



EFEITOS COLATERAIS

O que são os efeitos colaterais?

São reações não desejadas que nosso corpo apresenta quando tomamos determinados medicamentos. Os remédios são receitados com um propósito específico (terapêutico), como, por exemplo, controlar o HIV. Todos os demais efeitos apresentados ao se tomar uma medicação, fora os terapêuticos, são considerados efeitos colaterais. Alguns efeitos são leves, como dor de cabeça; outros podem ser severos e inclusive mortais, como danos ao fígado. Alguns duram poucos dias ou semanas; outros persistem durante todo o tratamento e mesmo após o seu término.

Importante:

Alguns sintomas são chamados de efeitos colaterais apesar de não conhecermos seus mecanismos. Nem sempre os sintomas e sinais que apresentamos são efeitos colaterais dos anti-retrovirais e nem sempre é muito fácil determinar uma única causa para os sintomas e sinais apresentados.

O que são os sintomas?

Qualquer fenômeno ou mudança apresentada pelo nosso corpo que descrevemos para o médico, como por exemplo, dor de cabeça, dor de garganta, ardência ao urinar, náuseas, diarreia etc.

O que são os sinais?

São as evidências objetivas que o médico detecta através do exame físico, auxiliando-se dos sentidos (visual, auditivo, olfativo e tato), auscultando, apalpando, medindo a temperatura e verificando a pressão arterial, entre outros.

Quem apresenta efeito colateral?

A maioria das pessoas que toma remédios anti-HIV apresenta efeitos colaterais. Em geral, níveis altos de medicamentos causam mais efeitos colaterais. Caso você tenha uma estatura menor que a população em geral, também pode apresentar mais efeitos colaterais. Além disso, se seu corpo processa os remédios mais lentamente que o normal, podem ocorrer níveis mais altos de medicamento em seu sangue, fazendo com que você apresente mais efeitos colaterais.

Lembre-se: todo medicamento é acompanhado de uma bula, com informações sobre efeitos colaterais mais comuns. No entanto, isso não quer dizer que você vai apresentar algum ou alguns deles. Certas pessoas só apresentam efeitos colaterais leves ao tomarem anti-retrovirais, e outras, segundo seus relatos, não apresentam efeito colateral algum.

Nem todos os efeitos colaterais dos anti-retrovirais apresentam sintomas e/ou sinais. Portanto, não são identificáveis pelo exame físico e requerem acompanhamento contínuo com variados exames laboratoriais (além do CD4+ e da carga viral, são necessários o hemograma completo, o leucograma total, a contagem de plaquetas, a medição das taxas de colesterol, de triglicerídeos e glicose, bem como a realização da bioquímica do sangue).

É importante a investigação do histórico de doenças do paciente prévias à infecção por HIV e à terapia anti-retroviral para a escolha de esquemas que possam ser melhor tolerados e mais bem aceitos. Por exemplo: se a pessoa tem propensão à diarreia, o médico pode fazer uma combinação de anti-retrovirais excluindo os remédios que mais causam essa situação.

Como controlar os efeitos colaterais?

Existem vários passos que você pode seguir para enfrentar os efeitos colaterais:

- Informe-se sobre o medicamento que vai tomar. As Folhas Informativas Séries C e D e as recomendações brasileiras oficiais do Programa Nacional de DST e AIDS, do Ministério da Saúde (veja Anexo 1) oferecem informações sobre os efeitos colaterais mais comuns de cada medicamento.

- Pergunte ao seu médico sobre os efeitos colaterais que você poderá apresentar. Caso algum efeito dure mais tempo do que o esperado (algumas poucas semanas) ou piore, pergunte a ele ou a algum profissional da equipe de saúde quando você deverá requerer atenção médica.

Importante:

Não tome nenhum remédio para evitar um efeito colateral antes de falar com o seu médico ou com a equipe de saúde.

- Verifique, com o seu médico, se você pode tratar um efeito colateral leve com remédios caseiros ou de venda livre (sem receita médica).



Lembre-se: não deixe de tomar, não perca nem reduza a dose de qualquer medicamento sem antes consultar o seu médico, pois isso cria vírus resistentes aos remédios (veja a Folha Informativa C 7 e C 4), ou seja, alguns anti-retrovirais e algumas de suas combinações acabam tornando-se ineficazes contra o HIV. Se você estiver tendo problemas com algum medicamento, converse com o seu médico para mudar o esquema, mas não perca ou reduza as doses por conta própria.

- Caso um efeito colateral seja insuportável e você decida mudar de combinação junto com o seu médico, lembre-se que você pode estar limitando as opções futuras de combinações de anti-retrovirais. Antes de mudar de combinação, tente resolver o efeito colateral. Todos os anti-retrovirais podem provocar efeitos colaterais. Dê um tempo para o seu corpo se adaptar ao medicamento. **Um efeito colateral pode ser passageiro.**

- Não faça automedicação. Terapias naturais também podem produzir efeitos colaterais ou interações com os anti-retrovirais. **A homeopatia pode ser uma importante aliada no combate aos efeitos colaterais.**

Quais são os efeitos colaterais mais comuns?

Ao começar a tomar anti-retrovirais, poderão surgir alguns dos efeitos colaterais já conhecidos, como dor de cabeça, hipertensão ou sensação de mal-estar geral. Geralmente, esses efeitos melhoram ou desaparecem com o tempo. Veja as outras Folhas Informativas da Série D.

