

# VIH i sida



## Paraules clau

- **VIH:** virus d'immunodeficiència humana. És un virus que produeix una infecció incurable que ataca el sistema immunitari del cos i que es transmet mitjançant contacte sexual, agulles contaminades, sang infectada o de mare a fill.
- **Sida:** síndrome d'immunodeficiència adquirida. Etapa avançada de la infecció per VIH, en la qual el sistema immunitari es veu greument debilitat, de manera que apareixen altres infeccions.
- **Sistema immunitari:** defenses naturals del cos contra les malalties.

## Per què es parla tant del VIH i de la sida?

El VIH/sida no té cura, encara que amb el tractament adequat es poden viure molts anys després de la infecció, amb pocs símptomes i efectes secundaris de la medicació. La via principal de transmissió del VIH són les relacions sexuals.

La qüestió de com prevenir el VIH sovint és polèmica. El tractament és costós i difícil d'aconseguir en països amb pocs recursos, però fins i tot allà on es disposa de sistemes eficaços de prevenció i de tractament, la gent pot estar exposada al VIH perquè no entenen el risc, no el perceben o són socialment vulnerables. Per últim, l'estigma i la discriminació que pateixen les persones amb VIH encara estan molt estesos, i molt sovint se'ls titlla de diferents i se'ls culpa d'aquesta diferència.

## Dades estadístiques<sup>1</sup>

- **34, 2 milions:** nombre de persones de tot el món que el 2011 tenien VIH.
- **7.000:** nombre de noves infeccions que es diagnostiquen cada any arreu del món.
- **30 milions:** nombre de persones que han mort a causa de la sida des del seu descobriment el 1981.

---

<sup>1</sup>Fonts: OMS <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs360/en/index.html> i [www.unaids.org/documents/20101123\\_FS\\_nawe\\_en.pdf](http://www.unaids.org/documents/20101123_FS_nawe_en.pdf)

# Preguntes i respostes sobre qüestions científiques

## Què és el VIH?

El VIH, o virus d'immunodeficiència humana, és un virus que ataca el sistema immunitari del cos.

Es replica introduint-se a les cèl·lules del pacient i inserint fragments del seu propi codi genètic a l'ADN d'aquestes cèl·lules perquè produeixin nous virus, que infectaran altres cèl·lules.

En el cas del VIH, el tipus principal de cèl·lules que resulta infectat són les que ajuden el cos a combatre les malalties, per això el sistema immunitari del pacient es debilita. Si la infecció no es tracta, normalment es desenvoluparà sida. La sida és un estat avançat de la infecció per VIH, en què el pacient pot morir a causa d'altres infeccions o de càncers, perquè el seu sistema immunitari no és prou fort per combatre'ls.

### *Infecció per VIH per contacte sexual*

*El 90% de les infeccions per VIH al Regne Unit es produeix per contacte sexual. D'aquestes, al voltant d'un 50% es produeix entre homes i dones, i l'altre 50% entre homes.*

## Com es produeix la infecció per VIH?

Hi ha tres vies principals d'infecció per VIH:

**Transmissió sexual:** a Europa el VIH s'estén, en la majoria de casos, per contacte sexual sense protecció. Els fluids corporals, com ara el semen, la sang i el fluix vaginal, poden transmetre el virus del VIH al corrent sanguini de la parella sexual.

**Transmissió a través de la sang:** si el virus del VIH és a la sang, es pot transmetre quan la sang infectada entra en contacte amb un corrent sanguini no infectat. Això pot passar entre toxicòmans que comparteixen xeringues, en una transfusió sanguínia amb sang infectada, quan es faci un tatuatge o un pírcing amb una agulla infectada, o si la sang infectada entra en contacte amb una ferida oberta.

**Mare-fill:** una dona amb VIH embarassada pot transmetre el virus al nadó durant l'embaràs o durant el part.

### *Infecció per VIH per consum de drogues*

*Al Regne Unit el 5% de les infeccions per VIH es produeixen en toxicòmans que comparteixen xeringues per injectar-se la droga. A Europa de l'Est aquesta xifra s'eleva fins al 44%.*

## Com es viu amb el VIH?

De moment no té cura; l'únic tractament disponible és una combinació de fàrmacs antiretrovirals. Aquests fàrmacs alenteixen el desenvolupament de la malaltia perquè es dirigeixen contra el virus quan aquest es replica, amb la qual cosa es limiten diverses etapes del seu cicle vital.

