

Apéndices



Apéndice 1:

Estadío clínico de la enfermedad por VIH en adultos y adolescentes (de acuerdo a la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD)

(Revisión 2006)

En comunidades con recursos pobres, las instalaciones médicas están a veces pobremente equipadas, y no es posible usar los resultados de tests de CD4 y carga viral para determinar el momento adecuado para comenzar el tratamiento. Por lo tanto, la Organización Mundial de la Salud ha desarrollado un sistema de identificación para la enfermedad por vih, basada en los síntomas clínicos.

Estadío clínico I:

- Asintomático.
- Linfadenopatía persistente generalizada.

Estadío clínico II:

- Pérdida de peso inexplicable* moderada (menos del 10% del peso corporal presumido o constatado)**.
- Infecciones del tracto respiratorio recurrentes (sinusitis, tonsilitis, otitis media, faringitis).
- Herpes zoster.
- Queratitis angular.
- Ulceración oral recurrente.
- Erupciones papilares pruríticas.
- Dermatitis seborreica.
- Infecciones fúngicas en las uñas.

Estadío clínico III:

- Pérdida de peso inexplicable* severa (más del 10% del peso corporal presumido o constatado)**.
- Diarrea crónica inexplicable* por más de un mes.
- Fiebre persistente inexplicable* (intermitente o constante por más de un mes).
- Candidiasis oral persistente.
- Leucoplasia oral capilar.
- Tuberculosis pulmonar.
- Infecciones bacterianas severas (por ejemplo, neumonía, enfisemas, piomiositis, infecciones de las coyunturas o de los huesos, meningitis, bacterimia).
- Estomatitis ulcerativa necrótica, gingivitis o periodontitis.

- Anemia inexplicable* (debajo de los 8 g/dl), neutropenia (debajo de los 0.5 billones/l) y/o trombocitopenia crónica (debajo de los 50 billones/l)

Estadío clínico IV: ***

- Síndrome de agotamiento por vih.
- Neumonía Pneumocystis (PCP).
- Neumonía bacteriana severa recurrente.
- Infección crónica por herpes simple (orolabial, genital o anorectal de más de un mes de duración o visceral en cualquier lugar).
- Candidiasis esofágica (o candidiasis de tráquea, bronquios o pulmones).
- Tuberculosis extrapulmonar.
- Sarcoma de Kaposi.
- Infección por citomegalovirus (retinitis o infección de otros órganos).
- Toxoplasmosis del sistema nervioso central.
- Encefalopatía de vih.
- Cryptococcosis extrapulmonar, incluyendo meningitis.
- Infección por microbacterias no-tuberculosas diseminadas.
- Leucoencefalopatía multifocal progresiva.
- Cryptosporidiosis crónica.
- Isosporiasis crónica.
- Micosis diseminada (histoplasmosis extrapulmonar, coccidiomicosis).
- Septicemia recurrente (incluyendo Salmonella no-tifoidea).
- Linfomas (cerebrales o de células B no-Hodgkin).
- Carcinoma cervical invasivo.
- Leishmaniasis diseminada atípica.
- Neuropatía sintomática asociada al vih, o cardiomiopatía asociada al vih.

Nota:

* Inexplicable se refiere a donde la condición no es explicable por otras condiciones.

** La indicación del peso corporal entre las mujeres embarazadas precisa considerar la ganancia de peso esperada a causa del embarazo.

*** Algunas condiciones específicas adicionales también pueden ser incluidas en clasificaciones regionales (como por ejemplo la reactivación de la meningoencefalitis tripanosomiasis americana y/o la miocarditis) en la Región OMS de las Américas y la penicilliosis en el Asia.

Avert.org tiene más información sobre el tratamiento y el cuidado del vih/sida, y más sobre el examen de vih.

Recursos

Avert, en www.avert.org/hivstages.htm

Apéndice 2:

Drogas antiretrovirales

Clase de drogas	Método de acción
Inhibidores de la Transcriptasa Reversa Nucleósidos (ITRN)	Inhibe la enzima de transcriptasa reversa, la cual es responsable de convertir el RNA viral en ADN viral.
Inhibidores de la Transcriptasa Reversa No-Nucleósidos (ITRNN)	El mismo método de acción
Inhibidores de la Transcriptasa Reversa Nucleósidos Análogos	El mismo método de acción
Inhibidores de la Proteasa	Inhibe la enzima de la proteasa responsable de construir las unidades de proteína para formar nuevas copias hija del virus.
Inhibidores de la Fusión	Previene la fusión del virus en la célula CD4, previniendo la entrada en la célula.

