

Prima pagină

Fundația „Alături de Voi” România, în parteneriat cu:
Uniunea Națională a Organizațiilor Persoanelor Afectate
de HIV/SIDA (UNOPA) și
Spitalul de Boli Infecțioase „Sf. Parascheva” – Centrul
Regional HIV/SIDA Iași

GHID DE RESURSE PENTRU PERSOANELE SEROPOZITIVE HIV



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

**Unitatea de Management a
Proiectului Fondului Global și a Băncii Mondiale**

***Lucrare finanțată de Fondul Global de Combatere a
HIV/SIDA, TBC și Malariei***

ARGUMENT

1. CE TREBUIE SĂ ȘTIU DESPRE HIV/SIDA?

- Ce înseamnă HIV/SIDA?
- Ce măsuri de precauție trebuie să adopt față de ceilalți?

2. TRATAMENT ȘI ALIMENTAȚIE / NUTRIȚIE

- Ce este și cum acționează terapia combinată?
- Care sunt efectele secundare?
- Cât de importantă este alimentația?

3. CARE SUNT DREPTURILE MELE?

- Cele mai importante legi în domeniu
- Acte necesare obținerii drepturilor legale

Pentru ce această broșură?

Pentru că rațiunea existenței noastre este să fim ALĂTURI DE VOI, cei aflați în suferință.

Pentru că suntem ALĂTURI DE VOI în confruntarea continuă cu o boală care poate fi îmblânzită, dacă știi CÂND, CU CE și CUM să lupți cu ea.

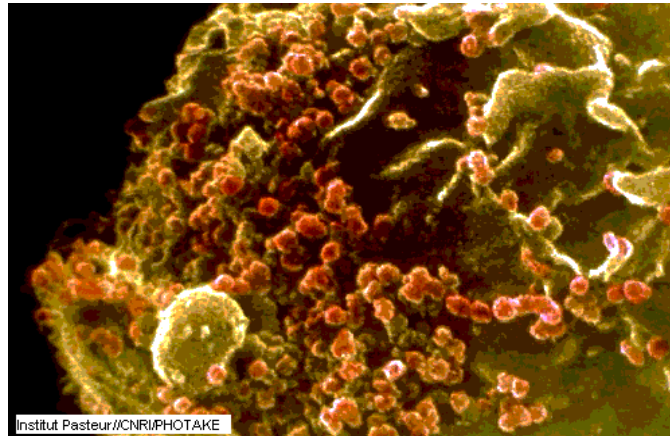
Pentru că vrem să oferim răspunsuri întrebărilor care vă frământă, în speranța găsirii unor soluții și acceptării lor ca un mod de viață.

Pentru toate acestea, în cele ce urmează vom încerca să vă punem la îndemână un instrument de lucru simplu și practic, un îndreptar pentru activitatea și viața de zi cu zi.

Vom începe cu câteva informații esențiale despre HIV/SIDA, fără de care înțelegerea problematicii nu ar fi posibilă. Apoi, vom analiza câteva aspecte esențiale despre tratament și nutriție și, în final, vă vom prezenta drepturile de care beneficiați ca persoană seropozitivă și care sunt legile care reglementează aceste drepturi.



1. Ce trebuie să știi despre HIV/SIDA?



Ce înseamnă HIV/SIDA?

Virusul Imunodeficienței Umane (**HIV**) este un agent patogen, care inițial, atacă celulele din sistemul imunitar, multiplicându-se în interiorul acestora și distrugându-le, scăzând astfel apărarea naturală a organismului împotriva infecțiilor și a bolilor.

Cu dimensiuni extrem de mici, măsurabile în microni și o structură biologică primitivă, virusul nu-și poate realiza singur metabolismul și de aceea parazitează **celule gazdă** vii pentru a se putea înmulți. **Celulele gazdă** pot fi din sânge, ganglioni limfatici, din organele sexuale și celule ale sistemului nervos. Atacul principal este dat împotriva

celulelor **T4** („helper”). Acestea fac parte dintre globulele albe, războinicii aflați în prima linie de apărare cu care organismul luptă contra invaziei microorganismelor (substanțe străine) care îl pot îmbolnăvi.

Virusul pătrunde în celula **T4** prin intermediul unei proteine denumită **CD4**, se multiplică în interiorul celulei, pe care apoi o distruge, fiind eliberat în sânge și gata de a infecta alte celule CD4. În timp, prin distrugerea celulei TCD4, scade capacitatea de apărare a organismului, adică imunitatea, și se ajunge în stadiul de SIDA.

La început infecția cu HIV nu prezintă nici un fel de simptome. Cu timpul însă, organismul pierde capacitatea de rezistență chiar în fața unei boli infecțioase comune. Infecțiile oportuniste, survenite pe fond de imunitate scăzută, constituie caracteristicile de bază ale sindromului de imunodeficiență dobândită - **SIDA** (prescurtare după expresia franceză syndrome d'Immunodéficitaire acquis).

SIDA nu reprezintă doar o singură boală, ci un complex, o colecție de boli diferite care afectează în mod specific persoanele infectate cu HIV, dar pe care un organism sănătos ar reuși să le învingă fără prea mare efort. Prin SIDA se înțelege stadiul de infecție cu HIV în care sistemul imunitar este atât de slăbit, încât nu mai poate face față agenților patogeni și pot să apară diferite boli sau tumori.

SIDA se manifestă în special prin infecții comune, rezistente la tratament, cantonate la nivelul diferitelor organe și sisteme (infecții pulmonare, intestinale, ale sistemului nervos etc). Medicii au o listă cu așa numitele „condiții definitorii SIDA” și atunci când o persoană infectată cu HIV prezintă o boală de pe această listă, se consideră că e bolnavă de SIDA. Unele dintre aceste boli reprezintă afecțiuni grave, altele minore.

Ce măsuri de precauție trebuie să adopt față de ceilalți?

