

Saber Viver

UMA REVISTA PARA QUEM VIVE COM O VÍRUS DA AIDS

ANO 1 Nº 3 FEV/MAR 2000

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

A advogada
Patrícia Rios revela
quais são os direitos
dos soropositivos

RESPEITO É DDM!
e nós queremos!

AS MELHORES
VITAMINAS PARA VOCÊ

O QUE ESPERAR
DO FUTURO

Uma publicação
bimestral gratuita
destinada a pessoas que
vivem com o vírus da
Aids

Correspondências à redação:

Caixa Postal 11.554
Rio de Janeiro (RJ)
Cep 22.022-970
saberviver@openlink.com.br

QUEM FAZ A SABER VIVER

Coordenação e edição
Adriana Gomez e Sílvia Chalub

Jornalista responsável

Adriana Gomez (MTb 15700)

Fotografia

Berg Silva

Ilustrações

Raul Motta

Colaboraram com este número

Dr. Mauro Schechter
Infectologista
Dr. Estevão Portela
Infectologista
Andréa Caputi
Nutricionista

Fotolitos e editoração eletrônica

A 4 Mãos Comunicação e
Design
a4maos@a4maos.com.br

Impressão

Gráfica Lidador

Tiragem

8.000 exemplares

Agradecimentos especiais

A todas as pessoas que
colaboraram dando seus
depoimentos às matérias

PATROCÍNIO:

GlaxoWellcome

Novidades

Muita gente que tem o vírus da Aids não sabe de seus direitos. Afinal, são tantas as preocupações que os direitos e benefícios, às vezes, ficam em segundo plano. Para facilitar a sua vida, a *Saber Viver* publica neste número os principais benefícios aos quais você tem direito e os locais que oferecem, de graça, serviço jurídico especializado para livrá-lo de situações que envolvem preconceito e todos os tipos de discriminação.

O futuro, a Deus pertence. Mas os cientistas serão os responsáveis por mais novidades no tratamento da Aids nos próximos anos. Na primeira edição de 2000, o infectologista Mauro Schechter responde a perguntas dos leitores da *Saber Viver*, trazendo novidades fresquinhas do mundo científico sobre assuntos que fazem parte de nosso dia a dia: efeitos colaterais, medicamentos e cura. Afinal, todos nós queremos saber como será o amanhã.

As cartas não param de chegar. Faça novos amigos. Dê uma olhadinha na página 11.

Um forte abraço.

ESCREVA PARA *Saber Viver*

Reservamos um espaço na revista para você dar sua opinião, sugerir assuntos, tirar dúvidas e ainda fazer novos amigos.

Caixa Postal 11.554
Rio de Janeiro (RJ) CEP: 22.022-970
saberviver@openlink.com.br

Leia neste número

A importância das vitaminas **3**

Olhando para o futuro **4/5**

Passo a passo: Biovir e Crixivam **6/7**


Confira os seus direitos..... **8/9/10**

Cartas..... **11**

Vitaminas

Saiba onde encontrá-las

Come isto para ficar forte. Quem nunca ouviu esta frase algum dia na vida? Agora, mais do que nunca, é fundamental zelarmos pela nossa alimentação. Para as pessoas soropositivas, algumas vitaminas são mais importantes e devem ser ingeridas com mais frequência. São as vitaminas A, C, E, D, K e também as do complexo B. O melhor lugar para encontrá-las é

nos alimentos como frutas, verduras e vegetais folhosos. A nutricionista Andréa Caputi sugere que, se você ingerir quatro porções de fruta por dia e incluir no almoço e jantar, além do arroz com feijão, legumes e verduras variados, você estará garantindo a sua necessidade diária dessas vitaminas. Use a tabela abaixo como referência e bom apetite! 

