



## **A ALIMENTAÇÃO SAUDAVÉL NO TRATAMENTO DA AIDS: a importância da alimentação saudável na Síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS)**

Karoline Carvalho de Souza<sup>1</sup>  
Juliana Aparecida Loes Ferreira<sup>2</sup>  
Jordana Vidal Santos Borges<sup>3</sup>  
Dênio Gonçalves de Carvalho<sup>4</sup>

### **RESUMO**

O trabalho a seguir vem mostrar a importância de uma alimentação saudável no tratamento da AIDS (síndrome da imunodeficiência adquirida). A alimentação saudável vem para minimizar danos que o tratamento pode causar evitando assim problemas mais graves. No tratamento da AIDS o indivíduo fica bastante debilitado, pois junto com o tratamento vem os efeitos colaterais, como baixa ingestão proteico-calórica devido a não vontade de comer, o hipermetabolismo traz com sigo uma grande perda de peso em um curto espaço de tempo, sistema imunológico se encontra bem debilitado devido a doença e com isso temos as doenças oportunistas que se aproveitam e na maioria das vezes são elas que levam a morte. O acompanhamento nutricional vem para ofertar todos os nutrientes e calorias que o indivíduo precisa para sobreviver e suportar o tratamento, resultando assim em uma melhor qualidade de vida para os pacientes com AIDS.

**Palavras-chave:** Síndrome da Imunodeficiência adquirida (AIDS). Alimentação saudável. Hipermetabolismo. Tratamento.

### **ABSTRACT**

The following work is to show the importance of a healthy diet in the treatment of AIDS (acquired immunodeficiency syndrome). The healthy food comes to minimize damage that may cause the treatment thereby preventing more serious problems. In AIDS treatment the individual is quite weak, because along with the treatment has side effects, such as low protein-calorie intake due to not want to eat, hypermetabolism brings to follow a great loss of weight in a short time, immune system is very weak due to illness and so we have opportunistic infections that exploit and most often they bring death. Nutritional monitoring is to offer all the nutrients and calories the individual needs to survive and withstand the treatment, resulting in a better quality of life for patients with AIDS.

**Keywords:** Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS). Healthy eating. Hypermetabolism. Treatment.

---

<sup>1</sup> Acadêmico da Faculdade Atenas;

<sup>2</sup> Professora da Faculdade Atenas;

<sup>3</sup> Professora da Faculdade Atenas;

<sup>4</sup> Professor da Faculdade Atenas.

## **METODOLOGIA**

No presente trabalho será realizada uma pesquisa do tipo descritiva e exploratória, baseada por meio de levantamento bibliográfico sobre o tema: A síndrome da Imunodeficiência adquirida (AIDS) e a alimentação saudável. Para isso, serão utilizados artigos científicos publicados nos anos de 2004 a 2013, encontrados em sites acadêmicos como Google acadêmico, Scielo, Bireme, assim como livros, revistas e periódicos do acervo da biblioteca da Faculdade Atenas..

## **INTRODUÇÃO**

O trabalho a seguir vem para relacionar a importância da alimentação saudável no tratamento da síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS).

A alimentação parece influenciar de forma benéfica no tratamento do vírus HIV, pois diante do tratamento que debilita bastante o paciente a alimentação saudável vem para repor os efeitos de diferentes tipos de medicação. O paciente de HIV tem uma grande perda de peso, o que mais afeta essa perda de peso é a febre constante isso acontece devido as células TCD4 estarem em um nível bem reduzido (BARROS et al., 2007).

O HIV ( Síndrome da imunodeficiência adquirida) é considerado uma das maiores doenças que atingem a população. O HIV é um retrovírus que causa uma difusão no organismo devido a queda de níveis do CD4 (MARIA, 2012).