Să recapitulăm căile de transmitere:

Nr. crt.	Căi de transmitere	Produse biologice implicate în transmitere
1.	Prin act sexual neprotejat	Spermă, secreții vaginale
2.	Parenteral	Sânge sau produse biologice ce conțin sânge
3.	Vertical, de la mama infectată la făt	Lapte matern

HIV este un virus fragil și nu trăiește mult în afara organismului uman. Iată de ce sunt suficiente adoptarea preventivă și respectarea unor simple măsuri de igienă care sunt eficiente și în evitarea transmiterii altor infecții:

- a) Utilizarea mănușilor de unică folosință, ori de câte ori se intră în contact cu sânge sau cu orice altă secreție în care sunt urme de sânge;
- b) **Atenție!** Mănușile nu trebuie puse sau scoase cu ajutorul dinților, iar atunci când se scot, manevra se efectuează trăgându-le din interior spre exterior, astfel încât orice contaminare prin contact să fie evitată;
- c) Tratarea aseptică cu dezinfectant a tuturor rănilor și acoperirea acestora cu un pansament rezistent la apă;
- d) Spălarea mâinilor cu apă și săpun;
- e) Folosirea exclusiv individuală a periuței de dinți, aparatului de ras, acelor, foarfecelor pentru unghii, cerceilor;
- f) Dezinfectarea cu clor a veselei, lenjeriei, pardoselilor și a tuturor obiectelor pe care există sânge sau alte secreții (se recomandă o soluție de unu la zece de clor).

2. Tratament și alimentație / nutriție

Terapia combinată. Ce este și cum acționează?

Cât de mult se înmulțește virusul, cât de slăbit este sistemul imunitar se poate verifica prin analize specifice. În funcție de acestea, se stabilește o terapie medicamentoasă combinată.



Termenul de **terapie combinată** (*multiplă*) definește asocierea a trei sau mai multe medicamente antiretrovirale (*tri-terapie, quadri-terapie*).

Cele 4 mari grupe de medicamente anti/HIV sunt:

- I. *Medicamente inhibitoare care împiedică multiplicarea virusului* denumite inhibitori nucleozidici de revers-transcriptază – INRT (*exemplu: Zidovudina, Didanozină, Lamivudina*);
- II. *Medicamente inhibitoare care împiedică multiplicarea virusului* denumite inhibitori non-nucleozidici ai revers-transcriptazei - INNRT (*exemplu: Nevirapina*);
- III. *Medicamente inhibitoare care împiedică virusul să fabrice proteine de structură* denumite inhibitori de protează - IP (*exemplu: Indinavir, Nelfinavir, Ritonavir*);
- IV. *Medicamente inhibitoare care împiedică virusul să fuzioneze cu celula pe care o atacă* denumite inhibitori de fuziune - IF.

În terapia combinatorie se pot folosi medicamente din toate cele patru clase antiretrovirale enumerate mai sus. Astfel,

procesul de asamblare virală este supus unui atac concentrat din mai multe direcții.

Scopul terapiei antiretrovirale este distrugerea virusului atât de mult încât să nu mai poată fi detectat în sânge (pentru o durată cât mai lungă de timp). Poate fi realizat folosind în combinație inhibitorii din toate cele patru clase, deoarece mai multe medicamente sunt mai eficiente în reducerea cantității de virus, iar virusul poate fi controlat o perioadă de timp mult mai mare. La nivel scăzut, deși încă prezent, virusul provoacă daune minime sistemului imunitar, iar capacitatea de rezistență a acestuia la tratament este limitată.

Pentru aceia dintre dumneavoastră care urmează o terapie în combinație este foarte importantă **verificarea periodică a numărului de celule (CD4)** și a **încărcăturii virale din sânge (cantitatea de virus)**. Pe baza acestor rezultate se va putea evidenția eficacitatea tratamentului.

CD4 – Când se numără celulele CD4 se urmărește câte celule de acest tip sunt într-un milimetru cub de sânge. Cu cât aveți mai puține celule de acest tip cu atât mai mult virusul v-a afectat sistemul imunitar. În primele câteva luni de la începerea terapiei combinate ar trebuie să se observe o creștere a numărului de celule (CD4), după care numărul lor ar trebui să rămână destul de stabil. Dacă numărul de

celule CD4 scade în timp ce sunteți sub tratament, acesta poate fi un semn că medicamentele nu mai dau rezultate și că va trebui să schimbați schema de tratament.

Încărcătura virală – arată cantitatea de virus din sânge. Cu cât aceasta este mai mare, cu atât există o cantitate mai mare de virus în sânge. Este important să știți că analizele standard nu pot detecta un număr mai mic de 400 – 500 copii ale HIV. În primele luni după începerea terapiei ar trebui să observați o scădere a încărcăturii virale (de exemplu, poate să scadă de la 100.000 la 1.000 copii).

ATENȚIE!

Nerespectarea tratamentului sau/și a alimentației, eliminarea medicamentelor în urma vărsăturilor, nu fac altceva decât să ducă la înmulțirea virusului și la rezistența lui la tratament.

Care sunt efectele secundare?

În funcție de medicamentele antiretrovirale administrate, efectele secundare pot fi diverse, de exemplu:

- **pentru AZT** – greață, vărsături, anemie, scăderea leucocitelor (*globulele albe din*

sânge), miopatii (*suferința mușchilor*), diaree, suferința pancreasului;

- **pentru Indinavir** – litiază renală (*pietre la rinichi*), tulburări digestive, diabet;
- **Nevirapine** – erupții cutanate;
- **Nelfinavir (Viracept)** – diaree.

Acestea se manifestă de regulă în primele săptămâni de la începerea tratamentului, ca apoi să dispară treptat.

Ce este „aderența”?

Aderența înseamnă respectarea planului de tratament prescris pentru toate medicamentele recomandate. Aceasta include voința de a-l începe, precum și capacitatea de a lua integral medicația prescrisă.

Este aderența importantă în tratamentul antiHIV?

