

En el marc del dia 1 de desembre, dia mundial contra la SIDA

Entrevista a Raquel Franch, infermera de la Unitat VIH i Malalties de Transmissió Sexual del Hospital Verge de La Cinta i a Anna Martí Gil, infermera VIH de l'Hospital Joan XIII. Totes dues col·legiades de CODITA

1. Introducció general al VIH

• Què és el VIH i com es diferencia de la SIDA?

El VIH (Virus de Immunodeficiència Humana) és el virus que ataca al sistema immunitari de l'organisme, en particular les cèl·lules T CD4, que són fonamentals per combatre infeccions i malalties. Si una persona adquireix el VIH, el seu sistema immunitari es va deteriorant amb el temps, el que la fa més vulnerable a diverses infeccions i malalties.

Pel que fa al SIDA (Síndrome d'Immunodeficiència Adquirida), és l'estadi més avançat de la infecció pel VIH. Hem de tenir clar que no és un virus en si mateix, sinó un conjunt de símptomes i infeccions que es produeixen quan el sistema immunitari s'ha tornat dèbil com a conseqüència del VIH. També hem de tenir present que no totes les persones que tenen VIH desenvolupen SIDA, ja que amb el TARV (tractament antiretroviral) adequat és possible controlar el virus i mantenir el sistema immunitari en bon estat, evitant la progressió cap al SIDA.

• Quina és la situació actual del VIH a Tarragona? Hi ha dades recents sobre la incidència o prevalença?

A Terres del Ebre durant el 2023 s'han detectat 12 nous casos de VIH i 2 de SIDA

I durant el 2024 12 casos de VIH i 3 de SIDA.

Tarragona segons l'últim informe Vigilància epidemiològica que es publica a final de cada any, s'han detectat 36 nous casos de VIH 5 nous de SIDA al 2022

• El Departament de Salut té el Pla d'acció enfront del VIH i altres ITS 2021-2030. Podríeu dir-me com el valoreu?

L'elaboració del Pla de Salut es porta a terme en un procés de treball conjunt amb diferents membres i experts, amb la finalitat d'un procés participatiu amb un ventall ampli d'agents implicats en la resposta del VIH i les ITS a Catalunya. Considerem que és una eina fonamental pel seu punt de vista integral en la prevenció, el diagnòstic precoç, el tractament del VIH i ITS, així com reduir l'estigmatització associada a aquestes infeccions mitjançant l'acció comunitària per a la inclusió social.

2. Simptomatologia i detecció

• Quins són els principals símptomes d'una infecció per VIH, especialment en les fases inicials?

En la fase inicial els principals símptomes son similars als que coneixem en una grip; dolor de cap, febre, cansament, dolor muscular, poden aparèixer ganglis limfàtics inflamats, l'aparició de vesícules, erupcions i dolor de gola.

En etapes més avançades o posteriors; pèrdua de pes sense raó aparent, febre persistents suors nocturnes, diarrea crònica, úlceres a la boca, genitals o anus, infeccions freqüents (respiratòries o cutànies), cansament extrem.

Molt important remarcar que moltes de les persones no presenten símptomes en les primeres etapes del VIH per tant la única manera de saber si has contret la infecció és fent-te la prova ja que la detecció a l'inici és la clau.

Quines són les etapes de la malaltia i com poden evolucionar si no es tracta?

Són 3 etapes:

1. Infecció aguda;” període finestra “es coneix com el període entre la infecció i la detecció del virus en la prova. Els símptomes que hem descrit anteriorment.

2 infecció crònica asimptomàtica

el virus segueix latent al organisme. Destrucció gradual del sistema immunitari, tot i que l'individu es trobi bé, el Virus continua danyant les cèl·lules T CD4.

3.SIDA Síndrome de la Immunodeficiència adquirida.

El Sistema immunitari es debilita seriosament, el cos és vulnerable a infeccions oportunistes i cancerígenes.

El VIH si no es tracta, la malaltia progressa inevitablement fins a SIDA. A mesura que el sistema immunitari es debilita el risc de desenvolupa malalties oportunistes y neoplàsiques augmenta significativament. Algunes de les complicacions més comuns son Pneumonia per Pneumocystis jiroveci, Criptococosis, sarcoma de Kaposi, TBC

• Com es detecta el VIH? Recomanaríeu alguna prova específica o campanya de detecció?