### *Transmissió del VIH entre homes*

*Les dades de 23 països europeus revelen que el nombre anual de diagnòstics de VIH entre homes que tenen relacions sexuals amb homes va augmentar en un 86% entre els anys 2000 i 2006.*

El VIH es multiplica ràpidament i pot esdevenir resistent als fàrmacs, per això s'utilitza una combinació de fàrmacs, perquè li sigui més difícil replicar-se. D'aquesta manera, és menys probable que apareguin noves variants resistents del virus. Si els pacients segueixen el tractament fil per randa, aconsegueixen mantenir els nivells vírics a la sang tan baixos que poden ser indetectables durant anys.

Les persones amb VIH prenen moltes pastilles cada dia. Se'ls recomana fer esport, menjar sa, deixar de fumar i vacunar-se amb regularitat per minimitzar el risc de contraure malalties greus.

## Com es pot prevenir la infecció pel VIH?

A Europa, normalment, les campanyes de conscienciació pública sobre el VIH se centren en la prevenció del contagi per transmissió sexual mitjançant l'ús de preservatius quan no se sap si la parella té el VIH, i a promoure que la gent es faci analítiques per saber si tenen o no el virus. L'anàlisi de sang per descartar la presència del VIH abans de les transfusions sanguínies i la utilització de xeringues d'un sol ús, són dues maneres més de prevenir la transmissió al corrent sanguini.

Molts dels mètodes de prevenció del VIH utilitzen tractament antiretroviral per reduir la possibilitat de transmissió del VIH:

- **Reducció de la càrrega viral:** les persones amb VIH sovint es mediquen per la seva pròpia salut. El tractament antiretroviral redueix la quantitat del virus que hi ha als fluids corporals de la persona, coneguda com a "càrrega viral", i d'aquesta manera s'aconsegueix que siguin menys propensos a contraure malalties relacionades amb la sida. La càrrega viral d'una persona seropositiva és, per si sola, el principal factor de risc en la transmissió del VIH, de manera que el tractament té el benefici afegit que redueix aquest risc de manera significativa. La idea de "tractament com a prevenció" és utilitzar el tractament com una estratègia de prevenció que es pugui fer servir per protegir les parelles sexuals o, a gran escala, reduir la transmissió del VIH entre la població.

- **Prevenció de la transmissió mare-fill:** les dones embarassades seropositives d'arreu del món prenen fàrmacs antiretrovirals per reduir les possibilitats de transmetre el virus als seus fills. Sense intervenció, hi ha entre un 20 i un 45% de possibilitats que el bebè nascut d'una mare seropositiva s'infecti. El tractament de les mares durant l'embaràs redueix significativament aquest risc.
- **Prevenció després de l'exposició:** després d'un risc d'exposició al VIH, a causa d'un contacte sexual o de contacte amb sang infectada, els pacients poden rebre un tractament antiretroviral d'emergència anomenat PEP. Generalment es tracta d'un tractament de 4 setmanes amb fàrmacs antiretrovirals. S'ha d'iniciar abans de les 72 hores posteriors al risc d'exposició. El PEP redueix les possibilitats d'infecció en un 80%, però és un tractament costós i pot tenir efectes secundaris.

## Quines recerques es duen a terme pel que fa a prevenció i tractament?

### Prevenció:

- S'estan provant contínuament noves tecnologies, com ara els **microbicides** (gels, cremes o esprais capaços de matar el virus), per esbrinar amb quina eficàcia eviten que el VIH es transmeti per contacte sexual.
- Els investigadors també treballen en una **vacuna** que podria impedir que la gent s'infectés.
- Una altra possible tècnica de prevenció que s'investiga és **l'administració de tractament prèviament a l'exposició**, que implica proporcionar a persones no seropositives fàrmacs antiretrovirals davant d'una possible exposició per evitar que s'infectin. Pot ser útil en parelles en què només un membre té el VIH, però també es podria utilitzar com a mètode de prevenció per a persones en situació d'alt risc.

**Tractament:** els investigadors busquen maneres de tractar la infecció per VIH perquè el virus desaparegui del tot o per aconseguir reduir la infecció al mínim. Les estratègies més prometedores que s'investiguen són:

- **Teràpia gènica:** modificar el sistema immunitari dels pacients per fer-lo resistent a la infecció pel VIH.
- **Intensificació i optimització del tractament:** aturar la replicació del virus.
- **Teràpies immunològiques i inversió de la latència del VIH:** estimular el sistema immunitari del cos i fer que el sistema immunitari pugui detectar les cèl·lules latents infectades pel VIH.
- **Vacunació terapèutica:** millorar la resposta immunitària del pacient i permetre el control sobre el VIH a nivells baixos.