Vitamina	Para que serve	Onde encontrar	Dica
A	Para a pele, olhos e sistema imunológico. Melhora a resistência à gripe e outras infecções.	Alimentos de cor laranja como: abóbora, cenoura, laranja, e de cor verde escura como: brócolis, couve e espinafre.	Se as mãos ficarem com cor alaranjada, você está com excesso de vitamina A. Tome sol, pois isto ajuda o organismo a processá-la.
Complexo B (B2, B6, B12, ácido fólico)	Participam do metabolismo de vários nutrientes e auxiliam o sistema nervoso. Medicamentos como Elavil, AZT, Isoniazida, Bactrim e anti-ácidos (Milanta Plus, Antak, etc.) comprometem os níveis destas vitaminas.	Alimentos de origem animal, grãos integrais, feijão, arroz, peixes, frutas e vegetais verdes.	Evite consumir carnes cruas devido ao seu alto poder de contaminação pela presença de microorganismos e parasitas (vermes).
C	Ajuda o sistema imunológico. Evita gripes e resfriados. Importante para absorção de ferro.	Frutas cítricas. Existe uma quantidade grande na acerola, na laranja, no limão, no morango e no maracujá.	A vitamina C se oxida. Ou seja, perde o seu valor nutritivo em contato com a luz. Tome o suco na hora ou coma diretamente a fruta.
D	Importante para absorção de Cálcio.	Leite, fígado, peixe e ovos.	O sol ativa a Vitamina D. Procure tomá-lo durante a manhã.
E	Esta vitamina incrementa a terapia anti-HIV e a atividade do AZT, além de reduzir a toxicidade da medula óssea causada pelo AZT. O uso desta vitamina, associada à vitamina C, reduz o dano muscular causado pelo AZT.	Castanha, amêndoa, óleos vegetais, de peixe e de soja, abacate, vegetais de folhas verdes, grãos integrais e gérmen de trigo.	Como alguns alimentos possuem alto teor de gordura, coma-os moderadamente.
K	Ajuda na coagulação do sangue.	Em todas as frutas e verduras.	Ingerindo pelo menos três ou quatro vezes por dia frutas e colocando nas suas refeições legumes e verduras, o seu organismo estará sendo abastecido por esta vitamina.



Se você quer tirar dúvidas sobre alimentação, escreva para a **Saber Viver**. Andrea Caputi responderá a todas as perguntas. Não perca tempo.
O endereço é: Caixa Postal 11.554 – Rio de Janeiro – RJ – Cep 22.022-970

O que vai acontecer?

Dr. Mauro Schechter, um dos maiores pesquisadores em Aids do mundo, responde às perguntas dos leitores

Até pouco tempo atrás, descobrir-se portador do vírus da Aids era como receber uma sentença de morte. A única pergunta que se podia fazer era: 'quanto tempo de vida eu tenho?'. A resposta dos médicos era mais perturbadora ainda: 'não sei'. Hoje, quase 20 anos depois de serem diagnosticados os primeiros casos de Aids no mundo, está tudo bem diferente. Apesar de não sabermos quanto tempo de vida temos, o que aliás ninguém sabe, já podemos pensar em futuro. Os novos medicamentos, no mercado desde 1996, deram uma outra expectativa de vida às pessoas infectadas pelo HIV. Agora quem tem o vírus não quer só viver mais, quer também viver melhor. Novas questões surgiram e com certeza outras surgirão. Escolhemos algumas perguntas de nossos leitores para que Dr. Mauro Schechter, professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro, respondesse. Tivemos o cuidado de selecionar questões que afligem a maioria das pessoas que nos escreveram. Caso haja alguma outra questão que você queira saber, escreva para a Saber Viver.



A cura da Aids está próxima? Li que o vírus HIV se esconde no sistema linfático. Existe alguma maneira de eliminá-lo totalmente?

Até recentemente não existia nenhuma base teórica, fora especulações, para alcançar-se a cura da Aids. No momento já existe uma base teórica para isto. Várias pesquisas estão sendo desenvolvidas neste sentido. Um trabalho da Universidade Johns Hopkins, liderado por Roberto Siliciano, mostrou

que o principal reservatório, a longo prazo, do HIV são células de vida muita longa, chamadas CD4 de memória. Ou seja, nestas células o vírus HIV se esconde, evitando sua total eliminação do organismo da pessoa infectada. As células CD4 de memória demoram décadas até se extinguiem. Elas são células não ativas, que não produzem vírus e por isto não temos como atacá-las. Atualmente existem alguns estudos em andamento, cujo o principal deles

é o coordenado pelo Dr. Antony Fauci, tentando ativar estas células para que elas produzam vírus e então seja possível atacá-las com as drogas anti-Aids. Hoje, portanto, ao menos teoricamente, já se pode pensar em cura da Aids.

