



NUTRICIÓN

MEDIDAS DE HIGIENE ALIMENTARIA EN PERSONAS ON VIH Y SUS TRATAMIENTOS CON RETROVIRALES

Tabitha Hubbard



Las Doctoras Elaine Samón y Anaris Odio elaboraron, por medio de una revisión de bibliografías, un conjunto de recomendaciones y restricciones alimentarias relacionados con el padecimiento de VIH con el fin de diseñar un material educativo útil para la consejería nutricional, así como servir de guía para las personas que padecen esta enfermedad.

Introducción

La infección por VIH/SIDA es provocada por la adquisición del Virus de la Inmunodeficiencia Humana y se considera como el problema de salud pandémico del siglo XXI. Es por esto que se requiere articular y potenciar de forma drástica un esfuerzo global de prevención, así como proporcionar tratamiento médico y nutricional a los casos ya existentes, con el fin de mejorar su calidad de vida.

Desarrollo

Debido a que el VIH destruye la capacidad del organismo para combatir una infección, es de suma importancia el uso de los antirretrovirales en su tratamiento; éstos retardan la progresión de la inmunodeficiencia y favorecen la restauración de la inmunidad. Sin embargo, los beneficios de la farmacoterapia se pueden ver afectados por las interacciones entre diferentes fármacos y déficit nutricional; por ejemplo: la disminución

de absorción del principio activo por el consumo de una dieta alta en grasas.

Tomando en cuenta lo anterior, es indispensable tener conocimiento sobre los protocolos de administración de fármacos antirretrovirales y la dieta específica de los pacientes para optimizar el tratamiento y asegurar su eficacia.

De igual manera es importante considerar que las personas con VIH tienen debilitado el sistema inmunológico, por lo que son una población en riesgo a padecer enfermedades transmitidas por alimentos contaminados por microorganismos como: *Cryptosporidiasis*, *Toxoplasmosis*, *Strongiloidiasis* y *Salmonelosis*. La higiene durante la preparación y administración de los alimentos es esencial, sobre todo alimentos como: carnes, pescados y mariscos crudos, lácteos sin pasteurizar, natillas, huevos, papas y productos de pasta, etc. Además, es importante no descuidar la higiene personal y poner atención a la limpieza de manos, boca, posibles heridas expuestas, utensilios de cocina, agua contaminada, entre otros.

Para evitar enfermedades transmitidas por alimentos es importante lavarse las manos rigurosamente antes y después de la manipulación de alimentos, después de ir al baño o sonarse la nariz, no manipular sustancias químicas y evitar el consumo de alimentos en la calle.

Entre los aspectos más importantes que considerar en la preparación de los alimentos está la calidad de las materias primas, la

limpieza, la forma de cocción, evitar contaminaciones cruzadas y la forma de conservación.

Conclusión

Es fundamental comprender que la alimentación no es una cura directa para el VIH, sin embargo, los hábitos sanos de alimentación tienen la capacidad de proporcionar condiciones que optimicen el éxito terapéutico y la prevención de infecciones adicionales. Una forma en la que la orientación dietética y la dietoterapia directa pueden tener un efecto benéfico crítico en los pacientes con VIH es en la prevención de una desnutrición, siendo ésta una secuela común de la patología. Así mismo, conocer los efectos que tiene, tanto el VIH como su tratamiento, sobre la capacidad digestiva, absorbente y metabólica del individuo permite a los profesionistas en salud diseñar estrategias interdisciplinarias con un enfoque nutricional para el mejoramiento de la calidad de vida de los pacientes.

Es por todo lo mencionado anteriormente que la consideración y la aplicación de la información presentada en el artículo es de suma importancia en el abordaje clínico de este tipo de enfermedades, así como en el desarrollo de nuevas investigaciones.

Referencias:

Samón Ruesga, E., & Odio Mosqueda, A. (2015). Relación de la alimentación en personas con VIH y sus tratamientos con retrovirales. *Revista De InformaciÓn Científica*, 92(4), 920-929. Recuperado de <http://www.revinfscientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/210/1382>