# Joc *Discussion Continuum*

Aquesta activitat està enfocada a facilitar el diàleg sobre els aspectes ètics, legals i socials dels estudis de l'obesitat. Grups de 4 a 12 estudiants debatran les qüestions que es formulin per a cada afirmació i, per a cada carta, escolliran entre "D'acord" i "En desacord".

## Contingut:

- Una carta D'ACORD i una carta EN DESACORD
- Vuit cartes de debat amb una afirmació sobre algun aspecte relacionat amb el VIH/sida

## Regles del joc:

1. Els jugadors formen grups reduïts, de 4 a 12 membres cadascun. Cada grup rep una carta D'ACORD, una carta EN DESACORD i 8 cartes de debat.
2. Cada grup col·loca a terra o sobre la taula, amb un metre de separació, la carta D'ACORD i la carta EN DESACORD, per representar els dos extrems d'un continu. Les cartes de debat es col·locaran en aquest espai de separació.
3. El primer jugador llegeix la primera carta de debat a la resta del grup. El jugador haurà de comprovar que tots entenen la carta i utilitzarà els fulls d'informació quan pertoqui per assegurar-se que el grup entén l'afirmació.
4. A continuació, el primer jugador decideix en quina mesura està d'acord amb la primera carta. Col·loca la carta de cara amunt en un punt del continu del debat, més o menys a prop de D'ACORD o EN DESACORD, segons el seu criteri. Aquesta serà l'elecció del jugador i el grup no la sotmetrà a debat. Si ho desitja, el jugador podrà aportar una justificació.
5. Tot seguit, els jugadors, per torns, llegeixen una carta, comproven que tots l'entenen i escullen individualment on col·locar-la en el continu, com hem vist abans.
6. Un cop s'hagin llegit, entès i col·locat en el continu totes les cartes, es podrà encetar el debat. L'objectiu consisteix a col·locar les cartes entre D'ACORD i EN DESACORD en un ordre acordat per la majoria dels jugadors. Els jugadors hauran d'agafar una carta de debat i debatre si cal moure-la.
7. Al final del debat, cada grup haurà de tenir un continu acordat per la majoria.
8. Si hi ha diversos grups que estan jugant simultàniament, l'orientador pot voler posar en comú els resultats de tots ells. Són semblants? Pot algú de cada grup explicar les seves decisions sobre una carta en concret?

## Adaptació del joc:

Teniu limitacions de temps? Reduïu el nombre de cartes o simplement utilitzeu les cartes com a punts de partida per al debat.

**Espai de debat desenvolupat per Ecsite, en col·laboració amb el Parc Científic de Barcelona i Centre of the Cell (Londres), dins del marc del projecte Xplore Health. Agraïm a At-Bristol el desenvolupament del format de l'espai de debat: [www.at-bristol.org.uk](http://www.at-bristol.org.uk)**

**D'acord**

**En desacord**

## Carta de debat 1

“Per minimitzar el risc de transmissió del VIH, **no s’hauria de permetre donar sang** als homes que mantenen relacions sexuals amb altres homes.”

## Carta de debat 2

“Les campanyes de salut pública haurien de **transmetre el missatge que els preservatius no són l’única manera de reduir el risc de transmissió del VIH**: reduir la càrrega viral de les persones amb VIH, per exemple, també redueix el risc.”

## Carta de debat 3

“A l’hora de demanar feina com a metge o infermera, **no s’hauria d’obligar ningú a revelar si té el VIH o no**, encara que la seva feina comporti risc de transmissió.”



### Carta de debat 4

“Si es desenvolupa una vacuna eficaç contra el VIH, s’han d’invertir **tots els diners possibles a garantir que la rebin les persones que més ho necessiten**, encara que això signifiqui que es pugui vacunar menys gent.”

### Carta de debat 5

“Els metges haurien de **recomanar l’abstinència** (no tenir relacions sexuals) com un bon mètode per prevenir la transmissió del VIH entre els joves.”

### Carta de debat 6

“Que les autoritats sanitàries **reparteixin xeringues netes** als toxicòmans és una bona manera de reduir la transmissió del VIH per l’ús compartit de xeringues.”

## Carta de debat 7

**“Els metges haurien de poder revelar que un pacient té el VIH a la seva parella no infectada, si hi ha un risc clar que aquesta s’infecti.”**

## Carta de debat 8

**“Les dones embarassades haurien d’estar obligades a fer-se la prova del VIH per garantir que els metges puguin impedir que el nadó s’infecti.”**

## Carta de debat 9

**“El tractament d’emergència PEP per a la infecció per VIH no s’hauria de promocionar obertament al públic, perquè podria animar la gent a córrer el risc d’infectar-se si saben que poden començar el tractament l’endemà mateix.”**