



# AGIRE OGGI... PER STAR MEGLIO DOMANI!

*Consigli per le persone con HIV*



## LE PERSONE CON HIV, OGGI E DOMANI

La terapia antiretrovirale efficace permette alle persone con HIV di vivere a lungo: questa situazione apre scenari nuovi nella gestione clinica e nella loro quotidianità. **Spesso si sente parlare di *longevità normale*, riferendosi alla durata della vita.** In particolare, ci si riferisce a chi ha avuto un recupero durevole delle funzioni immunitarie e a chi non ha contratto l'HIV attraverso comportamenti derivanti dall'utilizzo di sostanze iniettive. **Tuttavia, occorre chiedersi: "Che tipo di longevità sarà?"**

Recenti studi prevedono che **oltre il 70% delle persone con HIV avrà più di 50 anni nel 2030**, ossia tra poco più di 10 anni. **Di queste, il 28% avrà almeno due malattie coesistenti legate all'età**, condizione detta **di multimorbilità**. Invecchiando, inoltre, si va incontro a diverse problematiche di salute quali: fragilità, cadute, problemi cardiovascolari, alterazioni neurologiche, diabete, ecc.

Quindi, per avere **una buona longevità, la persona con HIV deve agire per tempo.**

## CONTENUTI PRINCIPALI DELLE LINEE GUIDA

Nella loro ultima edizione, il problema è affrontato nella sezione **modelli di gestione assistenziale**. In particolare, sono enunciati principi e azioni a sostegno.

Principi	Azioni a sostegno
La diagnosi d'infezione da HIV, delle patologie a essa correlate e la gestione della terapia anti-HIV sono di competenza dello specialista infettivologo con esperienza nel settore.	<ul style="list-style-type: none"><li>● L'assistenza ospedaliera nei reparti di Malattie Infettive (in regime di ricovero e in diurno).</li><li>● La presa in carico ambulatoriale del paziente con infezione cronica.</li><li>● L'accesso ambulatoriale facilitato, per favorire la continuità di cura.</li></ul>
La persona in terapia cronica richiede un approccio che tenga conto delle problematiche HIV e non HIV correlate.	<ul style="list-style-type: none"><li>● L'integrazione di competenza fra lo specialista HIV e le altre specialità della medicina.</li><li>● La costituzione di un gruppo multidisciplinare.</li><li>● I percorsi di cura per le comorbidità.</li></ul>
L'invecchiamento della popolazione, le comorbidità e la sindrome geriatrica sono fattori condizionanti la prognosi a lungo termine. L'evoluzione con disabilità deve essere più possibile prevenuta.	<ul style="list-style-type: none"><li>● L'integrazione e l'adattamento delle competenze geriatriche.</li><li>● La valutazione della/e disabilità.</li><li>● L'organizzazione dei percorsi di riabilitazione.</li><li>● L'organizzazione dell'assistenza domiciliare, della lungodegenza e di residenze protette.</li></ul>

Inoltre, nella sezione **invecchiamento e fragilità** sono presenti i seguenti principi di terapia antiretrovirale.

Principi
Multimorbilità e politerapia devono guidare la scelta della terapia anti-HIV alla pari dell'efficacia virologica. In questa situazione, nella fase di mantenimento terapeutico (ossia quando la carica virale è stabilmente non rilevabile), la scelta di regimi terapeutici senza nucleosidici o senza potenziatore farmacocinetico deve essere considerata.
Tenofovir Alafenamide Fumarato (TAF) deve essere preferito a Tenofovir Disoproxil Fumarato (TDF).
I pazienti con multimorbilità hanno maggior rischio di interazioni e di tossicità farmacologiche.

## AGIRE SULLA TERAPIA ANTI-HIV

Nella sezione **ottimizzazione** delle Linee Guida è affrontato il tema del cambiamento della *terapia anti-HIV* quando la carica virale è non rilevabile: un importante tassello per la propria salute a lungo termine.

Ragioni per <i>ottimizzare</i> la terapia anti-HIV
La <b>presenza di tossicità o effetti collaterali</b> .
La <b>possibilità che una comorbidità si aggravi</b> a causa della terapia anti-HIV.
<b>L'incompatibilità tra la terapia anti-HIV e quella per curare una comorbidità</b> .
La <b>prevenzione di una possibile futura comorbidità o tossicità</b> .
<b>Il miglioramento dell'aderenza</b> .
La <b>pianificazione della gravidanza</b> .
<b>L'utilizzo di farmaci datati</b> (perché meno tollerabili delle nuove terapie).