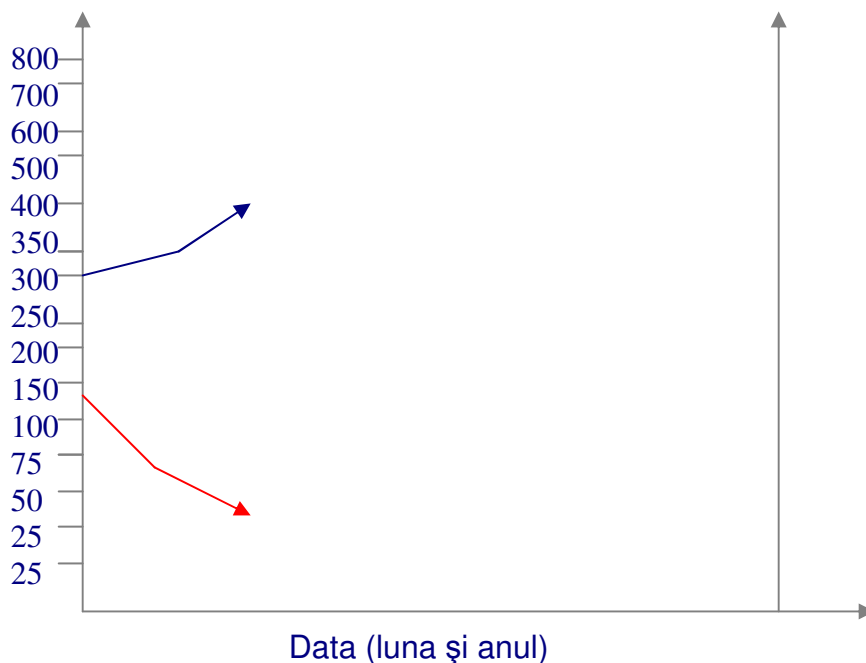
DA. Aderența este un factor esențial în tratamentul HIV, din cel puțin două motive:

- În primul rând pentru eficiența acestuia (*cât de bine lucrează medicamentele pentru diminuarea cantității de virus*). Când este omisă una din dozele prescrise, virusul are posibilitatea de a se multiplica mai rapid și deci de a căpăta rezistență la medicamentul respectiv.

- În al doilea rând, pentru prevenirea rezistenței virale la medicație. Studiile clinice au arătat că atunci când se „sare” peste dozele prescrise sau când se face o pauză în administrarea medicației se pot dezvolta noi generații de virus rezistente la medicamentele luate până atunci.

Este recomandat a se înregistra periodic rezultatele analizelor medicale, pentru a putea urmări evoluția lor în timp.

În acest scop, vă prezentăm în continuare un grafic pentru evidențierea rezultatelor (cu **albastru** - încărcătura virală și cu **roșu** - evoluția numerică a CD4):



Cât de importantă este alimentația?

O alimentație sănătoasă este calea cea mai sigură pentru a asigura organismului substanțele nutritive necesare pentru a se dezvolta și pentru a funcționa în condiții optime.

Organismul are nevoie:

- de calorii suficiente, pentru a avea o activitate normală;
- de proteine, pentru a se dezvolta;
- de vitamine și substanțe minerale, pentru a avea un metabolism bun.

Alimentația corectă este un prim pas în îngrijirea persoanelor seropozitive. Aportul nutritiv suficient vă va ajuta organismul să primească energie și vă va sprijini sistemul imunitar în lupta cu boala. La aceste persoane vitaminele și mineralele sunt utilizate într-un ritm mult mai rapid decât cel normal. Organismul are nevoie de mai multă energie, iar stomacului îi este tot mai greu să digere hrana într-o formă utilă corpului. De aceea este foarte important să se acorde o atenție specială alimentației.

Care sunt factorii care influențează negativ alimentația?

Malnutriția – insuficiente alimente ingerate sau incapacitatea organismului de a folosi alimentele ingerate;

Malabsorbția – la nivelul intestinelor nu absorb corect alimentele;

Nevoia crescută de agenți nutritivi – datorită efortului energetic în lupta cu infecția;

Diareea – afectează absorbția prin tranzitul mult prea rapid al hranei prin intestine;

Greața, scăderea apetitului alimentar și voma - diminuează aportul de hrană disponibil pentru digestie;

Rănile și ulcerațiile cavității bucale și /sau esofagului (*tubul care leagă cavitatea bucală de stomac*) fac mai dificil mestecatul și înghițitul alimentelor;

Oricum, masa trebuie servită regulat, la ore fixe sau câte puțin, dar des.

Să mănânci cum te simți mai bine și să te simți bine când mănânci!

Sunt importante vitaminele și mineralele?

Vitaminele și mineralele se găsesc în mâncare și se numesc **micronutrienți**.

a) Vitaminele

Ca persoană HIV + aveți nevoie de un aport de vitamine mai mare decât este normal. Unele dintre acestea sunt de maximă importanță pentru asigurarea sănătății și pentru buna funcționare a organismului.

Beta carotenu asigură necesarul de **vitamina A**, esențială pentru păstrarea intactă a simțului văzului, în dezvoltarea normală a celulelor, pentru sănătatea pielii și a mucoaselor membranare. În asociere cu hrana bogată în grăsimi, beta carotenu este mai bine absorbit de către organism. **Se găsește în:** *morcovi, cartofi, căpșuni, roșii, broccoli, mazăre, fasole, spanac și dovleac.*

Vitamina B are un rol important în funcționarea sistemului nervos și trebuie administrată sub forma de supliment B-Complex. **Se găsește în:** *semințe, nuci, grâne, germeni de grâu, ficat și rinichi.*

Acidul folic este necesar pentru producerea de energie și pentru formarea de globule roșii. Insuficiența acidului folic în organism poate să crească predispoziția la anumite tipuri de cancer. Prezența lui însă, reduce riscul dezvoltării cancerului și a leziunilor anale (*ulcerații, tumori, abcese ale anusului*).

