente de pessoa para pessoa. Algumas pessoas morrem alguns meses depois de se terem infectado, enquanto outras têm vidas praticamente normais durante muitos anos, mesmo depois de terem já recebido o diagnóstico oficial de SIDA. Um reduzido número de pessoas com VIH mantém-se saudável por muitos anos, mesmo sem ter tomado medicação anti-retroviral (medicação que atrasa a replicação do vírus).

Existe uma cura para a SIDA?

Nesta altura, não existe um tratamento que permita eliminar o vírus definitivamente; contudo, dispomos de anti-retrovirais que detêm a reprodução do vírus, atrasando dessa forma o enfraquecimento do sistema imunitário (Veja InfoVIHtal n° 3: Terapia Anti-VIH).

Os anti-retrovirais mais recentes (mais potentes) têm contribuído para reduzir a quantidade de infecções oportunistas, ainda que muitas delas continuem a ser difíceis de tratar. Além destes, também outros fármacos podem ajudar a prevenir o aparecimento de infecções oportunistas (Veja InfoVIHtal n° 13: Prevenir Infecções).