

# Pensamento positivo

UMA traz um panorama atual da Aids entre as mulheres brasileiras, que revelam sua luta diária contra a doença e o preconceito

por Lyvia Squadrans



**S**er mãe, trabalhadora, dona-de-casa, esposa e símbolo de feminilidade, não é fácil. Imagine ser tudo isso e ainda portadora do vírus HIV. Hoje, no Brasil, mais de 150 mil mulheres vivem essa difícil realidade. Engana-se quem pensa que elas vivem uma vida totalmente diferente das demais. Pelo contrário, elas acordam e seguem em frente como qualquer outra pessoa, assumem suas responsabilidades domésticas e profissionais, com a diferença de precisarem lutar, dia a dia, contra o preconceito dos demais, e pior, de si mesmo.

Certamente você convive com alguma mulher portadora do vírus e nem sabe disso. A pessoa infectada que ainda não desenvolveu a doença passa despercebida aos nossos olhos, e se depender delas, vai continuar assim. Isso porque, apesar das constantes campanhas de conscientização sobre a AIDS e suas formas de contágio, o preconceito contra pessoas soropositivas ainda persiste, até mesmo nos núcleos familiares. Para o cirurgião dentista Marco Rodrigues, que trabalha com pacientes com HIV há dez anos, o preconceito persiste, principalmente no ambiente social: "Se ela é soropositiva, e está empregada, com certeza sofrerá discriminação".

A descoberta da doença é um choque para qualquer pessoa. A reação da família, dos amigos e do parceiro é o que mais assusta. O preconceito contra as mulheres é pior porque elas são vistas como mães, o equilíbrio da família e da sociedade. Ao revelar serem portadoras do vírus, elas sofrem um julgamento moral terrível. Apesar de tudo isso, o Dr Marco ressalta que "é possível viver com qualidade de vida tendo a doença. Com o advento dos coquetéis, a mortalidade diminuiu e o controle do vírus é mais eficaz".

## AIDS em números

A AIDS ainda é uma grande preocupação no mundo. A doença faz milhões de vítimas anualmente. Só no Brasil, entre 1980 e 2007, foram registrados mais de 500 mil casos da doença e 200 mil óbitos, segundo o Boletim Epidemiológico Aids/DST 2008, realizado pelo Ministério da Saúde. O maior contágio é através das relações sexuais, em seguida vêm as drogas injetáveis, e depois as transfusões e transplantes. A doença atinge mais as classes C e D e mulheres entre 25 a 30 anos, casadas. A doença, em porcentagem, leva mais a óbito feminino do que masculino.

O que antes era um tabu, hoje virou conversa diária e assunto para ser tratado desde pequeno na escola. O **sexo seguro** é o método mais eficaz de prevenir as DSTs, doenças sexualmente transmissíveis. Isso não é novidade para ninguém. Mas mesmo assim, uma pesquisa do Ministério da Saúde, divulgada em junho de 2009, aponta que apenas 38% dos adultos acima de 50 anos afirmam ter usado camisinha na última relação. Mais grave ainda, somente 16,6% dos adultos entre 25 e 49 anos usaram camisinha na última relação. Para o Dr Marco Rodrigues, "ainda existe muita desinformação a respeito da doença, principalmente nos adolescentes. Isso se deve ao grau de desinteresse dos jovens".

Não há mais um grupo restrito de pessoas ou de mulheres que possam vir a ser contaminadas. Se antes se falava em grupos de risco, como usuário de drogas injetáveis, homossexuais e profissionais do sexo, hoje não se pode definir um perfil dos portadores da doença. A Aids atinge qualquer idade. Inclusive, vêm aumentando os casos de idosas portadoras da **doença**.

Por causa disso, no início desse ano foi elaborada, pelo Ministério da Saúde, a campanha "Sexo não tem idade para acabar. Prevenção também não", voltada às mulheres com mais de 50 anos. Os números impressionam: a taxa de incidência para cada 100 mil mulheres saltou de 9,3, em 1996, para 14,2, em 2005. A iniciativa objetiva reduzir o crescimento de transmissão nesse grupo etário, que triplicou nos últimos 12 anos, de acordo com dados do estudo divulgados pelo Ministério.

O aumento de casos entre mulheres vai muito além da ideia de liberdade sexual ou da promiscuidade, que também são motivos de contaminação.

Muitas delas ainda se prendem ao medo de pedir ao parceiro que coloque a camisinha na hora da relação. A não utiliza-

### Hipertexto T informação extra

A mais recente pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde sobre o comportamento sexual do brasileiro revela que 57% dos homens casados que traem suas esposas dispensam a camisinha.

