



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ALIMENTOS E NUTRIÇÃO
(PPGAN)



Ciclo de Palestras

Nutrição no tratamento da AIDS

Verônica Mayrinck

Mestranda em Alimentos e Nutrição
PPGAN

Dez/2015



O que teremos?

- O que é HIV/AIDS?
- Como o HIV é transmitido?
- Tratamento médico
- Complicações associadas à TARV
- Subnutrição e AIDS
- Terapia Nutricional
- Complicações do impacto nutricional
- Sugestões alimentares práticas
- Conclusão

O que é HIV/AIDS?

HIV \neq AIDS



- AIDS = Síndrome da Imunodeficiência Adquirida
- É causada por um vírus, o HIV.
- HIV = Vírus da imunodeficiência humana

O HIV invade células do sistema imune chamadas CD4+ (ou linfócitos T auxiliares) que são as principais células de defesa contra a infecção

↓ CD4+ → imunodeficiência

O que é HIV/AIDS?

HIV \neq AIDS



- Além de imunodeficiência a diminuição de CD4+ pode gerar doença constitucional, complicações neurológicas e infecções oportunistas (IOs)

Doença constitucional = febre persistente, sudorese noturna, fadiga crônica, indisposição e diarreia.

IOs = infecções incomuns, associadas à depressão grave da imunidade.

Como o HIV é transmitido?

- O HIV pode ser transmitido pelo sangue, sêmen, fluido pré-seminal, fluido vaginal, leite materno, líquido amniótico (que envolve o feto), entre outros.
- Saliva, lágrima e urina **não transmitem o vírus**. Bem como abraço, beijo e uso comum de pratos, utensílios e copos.

Tratamento médico

- **Objetivos:** reduzir a mortalidade, melhorar a qualidade de vida, restaurar a função imune e suprimir a replicação do vírus.
- TARV = Terapia antirretroviral = combinação de pelo menos dois agentes (medicamentos).



Tratamento médico

- ▶ Medicamentos que devem ser tomados em jejum: Combivir[®], Retrovir[®], Trizivir[®], Videx[®], Crixivan[®], Atripla[®].
- ▶ Medicamentos que devem ser tomados junto com refeição: Hivid[®], Aptivus[®], Invirase[®], Kaletra[®], Norvir[®], Prezista[®], Reyataz[®].



Tratamento médico

- Medicamentos que devem ser tomados junto com refeição (baixo teor de gordura): Retrovir[®], Trizivir[®], Sustiva[®], Agenerase[®], Viracept[®].
- Medicamentos que devem ser tomados junto com refeição (alto teor e gordura): Viread[®], Fortovase[®].
- Medicamentos que podem ser tomados com ou sem alimentos: Zerit[®], Ziagen[®], Rescriptor[®], Viramune[®], Agenerase[®], Lexiva[®].



Complicações associadas à TARV

- ↑ Colesterol total
- ↑ LDL colesterol (colesterol ruim)
- ↓ HDL colesterol (colesterol bom)
- ↑ Triglicerídeos
- Glicemia de jejum alterada



Complicações associadas à TARV

- Intolerância a glicose
- Diabetes mellitus
- Resistência insulínica
- Redução da gordura em regiões periféricas (braços, pernas, nádegas)
- Acúmulo de gordura em região abdominal, ginecomastia e o aumento das mamas em mulheres