Vitamina C, cunoscută și ca acid ascorbic, funcționează ca un antioxidant, ajută corpul să se protejeze de efectele “radicalilor liberi” (*atomi sau grupuri de atomi care pot cauza daune celulelor*), contribuie la lupta împotriva virusurilor, bacteriilor și ciupercilor. **Se găsește în:** *citrice, cireșe și fructele kiwi.*

Vitamina E este un alt antioxidant important pentru funcționarea imunitară care ajută celulele să se protejeze împotriva daunelor. **Se găsește în:** *semințe, grâne și germeți de grâu.*

b) Mineralele

Zincul ajută în principal la vindecarea rănilor. **Se găsește în:** *moluște, ton, somon și semințe de dovleac.*

Cuprul este esențial pentru menținerea funcțiilor aparatului respirator și în procesul de producere a antioxidantilor. Cu un puternic efect antiinflamatoriu, asigură, împreună cu fierul, buna funcționare a hemoglobinei. **Se găsește în:** *germenii de grâu și fructele de mare.*

Magneziul este necesar pentru mai multe funcții ale organismului, inclusiv pentru producerea de energie, construcția oaselor și buna funcționare a inimii, nervilor,

mușchilor. **Se găsește în:** *portocale, piersici, pere, mere, banane, grapefruit și apă minerală.*

Fierul este indispensabil pentru formarea globulelor roșii și are un rol important în transportul oxigenului în celule. Ajută la eliminarea anemiei cauzată de lipsa fierului. **Se găsește în** *spanac și carne.*

Deficitul anumitor vitamine și minerale se poate manifesta încă din debutul infecției cu HIV. De aceea, orice regim alimentar suplimentar trebuie să fie bazat pe o bună dietă care să conțină cantități adecvate de proteine, grăsimi și carbohidrați. O dietă bogată și corect administrată, compensează deficitul de agenți nutritivi și previne îmbolnăvirile.

Ce înseamnă hrana sănătoasă?

Se acceptă faptul că menținerea unui echilibru constant între principiile alimentare (*agenți nutritivi de bază - proteine, carbohidrați, grăsimi - care formează cea mai mare parte din hrană*) este prioritară. Atunci când sistemul imunitar este slăbit, atenția trebuie să fie îndreptată în egală măsură, atât spre ceea ce se mănâncă, cât și spre modul de pregătire a hranei. Unele alimente negătite pot să prezinte riscul unor infecții

bacteriene, altele, ca ouăle crude și laptele nepasteurizat, pot provoca infecții cu Salmonella.

Evitați semipreparatele și carnea sau peștele crud (în sânge), sosul salatelor și maioneza sau orice conține ou în formă crudă!

Vegetalele crude și fructele trebuie spălate foarte bine pentru a îndepărta microbii. *Înlăturați orice parte înmuiată a fructului sau legumei!*

Înainte de a prelucra orice tip de hrană și după orice contact cu carnea sau peștele crud, mâinile se spală cu săpun. *Cumpărați doar carne proaspătă și consumați-o doar bine pregătită!*

În ceea ce privește tacâmurile, trebuie reținut că cele din plastic sau inox se curăță și se întrețin mai bine decât cele din lemn. Imediat după folosire, acestea trebuie spălate cu apă și detergent de vase.

Toate aceste reguli de igienă pot părea de la sine înțelese sau exagerate!!

Rețineți însă:

Ca persoană seropozitivă sunteți predispusă la unele infecții care pentru sistemul imunitar al unui om sănătos nu prezintă nici o problemă!

Sfaturi privind alimentația:

Rareori este necesară modificarea semnificativă a alimentației. În general, aceasta trebuie să fie echilibrată, variată și să cuprindă:

1. Alimente de bază, adică produse bogate în amidon (*pâine, cereale, orez, paste, cartofi*):

- *conțin carbohidrați, vitamine, minerale și fibre;*
- *sunt necesare 4 - 6 porții /zi;*

O porție poate cuprinde:

- 1 felie de pâine;
- 1 ceașcă de orez sau paste gătite;
- 1 farfurie de cereale;
- 1 cartof.

2. Fruite și legume

- *conțin vitamine, minerale și fibre;*
- *sunt necesare 5 - 6 porții/zi;*

O porție poate cuprinde:

- 1 fruct întreg;
- 1 lingură de legume gătite;
- 1 pahar de suc din fructe proaspete.

3. Carne de pește, de pui, ouă

- *conține proteine, vitamine, minerale;*
- *sunt necesare 2 - 3 porții/zi;*

O porție poate cuprinde:

- 2 ouă;
- 100 g carne;
- 150 g carne de pește.

4. Produse lactate și lapte

- *conțin proteine, vitamine, minerale;*
- *sunt necesare 2-3 porții/zi;*

O porție poate cuprinde:

- 1 cană cu lapte;
- 1 pahar de iaurt;
- 25 g de brânză.

5. Uleiuri și grăsimi

- *conțin acizi grași și vitamine (A,D,E,K);*
- *sunt necesare cantități mici.*

Sfaturi practice:

Micul dejun trebuie să conțină obligatoriu:

- Un produs lactat (*lapte, brânză, iaurt*) - pentru aport de proteine ;
- Un produs cu amidon (*pâine,cereale, biscuiți*) - pentru aport de energie ;
- Diferite lichide (*ceai, lapte, sucuri din fructe*) – pentru hidratare;

- Un produs dulce (*prăjitură, zahăr, ciocolată*) - pentru un aport suplimentar de energie;
- Un produs cu grăsime (*unt, margarină*) - pentru aport de vitamine și acizi grași esențiali.

Prânzul și cina trebuie să conțină obligatoriu:

- Produse alimentare bogate în proteine (*pește, carne de pui, ouă*) asociate cu legume;
- Un produs lactat (*băutură sau desert*);
- Fructe și legume;
- Un produs alimentar bogat în amidon (*orez, cartofi, paste, pâine*);
- Grăsimi (*ulei, margarină*);
- Apă.

Se completează cu mese mici care să conțină fructe, biscuiți, eventual produse zaharoase.

NU OMITETI NICI O MASĂ!

Atenție la igiena alimentară!

- Spălați bine mâinile cu apă și mult săpun!
- Dezinfecțați și pansați leziunile apărute pe mâini!
- Curațați și dezinfecțați masa pe care se prepara alimentele!