La única manera de saber si tens el VIH és fent-te la prova. Les proves es poden fer : amb analítica de sang amb una serologia + la més comú, o bé una prova ràpida (com un test de glicèmia) i en algunes pots tenir el resultats en minuts. Això si, sempre necessitem un WB confirmatori

Les proves sempre son anònimes i confidencials.

Quan fer-me la prova? Després d'una possible exposició, si has tingut relacions sexuals sense protecció, compartit agulles o si creus que has estat exposat al VIH.

Existeixen campanyes a nivell mundial per promoure la detecció primerenca del VIH. Aquestes campanyes ofereixen informació, recursos y accés a probes gratuïtes

Com professionals sanitaris es recomana fer-se la prova de forma regular especialment si tens múltiples parelles sexuals amb relacions sexuals desprotegides.

3. Impacte en les persones afectades

• Com afecta el VIH a la qualitat de vida de les persones que el pateixen? A nivell psicològic i social, quins són els reptes més grans per a aquestes persones?

El VIH pot afectar la qualitat de vida de les persones de diverses maneres. A nivell físic, si no es tracta, fa que siguin més vulnerables a contraure d'altres infeccions el que pot provocar un augment de la fatiga, la pèrdua de pes i d'altres problemes de salut. Tot i que el TARV ajuda a controlar el virus i per norma és ben tolerat, aquest pot tenir efectes secundaris que poden afectar la qualitat de vida, com ara nàusees, fatiga i problemes digestius.

Em l'àmbit emocional i social, l'estigma i la discriminació que encara avui dia està present a la societat, fa que a les persones que conviuen amb el virus sovint els afecti la seva autoestima, salut mental i benestar emocional ja que poden sentir-se aïllades o tenir por de compartir el seu estat amb els altres.

En l'aspecte psicològic s'ha de tenir present que la manera que té cada individu d'acceptar el diagnòstic pot influir en la seva qualitat de vida pel que el suport psicològic i social és fonamental per afrontar la situació. Igual que la participació en grups de suport on la connexió amb altres persones que conviuen amb el VIH els pot ajudar a reduir l'estrès i la solitud.

• Has percebut canvis en l'estigma associat al VIH en els darrers anys?

Crec que encara ens queda molta feina per fer com a societat. Tot i que gràcies a l'increment de les campanyes de sensibilització sobre el VIH i la SIDA, on s'explica els modes de transmissió, la importància de la prevenció i el tractament i normalitzar que les persones que conviuen amb el VIH, no poden transmetre'l si estan indetectables, fa que ajudem a desfer l'herència negativa sobre la infecció.

També hem de tenir present, però, que l'estigma i la discriminació persisteixen en moltes comunitats d'arreu del món i en alguns àmbits, les persones amb VIH enfronten prejudicis, per la qual cosa és fonamental continuar amb els esforços per educar, sensibilitzar i promoure l'acceptació.

• Es treballa en la investigació per a una possible vacuna o cura definitiva?

Malgrat els avenços significatius en el TARV, que permet controlar la infecció, encara no s'ha assolit una vacuna o cura definitiva.

La investigació és un camp actiu de recerca, però la naturalesa variable del virus i la seva capacitat per evadir el sistema immunitari fa que sigui complex donar amb la clau.

4. Noves teràpies i avenços mèdics

• Quines són les teràpies més actuals per al tractament del VIH?

La més actual la teràpia de llarga duració coneguda com Long-Acting. Son fàrmacs d'acció prolongada, injectables per via Intramuscular que milloren l'adherència al tractament i la freqüència d'administració.

El tractament ha de ser individualitzat i adaptat a les necessitats de cada pacient.

• Hi ha novetats en tractaments preventius, com la PrEP (profilaxi preexposició)?

Els estudis es centren en adaptar la PrEP a les necessitats de la clau, com dones, persones transgènere i joves per garantir que tots tinguin un accés aquesta eina de prevenció.

Si, s'estan desenvolupant nous estudis d'investigació de noves presentacions de la PrEP com injectables de llarga duració així com la combinació amb altres fàrmacs per prevenir altres infeccions de transmissió sexual (ITS), com la Gonorrea i la Clamídia.