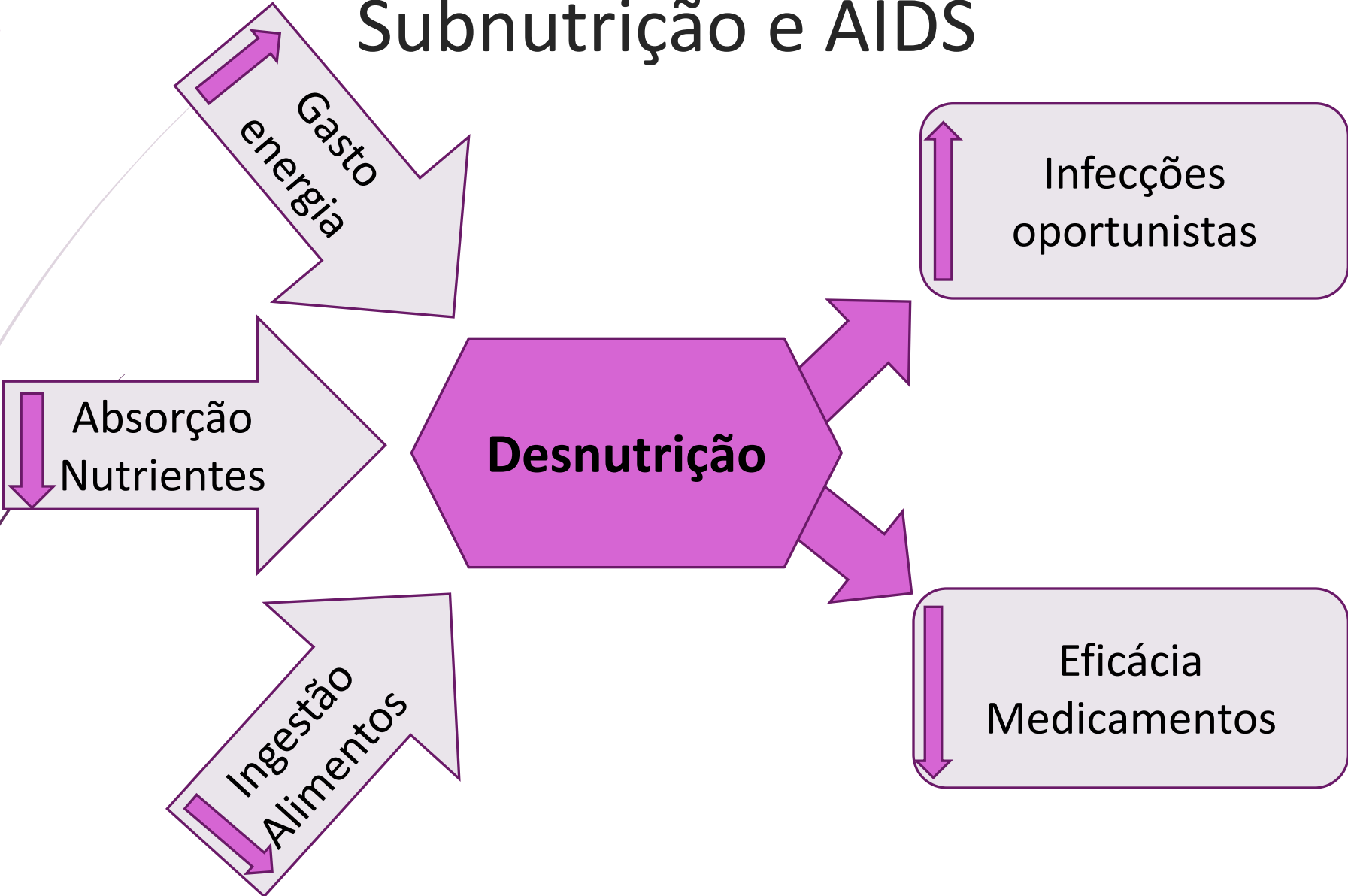
Subnutrição e AIDS

- ▶ Fatores que levam à subnutrição:
 - ▶ pouca disponibilidade de alimentos (condições econômicas precárias)
 - ▶ dificuldade de ingestão (candidíase, herpes oral, aftas)
 - ▶ má-absorção de nutrientes (medicamentos, infecção por HIV, IOs, intolerâncias - lactose ou glúten)

Subnutrição e AIDS

- ▶ Fatores que levam à subnutrição (cont):
 - ▶ síndrome da emaciação pelo HIV:
 - ▶ perda de peso excessiva e involuntária de mais do que 10% do peso inicial (muscular e de gordura)
 - ▶ diarreia crônica
 - ▶ febre documentada (mais de 30 dias)

Subnutrição e AIDS



POLACOW, et al., 2004

Terapia Nutricional

➤ Objetivos:

- proteger a massa muscular;
- recuperar ou manter o adequado estado nutricional;
- amenizar complicações e sintomas de IOs
- amenizar efeitos colaterais da TARV que influenciem na ingestão e absorção de nutrientes;
- melhorar a qualidade de vida.