Gostaria de saber se existe a possibilidade de, nos próximos anos, os efeitos colaterais dos remédios anti-Aids acabarem. Sofro muito com a diarreia provocada pelo Vira-cept.

A maior preocupação dos laboratórios é fazer medicamentos mais fáceis de serem tomados, diminuindo o número de tomadas diárias e tornando-os mais toleráveis, ou seja com menos efeitos colaterais. Esta é a tendência dos anti-retrovirais mais recentes.

Eu queria muito ter um filho. Será que as mulheres soropositivas nunca vão poder engravidar sem culpa e sem medo?

Esta é a área, em termos práticos, em que mais se avançou nos últimos anos. Em primeiro lugar, deve-se optar por uma inseminação artificial, porque ninguém pode garantir que numa relação sexual não vai haver transmissão do HIV. Quanto às chances de contaminação de mãe para filho, o que se sabe hoje é que esta probabilidade, numa situação ideal, é muito baixa, de 1% ou até menos. Situação ideal significa carga viral baixa, CD4 alto, bom estado clínico, uso da medicação, tratamento e acompanhamento médicos adequa-

dos. Enfim, a mulher deve se cercar de todos os cuidados possíveis. Mas ninguém pode dizer que é 100% seguro. É uma decisão de foro íntimo. A amamentação, de qualquer forma, não é recomendada.

No caso do homem soropositivo que quer ter filhos, existe na Itália um grupo que colhe o esperma para “limpá-lo” do vírus e fazer inseminação artificial. A última notícia que eu tive deste grupo foi que tinham sido feitas mais de 200 inseminações bem sucedidas e nenhuma mulher havia se contaminado.

“Já existe uma base teórica para se pensar na cura da Aids.”

Já criei resistência a vários medicamentos. Tenho medo de ficar sem alternativa

de tratamento contra a Aids. Qual a perspectiva para mim e para outras pessoas que vivem esta situação, nos próximos anos?

Essa é outra área de pesquisa intensa: conseguir encontrar medicamentos que funcionem contra vírus resistentes aos medicamentos atuais. Existem perspectivas, por exemplo, entre os inibidores da protease. Um remédio que sairá em 2000, cuja sigla é ABT378, atua, em princípio, contra os vírus resistentes aos inibidores da protease já existentes. Um outro medicamento vai entrar este ano em última fase de pesquisa. Ele funciona, ao menos aparentemente, contra os vírus resistentes aos remédios da classe dele (Efavirenz, Viramune e Delavirdina). As perspectivas portanto são boas e novas alternativas de tratamento devem surgir ao longo dos próximos anos. //

Fique atento

Nada pode dar errado no seu tratamento

Neste número vamos dar sugestões de como incluir no seu dia a dia uma nova combinação de medicamentos: **BIOVIR** e **CRIXIVAN** (INDINAVIR). Para que o **CRIXIVAN** faça efeito, você deve estar em jejum. Neste caso, estar em jejum significa que durante 2 horas antes de tomar a medicação e 1 hora depois de tomá-la você não deve comer nada. Durante o jejum, está terminantemente proibido qualquer alimento gorduroso, como chocolate, frituras, etc. Se você tiver fome, pode beber um copo de leite desnatado ou de suco de frutas, comer no máximo três biscoitos de água e sal ou uma fruta. Mas não tudo junto!

Para que nada dê errado, faça como nosso personagem João. Anote em uma tabela os horários da sua medicação, lembrando das horas do jejum. Nas horas em que não é preciso estar em jejum, aproveite para se alimentar bem.