• Com han millorat els tractaments la qualitat de vida i l'esperança de vida dels pacients?

Gràcies als avenços en la medicina, el VIH s'ha convertit en una malaltia crònica controlada. Els tractaments antiretrovirals (ARV) son molt efectius per a suprimir la replicació del virus i enfortí el sistema immunitari.

Els beneficis del tractament amb ARV destacariem ; un augment significatiu de l'esperança de vida, les persones que el reben poden viure vides llargues i saludables.

Una millora de la qualitat la qualitat de vida, el tractament alleujarà els símptomes i pot prevenir complicacions.

I una reducció del risc de transmissió, el tractament redueix significament la quantitat del virus en sang i el risc de transmetre'l a altres persones. Indetectable = Intransmissible.

5. El paper de la infermeria

La infermera juga un paper fonamental en l'atenció al pacient amb VIH. Proporcionem informació sobre el TARV, resollem dubtes sobre la seva administració i la importància de l'adherència de la medicació. Parlem sobre la prevenció de la transmissió i les practiques segures. Treballem en equip amb altres professionals (metges especialistes, farmacèutics i altres agents de salut) per garantir una atenció integral del pacient. Però sobretot oferim suport emocional per als pacients i les seves famílies, ajudant-los a afrontar l'impacte psicològic del VIH. Crec que en aquest últim punt és on més necessàries som. El tracte proper amb el pacient, la disponibilitat davant qualsevol dubte o preocupació que els hi sorgeixi, fa que quan venen a la consulta la sentin com un espai segur on poder parlar sense sentir-se jutjats i amb total tranquil·litat.

La infermera no només proporciona atenció mèdica, sinó que també som un pilar de suport i educació i treballem per millorar la qualitat de vida dels nostres pacients.

• Podries destacar alguna iniciativa o programa en què les infermeres tinguin un paper clau a Tarragona?

Des de fa anys, formem part del Grup de Treball de Salut Sexual i VIH/Sida Tarragona, on col·laborem amb Assexora't, la Creu Roja, l'ASSIR o el CASD. Crec que és important saber quins recursos ens ofereix la comunitat i que estiguem connectats per a poder garantir una atenció bio-psico-social dels nostres pacients.

6. Reflexions i missatges finals

• Quins missatges donaries per conscienciar la població sobre el VIH?

Conscienciar la població sobre el VIH és fonamental per combatre l'estigma, promoure una detecció precoç i educar sobre la prevenció. El VIH és una malaltia greu sempre i quant no és tracti, però amb el tractament adequat es pot controlar i viure una vida plena. Si creus que pots estar exposat al VIH és important que et facis la prova i consultis amb un professional de la salut.

El missatge principal que s'ha de fer arribar a la població general és que Indetectable = Intransmissible.

Hem de tenir clar que el VIH és una malaltia crònica que requerirà de seguiments mèdics i analítics però no és una sentència de mort si es pren correctament el TARV. Parlar-ne ajuda a reduir l'estigma i eliminar prejudicis associats a la malaltia.

Els missatges finals que donaríem son:

El VIH no discrimina, t'has de protegir.

No defineix qui ets Tu, la teva salut Si , Cuida't

Protegeix-te i protegeix als altres. Utilitza el preservatiu sempre.

• Quins passos creus que són essencials per avançar en la lluita contra aquesta malaltia?

L'educació i la conscienciació sobre la malaltia, l'accés a proves diagnòstiques, la prevenció i el suport a la salut mental i emocional, la investigació i l'estigmatització zero son fonamentals per a poder seguir avançant per lluitar contra el VIH.

S'ha de trencar el silenci i parlar-ne obertament. En el nostre cas és fonamental està actualitzades, formades i al dia dels avenços entorn la malaltia. De fet, fa unes setmanes, vam assistir a Barcelona a unes jornades per infermeres on es parlava del fenomen Chemsex, (maratons sexuals sota l'efecte de les drogues) i una de les ponents va llençar un missatge que ens va donar a tots molt per reflexionar que deia: "És necessari aprendre a erotitzar el preservatiu" per seguir avançant en la prevenció!