Essa doença causa inúmeros efeitos no organismo, diminui em grande proporção a massa magra devido a isso tem um grande risco de desnutrição, os níveis de nutrientes que o organismo absorve são muito pouco, devido a isso diminuem o sistema imunológico e aumenta o risco de aparecimento de doenças oportunistas (MARIA, 2012).

O indivíduo portador de AIDS passa por inúmeras modificações no organismo, devido a enorme quantidade de medicamentos que eles ingerem e a doença ataca células do sistema imunológico com isso o indivíduo fica debilitado e doenças oportunistas se aproveitam disso para se desenvolver ( DANINI et al, 2004).

Existem nos tempos atuais diversos estudos que procuram possíveis soluções para minimizar os danos causados pelo HIV, uma suposta solução seria um acompanhamento nutricional que iria diminuir esses alguns danos e fortalecer sistema imunológico ( CANINI et al., 2004).

## **DESENVOLVIMENTO**

A AIDS( Síndrome da imunodeficiência adquirida) já está entre a sociedade desde a década de 30 e acomete milhões de pessoas, essa patologia é causada pelo vírus HIV(Vírus da imunodeficiência humana) quando entra em contato com o organismo destrói os linfócitos TCD4 que são as células de defesa do organismo ( BARROS et al., 2007).

O HIV é um retrovírus que debilita o sistema imunológico, devido a queda que ele causa nos linfócitos, quando não há o tratamento para ter o controle do vírus pode levar o indivíduo a morte ( MARIA, 2012).

O tratamento da AIDS se dá por um coquetel de medicamentos antirretroviral, impedindo a replicação do vírus no organismo, mas o uso desses fármacos causas efeitos maléficos ao organismo como dislipidemias, alteração na distribuição de gordura do corpo e uma resistência a insulina ( LADEIRA; SILVA, 2012).

O estado nutricional dos pacientes com HIV é bem preocupante, pois eles apresentam uma diminuição no apetite, devido essa falta de calorias eles não conseguem alcançar nem o valor energético que precisam quando estão em repouso, debilitando assim ainda mais o organismo ( RODRIGUES; MIRANDA; GUTERRES, 2013).

Segundo PAULA et al.,2010, a desnutrição é um efeito da AIDS, sendo uma das maiorias causas de morte em indivíduos com HIV, essa desnutrição é

causada pela má ingestão e baixa absorção afetando ainda mais o sistema imune e enfraquecendo o individuo cada vez mais.

Pacientes com HIV possui uma baixa ingestão proteico-calórica e a desnutrição é uma consequência bem preocupante, pois devido eles possuírem um alto metabolismo o organismo aumenta ainda mais o catabolismo liberando citocinas que são prejudiciais ao corpo, pois essas citocinas podem afetar o sistema neural, causando assim danos nas células do cérebro ( SILVA; BURGOS; SILVA 2010).

Os pacientes com AIDS sofrem com as doenças oportunistas, essas patologias aproveitam de uma queda do sistema imune para se desenvolverem, geralmente são infecções, gripe, tuberculose e inúmeras outras, na maioria das vezes essas patologias levam o individuo a morte, pois suas células de defesa estão em um número baixo e não tem forças para combater essas patologias ( SANCHES; SANTOS; FERDANDES, 2011).

A nutrição atua diretamente na síndrome da imunodeficiência adquirida, pois o individuo que possuem essa patologia passa por diversas etapas ao longo do tratamento por isso a perda de massa magra é bem visível nesses pacientes (BARROS et al, 2007).

Segundo MARIA 2012, o acompanhamento nutricional para pacientes com HIV, não cura mais é essencial para que o sistema imunológico fica normalizado e previne uma possível desnutrição.

Para pacientes com a AIDS é importante manter um nível de ingestão proteico-calórica adequada e ter práticas de atividade físicas regularmente , para que assim eles consigam reduzir a carga viral e aumentar a contagem dos linfócitos TCD4 para manter o sistema imune adequado evitando a adesão de doenças oportunistas ( BARROS et al., 2007).