- Spălați bine vasele înainte și după prepararea alimentelor!
- Spălați fructele și legumele cu jet de apă înainte de consum!
- Nu mâncați produse care conțin carne crudă și nici ouă moi sau lapte nefiert!
- Decongelați alimentele în frigider!
- Nu puneți alimente crude și preparate în același loc!
- Alimentele decongelate nu se mai recongelează!
- Păstrați în frigider la 4-8° C alimentele care se vor consuma la mai mult de 2-3 ore de la preparare!
- Evitați contactul între alimente și insecte sau animale!
- Consumați alimente cu multe vitamine, pentru a preveni apariția infecțiilor oportuniste și pentru a vă menține sănătatea!
- Faceți mișcare în mod regulat după fiecare masă!

3. CARE SUNT DREPTURILE MELE?

Cele mai importante legi în domeniu sunt:

LEGEA NR. 584 / 2002

Prevede următoarele **drepturi**:

- Dreptul la indemnizație de hrană lunară (art.7, alin. 4);
- Dreptul la protecție socială (art. 3);
- Dreptul la îngrijiri medicale de profil, la tratament antiretroviral și pentru infecții oportuniste gratuit (art. 2);
- Unitățile sanitare și medicii, indiferent de specialitate, sunt obligați să vă interneze și să vă asigure îngrijiri medicale de profil în specialitatea pe care o reprezintă, în conformitate cu patologia prezentată de dumneavoastră (art. 9). Prin aceasta prevedere legală vi se asigură dreptul la orice fel de îngrijiri medicale (inclusiv dermatologie, ginecologie, stomatologie). Refuzul unor medici de a vă trata pe motiv de HIV/SIDA constituie o încălcare a prezentei legi cât și tratament discriminatoriu.
- Dreptul la învățătură (art. 3);
- Dreptul la muncă, la promovare profesională, la reorientare profesională în funcție de stadiul bolii. Starea sănătății dumneavoastră nu poate fi criteriu de concediere. (art. 3)
- Dreptul la păstrarea confidențialității, care este obligatorie pentru:
 - angajații rețelei sanitare;
 - angajatorii persoanelor infectate sau aflate în stadiul SIDA;

- funcționarii publici care au acces la aceste date (art. 8, alin. 1).

Încălcarea confidențialității atrage răspunderea persoanelor pe plan profesional (aplicarea unor sancțiuni disciplinare, cum ar fi reținerea din salariu sau aplicarea unei amenzi)

- Asigurarea obligatorie a mijloacelor de prevenire a transmiterii de la mamă la făt a infecției HIV. (art. 6);
- Testarea femeii însărcinate este gratuită;
- Dreptul la tratament nediscriminatoriu în toate sectoarele vieții publice și private (art. 3).

Dar legea prevede și unele **obligații**:

- Sunteți obligat să informați medicul curant, inclusiv medicul stomatolog, cu privire la existența infecției cu HIV. (art. 8, alin. 3)
- Persoanele infectate, care își cunosc starea sănătății răspund, conform legii, pentru transmiterea voluntară a infecției, dacă aceasta s-a produs din motive imputabile lor (art. 8, alin. 4)

Art. 309, alineat 2 Cod Penal: Transmiterea sindromului imunodeficient dobândit – SIDA - de către o persoană care știe că suferă de aceasta boală, se pedepsește cu închisoare de la 5 la 15 ani.

OUG NR. 102 / 1999

Este modificată și completată prin:

- Legea 519 / 2002
- Legea 10 / 2003
- Legea 343 / 2004

Drepturi:

- Dreptul de a fi încadrat într-un grad de handicap, conform diagnosticului anatomo-clinic. Încadrarea într-un grad de handicap se face de către comisiile de expertiză medicală a persoanelor cu handicap pentru adulți sau, în cazul copiilor, de către comisiile pentru protecția copilului (art. 2);
- Copilul seropozitiv HIV va fi încadrat în gradul de handicap grav până la vârsta de 18 ani, urmând ca apoi să fie încadrat în funcție de stadiul infecției;
- Copiii cu handicap beneficiază de următoarele drepturi (art.18):
 1. acces liber și egal în orice instituție de învățământ;
 2. pregătire școlară la domiciliu pentru copilul nedeplasabil;
 3. alocație de stat, în cuantumul prevăzut de lege, majorat cu 100% (de exemplu, dacă alocația este 200.000 lei, copilul cu handicap va beneficia de 400.000 lei);
 4. locuri de odihnă în tabere pentru copii, o dată pe an, gratuit;

5. asistent personal, angajat de către autoritățile administrației administrative locale;

Părinții copilului cu handicap pot opta pentru primirea unei indemnizații echivalente cu salariul net al asistentului social debutant **sau** pentru asistent personal.

6. gratuitatea transportului urban cu mijloacele de transport în comun de suprafață sau cu metroul și pentru asistentul personal, acordat de primărie în baza unei anchete sociale;
 7. gratuitatea transportului interurban în limita a 12 călătorii dus-întors pe an, la alegere, cu trenul sau cu autobuzul;
 8. alocație lunară de hrană, pentru copilul bolnav de SIDA, numai în perioada în care este îngrijit în familie.
- Persoana care are în îngrijire o persoană cu handicap beneficiază de următoarele **drepturi** (art. 18):
1. concediu plătit pentru îngrijirea copilului cu handicap, până la împlinirea vârstei de 3 ani;
 2. concedii medicale pentru îngrijirea copilului care necesită tratament intercurent, până la împlinirea vârstei de 18 ani;
 3. gratuitatea serviciilor de cazare și masă pentru persoana care însoțește copilul în spital;

4. scutire de plata taxelor de abonament radio și TV;
 5. prioritate la instalarea postului telefonic și scutirea de plata abonamentului telefonic cu 100 impulsuri incluse;
 6. prioritate la închirierea, construirea și cumpărarea locuinței din fondul de stat;
 7. stabilirea chiriei, în cazul locuinței deținute de stat, la tariful minim prevăzut de lege.
- **Adulții cu handicap beneficiază de următoarele drepturi (art.19):**
1. adulții cu handicap grav sau accentuat care nu realizează venituri din salarii sau pensii beneficiază de o indemnizație de hrană, în acest moment, în cuantum de 1.400.000 lei. Dacă realizează venituri din salarii sau pensii, cuantumul alocației este de 50%, respectiv 30% din valoarea indemnizației lunare.
 2. dreptul la asistent personal pentru adultul cu handicap grav, angajat de către primăria.