Nombre genérico	Nombre Comercial
ITRN (Inhibidores de la Transcriptasa Reversa Nucleósidos)	
3TC- Lamivudina	Epivir, Lamivir
AZT - Zidovudina	Zidovir, Retrovir
d4T - Stavudina	Zerit, Stavir
DdC – Zalcitavina	Hivid
Ddl – Didanosina	Videx
Abacavir	Ziagen
FTC – Emtricitabina	Emtriva
AZT / 3TC	Combivir, Duovir
Abacavir / 3TC	Kivexa
Abacavir / 3TC / AZT	Trizivir
ITRNN (Inhibidores de la Transcriptasa Reversa No-Nucleósidos)	
Nevirapina	Viramune
Efavirenz	Sustiva
Delaviridina	Rescriptor
ITRN (Inhibidores de la Transcriptasa Reversa Nucleósidos)	
Tenofir	Viread
IP (Inhibidores de la Proteasa)	
Indinavir	Crixivan
Amprenavir / Fosamprenavir	Agenerase, Lexiva, Telzir
Nelfinavir	Viracept

Ritonavir	Norvir
Saquinavir (Cápsulas duras)	Invirase
Saquinavir (Cápsulas blandas de gel)	Fortovase
Ritonavir / Lopinavir	Kaletra, Aluvia
Tipranavir	Aptivus
Darunavir	Prezista
Atazanavir	Reyataz
Inhibidores de la fusión	
T20 Enfuviritide	Fuzeon

Para más información sobre las clases de drogas para el vih/sida, nombres y marcas comerciales, consulte www.aidsmap.com y www.thebody.org

Recursos

Bartlett, John G., *The Pocket Guide to Adult HIV/AIDS Treatment: January 2006*, en www.hopkins-aids.edu/publications/pocketguide/pocketgd0106.pdf

Apéndice 3:

Algunos recursos bíblicos para ministerios de cuidado.

Las personas que viven con y son afectadas por el vih y sida necesitan una seguridad de la gracia de Dios, especialmente cuando su salud comienza a deteriorarse. Es importante sostener la promesa del evangelio del perdón, la esperanza y la vida eterna. Los siguientes son algunos recursos bíblicos clave para el cuidado espiritual:

- **Dios nos ama a todos y todas:** El amor de Dios comprende a todas las personas, incondicionalmente; nada puede separarnos del amor de Dios en Jesús, seamos vih positivos o negativos. Aún cuando nos sentimos indignos del amor de Dios, esto no cambia el amor de Dios. Aún cuando fallamos, o somos abandonados por los demás, Dios continúa amándonos. El ser vih positivos nos puede hacer sentir separados de los demás, pero la promesa es que nada puede separarnos del amor de Dios (cf. Rom 8:39), ni aún siquiera el sida. Parafraseando las palabras de Pablo, "Porque estoy convencido de que ni el ser vih positivo, ni el estigma, ni la discriminación, ni la enfermedad ni el sufrimiento, ni el sida, ni el ser confrontado con la mortalidad y la muerte, ni la pena ni el luto, ni las cosas presentes, ni lo porvenir, ni el aislamiento, ni ninguna otra cosa creada, será capaz de separarnos del amor de Dios en Cristo Jesús Señor nuestro" (cf. Rom 8:35-39; ver también Jn 3:16-18; Jn 10:27-29; 1 Jn 4:7,8).
- **Dios promete permanecer a nuestro lado:** Cuando los demás puedan irse de nuestro lado, Dios permanece cercano y está con nosotros en nuestros temores y nuestras esperanzas, nuestros gozos y nuestras tristezas, y llama a los demás a hacerlo así. Aún en nuestro más profundo dolor, podemos estar seguros de la promesa de Dios, "Nunca te dejaré, ni te abandonaré" (Heb 13:5; ver también Sal 145:18).
- **Dios promete perdonarnos:** Hay veces en que todos nos sentimos culpables, sobre lo que hemos hecho o dicho, "por cuanto todos pecaron, y están destituidos de la gloria de Dios" (Rom 3:23). Sin embargo, Dios nos invita a todos nosotros, a las personas que viven con y son afectadas por el vih y sida, y a los que hemos tenido un resultado negativo en el test, a descargarnos de nuestra carga de culpa: "Venid, razonemos juntos, dice el Señor: si vuestros pecados fueren como la grana, serán blancos como el algodón en los campos" (paráfrasis de Isa 1:18; ver también 1 Jn 1:9). Todos somos invitados a echar nuestras cargas y ser liberados por el perdón de Dios para continuar en el viaje de nuestras vidas.
- **La presencia amorosa de Dios está siempre con nosotros:** El mundo, incluyendo nuestros amigos y nuestra familia más cercana, puede darnos la espalda, pero la presencia amorosa de Dios siempre estará con nosotros. Dios le aseguró a Josué, "No te dejaré ni te abandonaré" durante todos los días de tu vida (Jos 1:5). El Salmo 23 proclama que Dios prepara una mesa "en presencia de mis enemigos", incluyendo el odiado virus del vih. Nuestros cuerpos terrenales son como "vasos de barro", en donde la presencia de Dios está escondida. Podemos ser afligidos (inclusive con vih y sida), pero no abatidos; perplejos, pero no desesperados; abandonados por los demás seres humanos, pero nunca dejados atrás; alcanzados por la pandemia de vih y sida, pero no destruidos (2 Cor 4:7-10, parafraseado; ver también Mt 28:18-20).

