

### O que são os efeitos secundários?

Os medicamentos são desenhados para combater doenças específicas, mas também podem causar no nosso organismo efeitos não desejados (chamados "efeitos secundários" ou, também, quando são negativos, "efeitos adversos"). Os fármacos utilizados no tratamento do VIH não são, a este respeito, uma excepção.

Os medicamentos são desenhados para combater doenças específicas, mas também podem causar no nosso organismo efeitos não desejados (chamados "efeitos secundários" ou, também, quando são negativos, "efeitos adversos"). Os fármacos utilizados no tratamento do VIH não são, a este respeito, uma excepção.

Alguns desses efeitos são leves, mas alguns podem ser potencialmente graves, ou mesmo mortais. Alguns efeitos são passageiros, enquanto outros podem durar todo o tratamento, ou mesmo prolongar-se de forma indefinida.

Alguns ocorrem quando se inicia o tratamento ou uma nova combinação, mas alguns podem aparecer ao fim de meses ou anos.

Por último, alguns efeitos adversos são relativamente frequentes, enquanto outros atingem apenas um pequeno número de pessoas

Antes de serem comercializados, todos os medicamentos são submetidos a ensaios clínicos para garantir a sua eficácia e segurança. Estes estudos permitem detectar que efeitos adversos podem os fármacos ocasionar.

Além disso, uma vez aprovados, as autoridades médicas continuam a recolher informação sobre os medicamentos, para, caso seja necessário, actualizar a lista dos possíveis efeitos secundários. Ainda que muitas pessoas que tomam anti-retrovirais (ARVs) venham a sofrer, nalgum momento do tratamento, algum dos efeitos secundários listados no prospecto do medicamento, o risco de sofrer um efeito adverso grave é, em geral, baixo ou muito baixo. Nalguns casos, estar a tomar o medicamento há mais tempo pode aumentar o risco de sofrer algum dos efeitos adversos com ele associados.

É conveniente conhecer os possíveis efeitos secundários da medicação que se está a tomar mas, atenção, pois isso não quer dizer que se vá experimentar todos os efeitos (algo quase impossível), ou que se vai sequer experimentar algum.

Deve ter-se em conta que cada pessoa reage de forma diferente ao mesmo fármaco, em função de muitos factores diferentes.

### Efeitos secundários no início do tratamento

É normal sentir preocupação com os efeitos secundários, mesmo antes de se começar o tratamento ARV.

Contudo, ainda que relativamente habituais, a maioria dos efeitos secundários associados ao início do tratamento são leves e desaparecem poucas semanas depois de terem começado.

Entre estes, os mais frequentes são as tonturas, náuseas, diarreia, dor de cabeça, falta de apetite e cansaço.

Talvez seja útil saber aquilo que pode esperar dos diferentes fármacos, antes de escolher uma combinação anti-retroviral. Por exemplo, no caso de apresentar antecedentes ou factores de risco para doença hepática, renal ou cardíaca, ou antecedentes de patologia do foro psiquiátrico ou neurológico, então, provavelmente, evitará o uso de fármacos que possam agravar essas patologias, optando por escolher aqueles que se ajustem melhor ao seu estado geral de saúde.

### O que fazer se os sintomas continuam?

Por vezes, os médicos tendem a pensar que as pessoas exageram os efeitos secundários, quando o certo é que a maioria dos doentes retiram importância aos efeitos adversos que experimentam e nem sempre falam abertamente deles com o seu médico.

Devido aos efeitos adversos (ou ao medo de efeitos secundários no futuro), algumas pessoas não mantêm uma adesão adequada ao tratamento, o que pode levar ao aparecimento de resistências aos fármacos. Por esta razão, é muito importante que não deixe de tomar a sua medicação e que fale com o seu médico sobre qualquer preocupação que tenha a esse respeito.

Se a medicação estiver a provocar-lhe efeitos adversos, há várias coisas que poderá fazer, em conjunto com o seu médico, uma vez identificado qual de entre os fármacos é o principal suspeito:

- Medir a quantidade do(s) medicamento(s) no sangue (análises de farmacocinética). Se tiver um nível mais elevado que o necessário, poderão ajustar-lhe a dose..
- Mudar a combinação anti-retroviral.
- Tomar medicamentos específicos para contrabalançar esses efeitos secundários.
- Adotar truques ou hábitos que possam minimizar o impacto desses efeitos.