## AGIRE SU TANTI ALTRI ASPETTI

Se i farmaci anti-HIV sono assunti con regolarità, viste le numerose opzioni a disposizione, oggi è facile ottenere e mantenere *una carica virale non rilevabile* e un *numero di CD4 sopra i 500*. Invece, **costruire un percorso clinico per un benessere complessivo a lungo termine è più complicato**. Le raccomandazioni, anche per le persone giovani, sono:

1. **Prevenire**, per quanto possibile, le comorbidità che possono insorgere.
2. **Avere un approccio proattivo** nella gestione della propria salute.

Prevenire e agire...
Valutare <b>il rischio di sviluppo di eventi cardiovascolari, ipertensione, diabete</b> .
Osservare e stimare <b>la tendenza allo sviluppo di malattie alle ossa, ai reni e al fegato</b> .
<b>Controllare, con periodicità, l'eventuale presenza di alcune infezioni</b> . In particolare, le epatiti e le malattie a trasmissione sessuale (tra cui anche condilomi vaginali, anali, al pene).
Occuparsi <b>del monitoraggio dell'aspetto corporeo: pancia, fianchi, gambe, braccia</b> . Ma anche della <b>cavità orale, dei polmoni, della pelle</b> . Tutto questo serve per avere attenzione sull'eventuale comparsa di complicanze.
Non trascurare <b>la comparsa di problematiche di salute mentale</b> , quali ansia, depressione, alterazioni troppo frequenti dell'umore/stato emozionale, problemi di memoria, di concentrazione, di apprendimento.
Non trascurare <b>la salute sessuale e riproduttiva</b> .
Comprendere se <b>i farmaci anti-HIV assunti incidono su alcuni degli aspetti menzionati</b> . In caso positivo, <b>ottimizzare</b> (vedi in seguito) <b>la terapia anti-HIV facendo opportuni cambiamenti</b> .

In proposito, occorre chiedersi...
<b>Mi sto occupando di questi aspetti?</b> Li controllo con regolarità?
I miei famigliari hanno avuto problemi simili?
<b>Ho un buon rapporto con il mio medico infettivologo?</b> <b>Posso parlare di tutto questo?</b> <b>È attento al mio benessere futuro?</b>



Appare chiaro che se da un lato l'infettivologo rimane un riferimento imprescindibile, dall'altro anche medici di altri settori della medicina entreranno a pieno titolo, nella gestione della salute della persona con HIV.

#### Per progettare il percorso di salute, occorre...

**Stabilire con i medici un dialogo costruttivo**, non conflittuale.

Esporre e/o chiarire i **dubbi principali**, **pianificare cosa va fatto in seguito**: esami, visite, ecc.

Informare i **medici sui farmaci assunti**, **sullo stile di vita**, **su eventuali sintomi ed episodi di malessere**.

## PER FINIRE

Un **approccio complessivo ai tanti aspetti della salute**, con azione precise, è cruciale **per disegnare una buona longevità**. Da non trascurare la vita sociale, la pianificazione del proprio futuro e la ricerca degli affetti.

### Riferimenti bibliografici

1. Costagliola D. Demographics of HIV and aging. *Curr Opin HIV AIDS* 2014; 9(4): 294- 301.
2. Smit M, Brinkman K, Geerlings S, et al. Future challenges for clinical care of an ageing population infected with HIV: a modelling study. *Lancet Infect Dis* 2015; 15(7): 810-8.
3. Greene M, Covinsky KE, Valcour V, et al. Geriatric Syndromes in Older HIV-Infected Adults. *J Acquir Immune Defic Syndr* 2015; 69(2): 161-7.
4. *Linee Guida Italiane sull'utilizzo dei farmaci antiretrovirali e sulla gestione diagnostico-clinica delle persone con infezione da HIV-1*, edizione 22 novembre 2016; Link: [http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2545\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2545_allegato.pdf)

nadir

[www.nadironlus.org](http://www.nadironlus.org)

Giugno 2017

**OLTRE LA CARICA VIRALE NON RILEVABILE: UN APPROCCIO PROATTIVO E PREVENTIVO**  
**Quali aspettative dalla vita?**

Associazione Nadir Onlus - Via Panama, 88 - 00198 Roma - C.F.: 96361480583 - P.IVA: 07478531002

Progetto grafico e supervisione: David Osorio

Disegno grafico e illustrazioni: Simona Reniè; Stampa: Tipografia Messere Giordana, Roma

*Iniziativa resa possibile grazie al supporto incondizionato di Gilead Sciences.*

 **GILEAD**