Persoana cu handicap grav poate opta pentru primirea unei indemnizații echivalente cu salariul net al asistentului social debutant **sau** pentru asistent personal.

- Aceasta înseamnă că, în cazul în care persoana nu dorește asistent personal, poate beneficia de indemnizația prevăzută de lege.
3. scutire de plata taxelor de abonament radio și TV, pentru adulții cu handicap grav;

4. prioritate la instalarea postului telefonic și scutirea de plata abonamentului telefonic cu 100 impulsuri incluse, pentru adulții cu handicap grav și accentuat;
5. gratuitatea transportului urban cu mijloacele de transport în comun de suprafață sau cu metroul, pentru adulții cu handicap grav și pentru asistentul personal sau însoțitorul acestuia și pentru adulții cu handicap accentuat, în baza unei anchete sociale efectuate de către un asistent social din cadrul departamentului specializat al primăriei în a cărei rază teritorială își are domiciliu solicitantul;
6. gratuitatea transportului interurban în limita a 12 călătorii dus-întors pe an, la alegere, cu trenul sau cu autobuzul pentru adulții cu handicap grav și pentru asistentul personal sau însoțitorul acestora;
7. gratuitatea transportului interurban în limita a 6 călătorii dus-întors pe an (jumătate din numărul călătoriilor acordate adulților cu handicap grav), la alegere, cu trenul sau cu autobuzul pentru adulții cu handicap accentuat;
8. medicamente gratuite;
9. dreptul la un bilet gratuit, în cursul unui an, acordat persoanei cu handicap pe baza recomandărilor medicale, de către casele teritoriale de pensii.

Obligații:

- trebuie să vă prezentați la comisia de expertiză pentru încadrarea în grad sau pentru evaluare;
- trebuie să urmați programul de recuperare, readaptare și reintegrare socială stabilit de comisiile de expertiză;
- trebuie să vă încadrați în muncă, conform capacității de muncă.

REGULAMENTUL din 21 /04/ 2004

- Comisia superioară soluționează contestațiile la certificatele de încadrare în grad de handicap.
- Contestațiile se depun în termen de 30 de zile de la eliberarea certificatului de încadrare în grad, eliberat de comisiile de expertiză medicală a persoanelor cu handicap pentru adulți.
- Persoana care face contestația va fi invitată în fața comisiei. În cazul în care nu se prezintă, decizia va fi luată doar pe baza dosarului medical atașat la contestație.
- Decizia Comisiei poate fi atacată la instanțele de contencios administrativ, cererea fiind gratuită.

HOTARAREA NR. 839 / 2004

- Bolnavii de HIV/SIDA adulți internați în unitățile sanitare beneficiază de alocație de hrană în cuantumul de 90.000 lei/zi (*9 lei*).

- Copii beneficiază de alocație de hrană în cuantumul de 67.000 lei/zi (6,7 lei).
- Însoțitorii bolnavilor internați copii beneficiază de alocație de hrană în cuantumul de 40.000 lei/zi (4 lei).
- Bolnavii internați în staționare de zi beneficiază de alocație de hrană în cuantumul de 23.000 lei/zi (2,3 lei).

NOTA: Nivelul alocațiilor de hrană menționat mai sus este valabil începând cu luna iunie 2004.

HOTARAREA NR. 1342 / 2004

Aceasta Hotărâre garantează toate drepturile persoanelor care trăiesc cu HIV/SIDA prevăzute de lege, punând în special accentul pe **dreptul la confidențialitate**. Astfel, testarea HIV este voluntară și/sau anonimă, cu garantarea confidențialității și a consilierii pre și post testare, atât în sectorul de stat cât și privat.

LEGEA NR. 46 / 2003

- Conform acestei legi aveți dreptul la îngrijiri medicale fără nici o discriminare. De asemenea, medicul este obligat să vă informeze despre diagnostic, starea de sănătate, evoluția bolii, tratamentul recomandat și a alternativelor existente.
- Puteți alege să nu vi se comunice diagnosticul sau date ulterioare despre evoluția bolii. Dacă

vă exercitați dreptul de a refuza tratamentul sau o intervenție chirurgicală, trebuie să vă exprimați renunțarea în scris, după o prealabilă informare făcută de medic asupra riscurilor la care vă expuneți prin neaplicarea tratamentului.

Toate informațiile privind starea pacientului, rezultatul investigațiilor, diagnosticul, prognosticul, datele personale sunt confidențiale chiar și după decesul pacientului. Acestea pot fi difuzate doar dacă sunt cerute de lege și în condițiile stabilite sau dacă pacientul își dă acordul în scris (art. 21, 22).

- Dreptul femeii de a hotărâ dacă să aibă sau nu un copil este garantat, cu excepția cazului în care sarcina prezintă un risc major pentru viața mamei, situație în care prevalează viața mamei (art. 26).
- Pacientul are dreptul să beneficieze de asistență medicală de urgență, de asistență stomatologică de urgență și de servicii farmaceutice, în program continuu (art. 36).

Important!

Nerespectarea acestor drepturi, inclusiv încălcarea confidențialității, atrage răspunderea disciplinară, contravențională (aplicarea unui avertisment, amenzi) sau penală după caz (de exemplu, art. 196 Cod Penal prevede: divulgarea secretului profesional, respectiv divulgarea, fără drept a unor date, de către cel căruia i-au

fost încredințate sau de care a luat cunoștință în virtutea profesiei ori funcției, dacă fapta este de natură a aduce prejudicii unei persoane, se pedepsește cu închisoare de la 3 luni la 2 ani, sau cu amendă. Este necesară plângerea prealabilă a persoanei vătămate, împăcarea părților atrăgând înlăturarea răspunderii penale.