### Busca! saiba mais

Saiba mais sobre a doença no site da ONG Grupo pela Vida [www.aids.org.br](http://www.aids.org.br)

# Palavra *delas*

O que pensa, sente e teme a mulher portadora do HIV

DESCOBRI a doença com 45 anos, quando fui fazer exame de sangue para diagnosticar uma infecção. Foi um choque sem tamanho! Fora o caos que é saber da doença, tem a outra parte: descobrir a infidelidade do marido e saber que o culpado foi ele. Admiro a mulher que consegue perdoar um homem assim. No meu caso, não posso vê-lo na frente, mesmo 10 anos depois. Agradeço todos os dias por ter adquirido a doença depois de ter tido meus filhos, e por isso, nunca cheguei a representar risco algum para eles. Tenho uma vida normal. Acordo, corro no parque, trabalho, faço tudo que tenho vontade, e há cinco meses achei um homem maravilhoso para dividir a vida, que me apoia e me incentiva em tudo. Tento fazer parecer que a vida segue em frente da forma mais natural possível. Guardo para mim as noites mal dormidas em que fico pensando no porquê das coisas."  
**(M.S.J., 55 anos)**

SE DEPENDER de mim, as pessoas ao meu redor não saberão que estou doente nunca! Tento viver como todas as outras. Quando me questionam sobre a quantidade de remédios que tomo, sempre digo que faço tratamento para alguma outra doença, jamais HIV. Minhas faltas sempre têm outras desculpas, viagens, congressos... Uma vez me apaixonei perdidamente e chegamos a namorar por 2 anos, sem ele saber da minha doença. Sei que foi loucura e erro, mas não queria contar. Terminei porque não aguentava mais ficar com esse segredo guardado. Ele veio atrás, mandou flores, ligava, fez de tudo...quando finalmente contei a verdade, achando que a gente podia tentar dar certo, ele simplesmente desapareceu...Tenho HIV desde que nasci, nunca culpei minha mãe por isso, e claro que se pudesse escolher queria ser saudável, mas na minha condição eu agradeço por cada dia a mais que Deus me proporciona"  
**(G.K.O., 25 anos)**

QUANDO ME VI doente pensava em morrer a todo instante. E acho que realmente morri durante os primeiros anos. Não fui procurar me tratar, abandonei minha vida, meus filhos, tudo... Passei tanto tempo pensando em mim apenas, irritada, possessa por estar vivendo isso... Acontece que vivo há 15 anos com a doença, e no meio disso, perdi meu filho mais velho com 17 anos, saudável, vítima de um acidente de carro. A dor é tanta, a culpa foi tanta. Hoje faço terapia duas vezes por semana, estou recuperando o amor por mim. Tenho outros dois filhos, quero aproveitar o quanto puder ao lado deles, e dos meus netos queridos. Me preocupo em ter saúde e, acima de tudo, manter minha cabeça sempre boa."  
**(R.E.V., 67 anos)**



ção do preservativo é um dos principais motivos pelos quais as mulheres vêm sendo infectadas. Mulheres casadas, então, sofrem ainda mais com esse problema, pois têm medo de que os maridos interpretem o pedido como um sinal de desconfiança. Porém, se esquecem que podem ser contaminadas por eles mesmos. O condicionamento social, que “determina” que as mulheres casadas confiem cegamente na fidelidade de seus maridos leva a descobrirem que são portadoras da doença. O pior é que, em muitos casos, os homens sabem que são portadores do vírus e escondem de suas parceiras ou esposas.

### Deu positivo. O que eu faço agora?

Ao passar o choque da descoberta, vem a fase do tratamento. Com o uso regular dos medicamentos antirretrovirais, os famosos coquetéis, que são distribuídos gratuitamente pelo Ministério da Saúde desde 1996, é possível garantir um aumento na sobrevivência.

O Programa Brasileiro de DST/Aids recebeu, em 2002, um prêmio de US\$ 1 milhão, da Fundação Bill & Melinda Gates, como reconhecimento às ações de prevenção e assistência a Aids no país. Os recursos foram doados para ONGs que trabalham com portadores de HIV/Aids. O Programa Nacional de DST/Aids brasileiro é considerado por diversas agências de cooperação internacional como referência mundial.