A alimentação adequada vem para reduzir danos causados pela doença, pois a síndrome da imunodeficiência adquirida ataca de forma lenta e complicada. A alimentação vem para manter as células de defesa um pouco a mais no corpo, evitando a desnutrição e mantendo peso ideal, o consumo certo de vitaminas e minerais podem reduzir grandes complicações que essa doença pode causar (SILVA;BURGOS;SILVA, 2010).

O acompanhamento nutricional em pacientes com HIV é de total importância pois reduzirá as complicações do tratamento e evitará o aparecimento

de doenças oportunistas, mantendo o indivíduo mais saudável e dando uma melhor qualidade de vida para essas pessoas ( CANINI et al., 2004).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após todas as discussões até então se volta o olhar para a necessidade de apresentar considerações finais a respeito da pesquisa bibliográfica ora em questão. Sendo assim, vale ressaltar o tema a qual deu origem a este estudo foi: A síndrome da Imunodeficiência adquirida (AIDS) e a alimentação saudável.

A realização das análises bibliográficas e hipóteses levantadas foram confirmadas que o tratamento da AIDS aliado com uma alimentação saudável diminui o impacto dos medicamentos no organismo, o indivíduo sofre com efeitos colaterais e doenças oportunistas, que na maioria das vezes podem levar o indivíduo a morte.

Conclui-se assim que o acompanhamento nutricional no tratamento da AIDS ajuda o indivíduo a ter uma melhor qualidade de vida durante o tratamento, os efeitos que os medicamentos causa são minimizados com a alimentação adequada, dando assim uma melhor situação para o indivíduo aguentar o tratamento.

## REFERÊNCIAS

BARROS, Eunice Dias et al. **Influência da alimentação na lipodistrofia em portadores de HIV- AIDS praticantes de atividade física regular.** São Paulo. Rev. Brasileira de prescrição e Fisiologia do Exercício. v.1, n.2, p. 13-18, abr./ 2007.

CANINI, Silva Rita Marin da Silva, et al. **Qualidade de vida m indivíduos com HIV/aids:** uma revisão de literatura. São Paulo. Rev. Latino-am Enfermagem. 2.ed.2004.

LADEIRA, Patricia OC; SILVA, Danielle Cristina G. **Estado nutricional e perfil alimentar de pacientes assistidos pelo programa DST/ Aids e Hepatite virais de um centro de saúde de Itaperuna-RJ.** Rio de Janeiro. DST- J Bras doenças sex transm. v.24, n.1, p.28-31, 2012.

MARIA, Renata Garcia de Mello. **Alterações Lipídicas em pacientes HIV/ AIDS em uso de terapia antirretroviral.** Canoas. Jul./ 2012.

PAULA, Emmyline Perin de; NERES, Samara; SANTINI, Eliana; FILHO, Adilson Domingos dos Reis. **Considerações Nutricionais para adultos com HIV/ AIDS.** Mato Grosso. Rev. Matogrossense de enfermagem. v.1, n.2, 148- 158, dez./ 2010.

RODRIGUES, Emanuellen; MIRANDA, Rozinéia de Nazaré Alberto; GUTERRES, Aldair da Silva. **Avaliação do perfil nutricional de portadores do HIV.** Pará. rev. Paraense de Medicina. v.27, n.4, p. 37-43, dez/ 2013.

SANCHES, Roberta Seron; SANTOS, Waldemir Roberto; FERNANDES, Ana Paula Moraes. **Dislipidemias e doenças cardiovasculares na infecção pelo HIV.** São Paulo. Rev. Jornal Of Nursing and Health. v.1, n.2, p. 214-221, dez./ 2011.

SILVA, Maria Clara A; BURGOS, Maria Goretti; SILVA, Rafaella A. **Alterações nutricionais e metabólicas em pacientes com Aids em uso de terapia Antiretroviral.** Pernambuco: DST- J Bras doenças sex transm. v. 22, p. 118-122, 2010.