O.G. NR. 137 / 2000

Aceasta a fost modificată prin:

- Legea 48 / 2002
- Ordonanța Guvernului 77 / 2003

și aprobată prin:

- Legea nr. 27 / 2004

În primul articol al Ordonantei se reiau și se garantează drepturile omului prevăzute de Constituția României și de Convenția Europeană a Drepturilor Omului. Astfel, sunt garantate și se pedepsește încălcarea următoarelor drepturi:

- la tratament egal în fața instanțelor judecătorești și a oricărui alt organ jurisdicțional, la securitatea persoanei și protecția statului împotriva oricăror forme de violențe;
- la libera circulație;
- de a se căsători;
- la proprietate;
- la învățământ, la muncă;
- la sănătate, la îngrijiri medicale, la servicii sociale.

Constituie contravenție și se sancționează cu amendă discriminarea unei persoane pentru motivul că aparține unei rase, naționalități, etnii, religii, categorii sociale sau defavorizare, din cauza vârstei, sexului, convingerilor, într-un raport de muncă și protecție socială, în cazul acordării și respectării oricărui drept garantat de lege.

Competența în aplicarea sancțiunii revine Consiliului Național pentru Combaterea Discriminării (CNCD). Acesta trebuie anunțat printr-o sesizare în care să se prezinte petentul și pârâtul, precum și descrierea pe scurt a faptelor care ar putea constitui acte de discriminare.

De asemenea, se pot pretinde despăgubiri, proporțional cu prejudiciul suferit, restabilirea situației anterioare discriminării sau anularea situației create prin discriminare, potrivit dreptului civil.

Petițiile înaintate CNCD nu sunt taxate, în schimb pentru introducerea unei acțiuni în dreptul civil se va aplica o taxă la valoarea proporțională a despăgubirilor cerute.

Organizațiile neguvernamentale pot înainta la CNCD reclamații în numele persoanelor discriminate din sectorul lor de activitate.

CODUL PENAL al ROMANIEI

Codul Penal vine în sprijinul persoanelor seropozitive, apărând drepturile acestora, prin sancționarea acelor

persoane care prin comportamentul lor, aduc prejudicii persoanelor infectate.

Insulta în art. 205: atingerea adusă onoarei sau reputației unei persoane prin cuvinte, gesturi sau prin orice alte mijloace, ori prin expunerea la batjocură se pedepsește cu închisoarea de la o lună la 2 ani sau cu amendă.

Aceeași pedeapsă se aplica și în cazul în care se atribuie unei persoane un defect, **boală** sau infirmitate **care**, chiar reale de ar fi, **nu ar trebui relevate**.

Acțiunea se pune în mișcare la plângerea prealabilă a persoanei, împăcarea părților înlăturând răspunderea penală.

Calomnia - în art. 206 - sau imputarea în public, prin orice mijloace, a unei persoane seropozitive se pedepsește cu închisoarea de la 3 luni la un an sau cu amendă.

Persoanele care au în grijă o persoană seropozitivă au obligația legală de a nu pune în primejdie sănătatea acesteia. În acest sens, art. 314, din Codul Penal prevede: "Părăsirea, alungarea sau lăsarea fără ajutor, în orice mod, a unui copil sau a unei persoane care nu are putința de a se îngriji, de către acela care o are sub pază sau îngrijire, punându-i în pericol iminent viața, sănătatea sau integritatea corporală, se pedepsește cu închisoarea de la 3 luni la 3 ani".

Acte necesare obținerii drepturilor legale

Pentru adultul seropozitiv:

Pasul 1: Obținerea **certificatului de încadrare într-o categorie de handicap**. Actele necesare sunt:

- B.I./C.I. al adultului (copie și original);
- Certificat medical / adeverință care să ateste faptul că este luat în evidența unei clinici de boli infecțioase cu diagnosticul de infecție HIV sau boală SIDA;
- Alte acte medicale (bilet de ieșire din spital).

Toate drepturile se obțin doar pe baza certificatului de încadrare într-o categorie de handicap.

Pasul 2: Obținerea **drepturilor:**

- a) pentru handicap grav – gradul I
- b) pentru handicap accentuat – gradul II

a) Handicap grav

Drepturi:

- asistent personal / indemnizație;
- indemnizație pentru persoane cu handicap;
- indemnizația de hrană;
- gratuitatea transportului urban și interurban (12 călătorii dus –întors pe an);
- prioritate la instalarea postului telefonic și scutire de la plata abonamentului telefonic cu 100 de impulsuri incluse;

- gratuitate la plata abonamentului radio TV.

Acte necesare:

- certificat de încadrare într-un grad de handicap (original și copie);
- certificat de naștere (original și copie);
- B.I./C.I. al adultului (copie și original);
- B.I./C.I. reprezentant legal (copie și original);
- contract asistent personal (exemplarul nr. 3 în original);
- certificat de căsătorie, dacă este cazul (original și copie);
- hotărâre de divorț, dacă este cazul (original și copie);
- factura telefonică;
- factura de energie electrică (pentru RTV);
- decizie de pensie, dacă este cazul (original și copie);
- cupon de pensie, dacă este cazul;
- adeverință de salariat, dacă este cazul;
- declarație notarială pentru cei care nu sunt salariați sau pensionari, din care să rezulte că nu sunt salariați sau pensionari;
- declarație pe propria răspundere de către rude (părinți, copii majori, frați, surori sau de către alte persoane care dețin o decizie de curatelă sau tutelă) în cazul persoanelor cu handicap mental/psihic din care să rezulte că nu sunt salariați sau pensionari;

- 1 fotografie persoana cu handicap și 1 fotografie asistent personal;
- costul legitimației care atestă calitatea de persoană cu handicap.

b) Handicap accentuat

Drepturi:

- indemnizație pentru persoane cu handicap;
- prioritate la instalarea postului telefonic și scutire de la plata abonamentului telefonic cu 100 de impulsuri incluse;
- gratuitatea transportului urban și interurban (6 călătorii dus –întors pe an);
- indemnizația de hrană.