Quem define qual o melhor medicamento a ser utilizado pelo soropositivo é o clínico geral. Se houver resistência ao remédio indicado, pode ser feita a troca por outro ao qual o paciente se adapte melhor. O importante é não interromper o tratamento. Uma alimentação saudável aumenta a resistência do organismo à doença. Segundo o Ministério da Saúde, a paciente com HIV/Aids deve fazer de cinco a seis refeições por dia, priorizando a ingestão de frutas, verduras e legumes e evitando frituras e gorduras. Ficar sem comer só piora a situação. Os medicamentos são muito fortes e podem irritar o estômago, causando úlceras e gastrites.

As atividades físicas devem ser mantidas. Elas ajudam a manter a autoestima e aumentam a resistência física do portador do HIV. A mais recomendada é a musculação, que ajuda a evitar as consequências da lipodistrofia, migração de gordura dos membros e glúteos para as costas e o abdômen - consequência da medicação.

### Gravidez

Quanto mais cedo for realizado o diagnóstico de infecção pelo HIV na gestante, maiores serão as chances de evitar a transmissão do vírus para o bebê. Por isso, é importante que seja realizado o teste no pré-natal,

### Hipertexto T

Informação extra

O Programa Brasileiro de DST/Aids é o único reconhecido no mundo todo por sua excelência e utilizado como modelo.

para que o tratamento com antirretrovirais seja iniciado precocemente. Os casos de transmissão do vírus da AIDS de mãe para filho caíram muito nos últimos anos no Brasil. Hoje, em cada 100 crianças nascidas de mães infectadas, cerca de sete têm o vírus. O vírus HIV não provoca má-formação na criança, mas pode contaminá-la e, mais tarde, fazer com que ela desenvolva os sintomas da Aids. Por isso a medicação é tão importante.

O acompanhamento pré-natal da gestante soropositiva deve ser feito com um ginecologista e obstetra e também um clínico geral (ou um infectologista), que vai avaliar o estado de saúde da gestante e dar orientações para o tratamento. Quando a criança nasce, ela também recebe tratamento, que dura até a sexta semana de vida. Depois, é feito um acompanhamento durante um ou dois anos, para descobrir se ela foi ou não contaminada pelo vírus da mãe.

Para que os riscos de contaminação sejam menores, o parto é feito por cesariana. Amamentação, nem pensar. A mulher toma um medicamento que para a produção do leite. Os riscos de transmissão do HIV pelo leite materno são altos: de 7 a 15%. O ideal é substituí-lo por leite artificial. Se todos esses procedimentos forem seguidos, a chance de infecção do bebê cai de 25% para menos de um por cento.

## GRUPOS DE APOIO

Apesar dos medicamentos prolongarem a sobrevivência dos doentes, o lado emocional também precisa ser trabalhado. Não é fácil conviver com a ideia de que se está contaminada por uma doença incurável. É por isso que muitas mulheres portadoras do HIV procuram ajuda em grupos de apoio, que oferecem programação específica para elas, como palestras, oficinas de reflexão, reuniões com outras pessoas doentes e suporte psicológico. O Banco de Horas, localizado no Rio de Janeiro, é um bom exemplo. O projeto atende pacientes portadores do HIV, oferecendo psicoterapia gratuita para eles e seus familiares e companheiros. O projeto está em funcionamento desde 1993. E atualmente conta com cerca de 200 voluntários, entre eles fisioterapeutas e psiquiatras.

## Coquetel

O tratamento do HIV hoje é realizado por uma terapia antirretroviral com inibidores de fusão (proteína que impede que o vírus entre na célula), mais conhecido como coquetel.

### ENTENDA A AÇÃO DOS COQUETÉIS NO TRATAMENTO DA AIDS:

- Diminuição da carga viral, consequentemente, diminuição das infecções oportunistas, relacionadas à queda de imunidade, que vão desde herpes e candidíase à pneumonia
- Prevenção a carcinomas e sarcomas
- Aumento da expectativa de vida

### OS EFEITOS COLATERAIS DOS COQUETÉIS SÃO MUITOS, ENTRE ELES:

- Lipodistrofia: acúmulo de gordura nas extremidades. O pouco de gordura que o indivíduo possui se deposita nas extremidades do corpo, o que afeta muito a sua autoestima



- Aumento das glândulas parótidas
- Xerostomia: falta de saliva, que pode causar dificuldade na fala e alimentação
- Descalcificação e desmineralização de ossos e dentes
- Hepatomegalia: aumento do fígado
- Diabetes e pancreatite
- Hipertensão arterial
- Depressão. É o que mais atinge os soropositivos

Foto: Ilustrativa