

Qualidade de vida das pessoas vivendo com HIV/Aids, através do "Projeto Malhar & Viver+" no município de São Paulo.

Sobrinho, R.F.; Batista, F.S.; Khoury, Z.; Cardoso, T.L.G.; Pinto, V.B.; Santos, L.C.G. Santos; Santos, R.R.; Nogueira, A.P. N.; Lima, M.

Programa Municipal de DST/Aids
Secretaria Municipal da Saúde de São Paulo

Antecedentes

Entre as patologias populares e impactantes predominantes no mundo, pode se destacar Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (Aids). No início da década de 80 o mundo observou a chegada da infecção pelo vírus HIV/Aids, após esta data a humanidade tem se deparado com grandes desafios nos campos: científico, social, físico e emocional. Com o início da terapia farmacológica de alta atividade TARV (Terapia antirretroviral) as Pessoas Vivendo com HIV passaram a ter mais qualidade de vida, apesar dos efeitos adversos causados pela combinação medicamentosa, quais sejam: cardiovascular, alterações metabólicas e anatômicas.

A prevenção destes efeitos pode ser através de atividade física e alimentação balanceada. O objetivo proposto é de prevenir ou minimizar os danos causados pela TARV (Terapia antirretroviral). Melhorar a qualidade de vida das PVH (Pessoas Vivendo com HIV) e adesão ao tratamento, através de exercício aeróbio e resistido.

Descrição

A análise é feita pelo perfil lipídico composto pelas concentrações séricas CD4, carga viral, HDL, LDL, colesterol total (CT), triglicerídeos (TG) e glicose avaliada a cada três meses.

As atividades são aeróbias e de força (50% a 60% da frequência cardíaca máxima estimada), três vezes semanais, com uma duração de até 50 minutos.

Aprendizados

Melhoria nas alterações, melhora na autoestima, redução de níveis de stress, ansiedade, melhora nos padrões do sono e consequentemente na adesão ao tratamento.

Perspectivas

Os pacientes que fizeram atividade regular no período de um ano (inseridos no projeto Malhar & Viver+) tiveram uma melhora significativa na parte metabólica, adesão ao tratamento, social, melhora da qualidade de vida.