- **Dios promete traer lo bueno a nuestras vidas:** Sufrimos a causa de la existencia del mal en el mundo. Sufrimos a causa de los desastres y los procesos naturales. Sufrimos a causa de nuestros errores, las malas decisiones, o elecciones que traen consecuencias negativas. También sufrimos a causa de los errores de los demás y de las injusticias en la sociedad. Pero en el medio de estas situaciones, Dios desea para nosotros una vida en abundancia. Dios promete traer lo bueno a nuestras vidas. (ver Rom 8:28; Jn 1:2-4, 12, 17; 1 Pedro 1:3-9).
- **Dios nos da propósitos para nuestras vidas:** Las personas que viven con y son afectadas por el VIH y sida pueden sentirse desesperadas y con el sentir de que ya no tienen un propósito en la vida. Pero Dios afirma que siempre tenemos un propósito. Cada uno de nosotros está dotado con dones y talentos, con los cuales podemos alcanzar a los demás (ver Jn 14:1-15; 2 Pedro 1:1-8).
- **Dios promete darnos fortaleza:** Cuando somos golpeados por los desafíos de la vida, podemos comenzar a sentir que no podremos superar la siguiente dificultad que enfrentemos. Sin embargo, en Cristo hay fortaleza y renovación: “Bástate mi gracia, pues mi poder se perfecciona en la debilidad” (2 Cor 12:9); “Todo lo puedo en Cristo, quien me fortalece” (Fil 4:13).
- **Dios nos promete los dones de paz, esperanza y gozo:** La necesidad de paz, esperanza y gozo se intensifica cuando nuestras vidas son afectadas por el VIH y sida. El encontrar la paz y la valentía para vivir es crucial. Dios nos da una paz diferente a la que el mundo nos da (Jn 14:27). El cuerpo humano puede estar adolorido, pero Jesús nos asegura que Dios atraviesa todo con nosotros. Lo escondido de Dios es revelado a nosotros a través de los demás seres humanos quienes están con nosotros, apoyándonos, orando por nosotros. De esta manera recibimos paz y podemos vivir. “Vayamos, entonces, confiadamente al trono de la gracia, a fin de obtener misericordia y alcanzar la gracia de un auxilio oportuno...” Hebreos 4:16
- **Dios se coloca junto al pobre, el enfermo y el oprimido:** Dios está involucrado con todas las personas, pero especialmente con aquellos que son pobres, enfermos y oprimidos. Una preocupación central a lo largo de toda la Biblia es el cuidado del pobre, el extranjero y el afligido. Las injusticias son condenadas, como lo son todos los que abusan de sus posiciones de poder, o cierran los ojos a las necesidades de los demás. Las personas que viven con y son afectadas por el VIH y sida son muchas veces excluidas, y se empobrecen a medida que sufren. Pero Dios toma posición con ellos y ellas, como también debemos hacerlo nosotros (ver Amós 5:10-15; 21-24; Mt 5:1-12; **Jos 1:27; 2:2-9**).
- **Dios nunca se cansa de nosotros:** Las personas, algunas veces rompen sus promesas, lo que en su momento destruye nuestra confianza en ellas. Podemos volvernos tan desencantados con las actitudes negativas en la iglesia y en la sociedad, que comencemos a dejarlos de lado. Cuando las personas que nos hieren son miembros de la comunidad de fe, somos tentados a perder la confianza en la iglesia. Hasta podemos ser tentados a perder la confianza en Dios. Pero Dios no nos falla: “Por los sollozos del humilde y los gemidos del pobre, ahora me levantaré – Dice el Señor- y daré mi ayuda al que suspira por ella” (Sal 12:5-6).
Aún si nos hemos cansado de las personas, no debemos abandonar al Señor.