Terapia Nutricional

➤ É importante manter uma dieta equilibrada

- Melhorar o estado nutricional
- Prevenir carência de energia e proteínas
- Prevenir deficiência de vitaminas e minerais

➤ O aconselhamento deve ser individual

- Cada pessoa reage ao tratamento de forma diferente
- Os sintomas variam para cada pessoa

➤ Organizar horários das refeições e medicações

Terapia Nutricional

- Aumentar oferta de energia e proteínas (exceto em caso de doenças hepáticas ou renais graves).
- Uso de óleo de peixe (ômega-3) com óleo de TCM (triglicerídeo de cadeia média) melhoram a imunidade.
- Aumentar líquido em caso de diarreia, vômito, sudorese e febre prolongada.
- Ingestão diária de suplementos múltiplos de vitaminas e minerais (100% das recomendações) e suplemento de vitaminas do complexo B

Complicações do Impacto Nutricional

- Principais complicações associadas com a nutrição:
 - falta de apetite
 - fadiga
 - febre
 - desidratação
 - náuseas
 - anormalidade no tecido de gordura
 - anormalidade no metabolismo

Sugestões Alimentares Práticas

Náuseas e vômitos

- Refeições pequenas e frequentes;
- Evitar alimentos gordurosos;
- Preferir alimentos frios ou em temp. ambiente, “salgados” e secos;
- Evitar deitar pós as refeições;
- Evitar excesso de líquidos (nas refeições);
- Tomar medicamentos após as refeições

Constipação (“prisão de ventre”)

- Aumentar a ingestão de líquidos;
- Aumentar a ingestão de fibras.

Sugestões Alimentares Práticas

Diarreia

- Repor líquidos e minerais;
- Consumir fibras solúveis (aveia, frutas com casca, inhame, mandioca);
- Dieta com baixo teor de lactose;
- Evitar alimentos e bebidas que causem gases (feijão, vagem, cebola, ovo cozido, milho, lentilha, brócolis, repolho)
- Tomar medicamento após as refeições.

Dificuldade para respirar

- Preferir alimentos fáceis de mastigar
- Optar por alimentos ricos em nutrientes e energia.

Sugestões Alimentares Práticas

Boca ou garganta dolorida

- Preferir alimentos leves e úmidos;
- Evitar alimentos apimentados e ácidos;
- Preferir alimentos frios ou em temperatura ambiente.

Boca seca

- Preferir alimentos úmidos (com molho);
- Ingerir líquido durante e entre as refeições;
- Mastigar gomas de mascar sem açúcar ou bala de menta.

Sugestões Alimentares Práticas

Ingestão oral inadequada:

- Optar por alimentos ricos em nutrientes e energia (e suplementos nutricionais);
- Refeições pequenas e frequentes.

Fadiga:

- Dieta adequada (vitaminas B12, A, C, ácido fólico e zinco);
- Evitar cafeína, álcool, cigarros e drogas recreacionais;
- Investigar anemia.

Sugestões Alimentares Práticas

Como aumentar o valor energético e proteico da dieta?

- adicionar leite fluido ou em pó, gelatinas, mel ou açúcar em bebidas, cereais, sobremesas e sopas;
- adicionar óleo vegetal às preparações salgadas e saladas;
- Substituir a água pelo leite em preparações líquidas.



- para dieta hipolipídica: consumir alimentos ricos em carboidratos e proteínas (exemplos: pudins e suflês feitos com leite desnatado, carnes magras, peito de frango, peixes, ovos cozidos, cereais);
- para dieta sem leite: substituí-lo por uma mistura de leite de soja com mel ou açúcar e óleo vegetal e fornecer outras fontes de cálcio, como queijos.

Concluindo...

- É necessário mudar o estilo de vida e o padrão alimentar para ter um bom estado nutricional com o máximo de conforto e qualidade de vida.

1º de dezembro
Dia Mundial
da Luta Contra

AIDS



Referências

- BRAGA, I.S., GUIMARÃES, N.S., DE FIGUEIREDO, S.M. Distúrbios nutricionais e metabólicos provocados pela utilização da terapia antirretroviral e abordagem nutricional: uma revisão narrativa. **Nutr. clín. diet. hosp.** 2015; 35(1):71-75
- FENTON, M.; SILVERMAN, E.C. Terapia nutricional para a doença causada pelo vírus da imunodeficiência humana (HIV). *In*: MAHAN, L.K., ESCOTT-STUMP, S. Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia 12ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010 p. 991-1020 cap. 38.
- POLACOW, V.O. *et al.* Alterações do estado nutricional e dietoterapia na infecção por HIV. **Rev Bras Nutr Clin** 2004; 19(2):79-85.



Obrigada por sua atenção!!!

Deus Ihe abençoe.