Acte necesare:

- certificat de încadrare într-un grad de handicap (original și copie);
- certificat de naștere (original și copie);
- B.I./C.I. al adultului (copie și original);
- B.I./C.I. reprezentant legal (dacă este cazul);
- certificat de căsătorie, dacă este cazul (original și copie);
- hotărâre de divorț, dacă este cazul (original și copie);
- factura telefonică;
- decizie de pensie, dacă este cazul (original și copie);
- cupon de pensie, dacă este cazul;
- adeverință de salariat, dacă este cazul;

- declarație notarială pentru cei care nu sunt salariați sau pensionari, din care să rezulte că nu sunt salariați sau pensionari;
- declarație pe propria răspundere de către rude (părinți, copii majori, frați, surori sau de către alte persoane care dețin o decizie de curatelă sau tutelă) în cazul persoanelor cu handicap mental/psihic din care să rezulte că nu sunt salariați sau pensionari;
- 1 fotografie;
- costul legitimației care atestă calitatea de persoană cu handicap.

Acte necesare obținerii **indemnizației de hrană la adulți**:

- cerere tip (completată la Direcția pentru Dialog, Familie și Solidaritate Socială);
- certificatul și hotărârea de încadrare într-o categorie de handicap;
- copie după B.I./C.I.;
- nr. contului bancar personal și extrasul de cont (dacă este cazul).

Pentru copilului seropozitiv:

Pasul 1: Obținerea **certificatului de încadrare într-o categorie de handicap**. Actele necesare sunt:

- B.I./C.I. al copilului (copie și original);
- Certificat medical / adeverință care să ateste faptul că este luat în evidența unei clinici de boli

infecțioase cu diagnosticul de infecție HIV sau boală SIDA;

- Alte acte medicale recente (bilet de ieșire din spital);
- Adeverință de elev (clase absolvite sau în ce clasă este);
- Caracterizare psihopedagogică (de la învățător sau diriginte);
- Traseu educațional;
- Copie B.I./C.I. părinți;
- Copie certificat deces părinți, dacă este cazul;
- Copie hotărâre de divorț, dacă este cazul;
- Anchetă socială de la Primărie (copie);
- Copie certificat de persoană cu handicap anterior;
- Fișa medicală sintetică de la medicul de familie.

Toate drepturile se obțin doar pe baza certificatului de încadrare într-o categorie de handicap.

Pasul 2: Obținerea drepturilor:

- c) pentru handicap grav – gradul I
- d) pentru handicap accentuat – gradul II

c) Handicap grav

Drepturi:

- asistent personal / indemnizație;
- indemnizația de hrană;
- alocație de hrană;
- alocație de stat pentru copiii cu handicap majorată cu 100%;

- gratuitatea transportului urban și interurban (12 călătorii dus –întors pe an);
- prioritate la instalarea postului telefonic și scutire de la plata abonamentului telefonic cu 100 de impulsuri incluse;
- gratuitate la plata abonamentului radio TV.

Acte necesare:

- certificat de încadrare într-un grad de handicap (original și copie);
- hotărâre Comisie de Protecție a Copilului;
- certificat de naștere (original și copie);
- B.I./C.I. al copilului peste 14 ani (copie și original);
- B.I./C.I. reprezentant legal (copie și original);
- B.I./C.I. asistent personal (copie și original);
- copie hotărâre asistent maternal, dacă este cazul;
- contract de muncă asistent personal;
- certificat de căsătorie, dacă este cazul (copie);
- hotărâre de divorț, dacă este cazul (copie);
- factura telefonică;
- factura de energie electrică (pentru RTV);
- adeverință de la școală pentru minorul școlarizat cu ultima lună pentru care a beneficiat de alocația de stat;

- adeverință de la Direcția de Dialog, Familie și Solidaritate Socială pentru minorul sub 7 ani;
- 1 fotografie copil cu handicap și 1 fotografie asistent personal;
- costul legitimației care atestă calitatea de persoană cu handicap.

d) Handicap accentuat

Drepturi:

- indemnizația de hrană;
- alocație de hrană;
- alocație de stat pentru copiii cu handicap majorată cu 100%;
- gratuitatea transportului urban și interurban (6 călătorii dus –întors pe an);
- prioritate la instalarea postului telefonic și scutire de la plata abonamentului telefonic cu 100 de impulsuri incluse.

Acte necesare:

- certificat de încadrare într-un grad de handicap (original și copie);
- hotărâre Comisie de Protecție a Copilului;
- certificat de naștere (original și copie);
- B.I./C.I. al copilului peste 14 ani (copie și original);
- B.I./C.I. reprezentant legal (copie și original);
- copie hotărâre asistent maternal, dacă este cazul;

- certificat de căsătorie, dacă este cazul (copie);
- hotărâre de divorț, dacă este cazul (copie);
- factura telefonică;
- adeverință de la școală pentru minorul școlarizat cu ultima lună pentru care a beneficiat de alocația de stat;
- adeverință de la Direcția de Dialog, Familie și Solidaritate Socială pentru minorul sub 7 ani;
- 1 fotografie copil cu handicap;
- costul legitimației care atestă calitatea de persoană cu handicap.

Acte necesare obținerii **indemnizației de hrană la copii**:

- cerere tip (completată la Direcția pentru Dialog, Familie și Solidaritate Socială);
- certificatul și hotărârea de încadrare într-o categorie de handicap;
- copie după B.I./C.I. sau certificatul de naștere (în funcție de vârsta copilului);
- nr. contului bancar personal și extrasul de cont (dacă este cazul);
- copie după B.I./C.I. al reprezentantului legal;
- hotărâre de divorț, dacă este cazul;
- copie după certificatul de căsătorie al părinților;
- copie după certificatul de deces al părinților, dacă este cazul;
- hotărâre de tutore, dacă este cazul.

NOTE:

Numele medicului meu de familie:

.....

Numărul lui de telefon:

.....

Numele medicului meu infecționist:

.....

Numărul lui de telefon:

.....

Clinica de Boli Infecțioase:

.....

Numărul de telefon de la Clinica de Boli Infecțioase:

.....

Numele asistentului social sau al psihologului:

.....

Numărul lui de telefon:

.....