Apéndice 4:

Estrés y agotamiento en los cuidadores

Los cuidadores deben estar enterados de las causas varias del estrés para poder responder de manera saludable. El agotamiento ocurre cuando el estrés nos abruma y dejamos de ser efectivos. Es una incidencia común al proporcionar cuidados hacia quienes viven con y son afectados por el VIH y sida. Al reconocer el estrés, podemos tratar de hacer los cambios que reducirán sus causas.

Señales del mucho estrés

- La concentración se torna difícil.
- El pensar en los problemas de uno mismo todo el tiempo.
- Pesadillas o dificultad en el dormir.
- Aislamiento (el cuidador evita el estar con otras personas).
- No se hacen más las cosas que uno encontraba placenteras.
- El sentimiento de estar nervioso, temeroso, irritable, triste o cansado.
- Pérdida del apetito.

Causas individuales del estrés

- Manejo pobre del tiempo.
- El tratar de hacer de todo sin pedir ayuda de los demás.
- El tener expectativas altamente irreales de uno mismo.
- Descripciones del trabajo poco claras.
- Pobre comunicación con los demás.
- Sentimiento de impotencia en la toma de decisiones.
- Involucramiento emocional con el paciente.
- El sentimiento de desesperación a causa de muertes recurrentes a pesar de los esfuerzos del cuidador.

Estrés relacionado con los demás.

- El ser requerido a hacer algo para lo que uno no ha sido suficientemente entrenado.
- Choques frecuentes con los superiores, pacientes y miembros de la familia.
- Desconocimiento de gastos de viáticos, comidas.
- Escasez de recursos (por ejemplo, guantes y medicación).
- Condiciones de servicio pobres (por ejemplo, paga inadecuada, o la falta de ella).
- Demasiadas personas requiriendo atención al mismo tiempo.
- Hogar, situación de la familia, o del medio ambiente más amplio.

¿Que puede hacer usted para reducir el stress?

- Préstele oídos a su cuerpo para detectar las señales de advertencia (por ejemplo, la sensación de cansancio, dolores de cabeza, pesadillas, las dificultades para dormir, la sensación de trabajar demasiado).
- Tómese el tiempo para hablar con las personas en quienes usted confía, las cuales pueden entender y ayudarle a resolver problemas.
- Haga ejercicios suaves regularmente.
- Reduzca la cantidad de café, té o Coca Cola que usted toma.
- Desarrolle un patrón regular de sueño, yendo a dormir temprano y descansando lo suficiente.
- Haga las cosas que usted disfruta.
- Tómese el tiempo de oración y esté en comunión con la comunidad de su iglesia.

¿Qué puede ayudar a evitar el agotamiento?

- Mantenga el sentido del humor, ayuda en situaciones estresantes.
- Haga una variedad de tareas en lugar de una sola tarea estresante durante todo el tiempo.
- Trabaje una cantidad razonable de horas. La mayoría de las personas que trabajan mucho dejan de ser efectivos después de poco tiempo.
- Aliente a los voluntarios y recompénselos con fiestas o pequeños presentes para dejarles saber que su trabajo es apreciado. Hágase disponible para responder preguntas, y reconozca sus esfuerzos enfrente a los demás.
- Reconozca el trabajo bien hecho. Las personas necesitan saber que están haciendo un buen trabajo. Cada persona necesita algo diferente, así que déles cumplidos personales.
- Mantenga la vista en perspectiva –las cosas buenas de la vida- para no quedar perdido en las batallas del día a día.
- Reclute personas dedicadas desde dentro de la comunidad en que estarán trabajando. Muchas de las veces tienen un mayor compromiso y están más a gusto con el trabajo.
- Proporciónale a las personas días libres de su trabajo para que puedan descansar y recuperarse de las emociones fuertes que pueden experimentar en el trabajo.
- Cualquiera puede ser víctima del agotamiento, hasta un director, o un líder de grupo. Esté atento a las señales del agotamiento en usted mismo y en los demás, y trabajen juntos para evitarlo.

Apéndice 5:

Algunas lecturas adicionales sugeridas.

(Insertar imagen escaneada)

Links útiles en la web.

- www.aegis.com
- www.avert.org
- www.cdc.org
- www.csa.za.org
- www.e-alliance.ch
- www.fhi.org
- www.globalhealth.org
- www.unaids.org
- www.who.int/hiv/facts/en/