TABELA DO JOÃO	
MANHÃ	
J	5hs
E	6hs
J	7hs - Tomar BIOVIR e CRIXIVAN
U	8hs
M	8hs
	9hs - lanchar
	10hs
	11hs
	meio-dia - almoço
TARDE	
J	1h
E	2hs
J	3hs - Tomar CRIXIVAN
U	4hs
M	4hs
	5hs - lanchar
	6hs
NOITE	
	7h - Tomar BIOVIR
	8hs - jantar
J	9hs
E	10hs
J	11hs - Tomar CRIXIVAN
U	meia-noite
M	meia-noite

BIOVIR

1 comprimido
de 12 em 12 horas

CRIXIVAN

2 cápsulas
de 8 em 8 horas,
em jejum

O **CRIXIVAN** provoca a formação de cálculos renais. Para evitá-los é preciso beber mais de 1 litro e meio de água por dia, ou seja, uns 10 copos, pelo menos. Melhor ainda se a cada tomada do remédio, você beber uns três copos de água.



7hs da manhã

João toma 1 comprimido de **BIOVIR** e 2 cápsulas de **CRIXIVAN**. Por causa do **CRIXIVAN**, ele bebe apenas um copo de leite desnatado. Para lanche ele deve esperar pelo menos 1 hora.



3hs da tarde

João deve tomar mais duas cápsulas de **CRIXIVAN**. Por isto ele deve estar em jejum.



7hs da noite

João toma o segundo comprimido de **BIOVIR** do dia. Ele janta muito bem às 8hs da noite e depois não come mais nada para poder tomar o **CRIXIVAN** às 11hs da noite.

11hs da noite

As últimas cápsulas de **CRIXIVAN** do dia.



Lembre-se que nos finais de semana você tem que continuar tomando a medicação nos mesmos horários que nos outros dias. Se precisar coloque um despertador, tome o remédio e volte a dormir. Esta regra vale para todos os medicamentos.

Atualmente, alguns especialistas associam doses variáveis de **NORVIR** (**RITONAVIR**) ao **CRIXIVAN**. Isto faz com que o paciente possa tomar o **CRIXIVAN** de 12 em 12 horas, sem precisar do jejum. Converse com seu médico sobre esta possibilidade.

JUSTIÇA

AS PESSOAS SOROPOSITIVAS TÊM OS MESMOS DIREITOS E DEVERES DE QUALQUER CIDADÃO

A advogada Patrícia Rios recebe em sua sala, no Grupo Pela Vidda Niterói, cerca de 50 pessoas por mês vítimas de vários casos de desrespeito que são cometidos diariamente contra pessoas com Aids. Cada um deles representa para Patrícia um desafio. “A justiça no país é muito lenta. Nem tudo são flores para nós”, desabafa a advogada.

Nesta matéria, ela faz um resumo dos principais direitos da pessoa soropositiva e divulga os benefícios aos quais você poderá ter acesso. Além disso, publicamos uma lista de locais que oferecem atendimento jurídico gratuito.



Cuidado com a testagem obrigatória

Ninguém pode ser obrigado a realizar o teste anti-HIV. Isto está escrito numa Portaria Interministerial nº 869/92 dos Ministérios da Saúde, do Trabalho e Administração. A testagem só pode ser realizada com o consentimento da pessoa. A realização do exame é obrigatória somente para doação de sangue, órgãos ou esperma.

Exames em grávidas

A testagem em gestantes deve ser realizada apenas com o consentimento dessas mulheres. Todos os médicos, entretanto, devem esclarecer às pacientes os riscos para o bebê e as formas de tratamento, bastante avançadas, que podem prevenir a criança de uma infecção pelo HIV.

Trabalhador não pode ser demitido

É proibida a demissão pelo fato do trabalhador ser soropositivo. O teste anti-HIV não pode ser imposto a pessoas que estão concorrendo a uma vaga de emprego.

Direito à vida e ao tratamento médico

Nenhuma pessoa pode deixar de ser atendida por um profissional de saúde qualificado. De acordo com as normas do Conselho Federal de Medicina, o atendimento profissional a portadores do vírus HIV é um imperativo moral da profissão médica e nenhum médico, instituição pública ou privada podem recusá-lo.

O exame só interessa a você

Todos os médicos são obrigados a informar à autoridade pública os casos de contágio pelo HIV. Tendo o número exato de pessoas infectadas, o governo pode comprar os remédios e promover ações de assistência aos soropositivos. Porém, o médico não pode revelar fatos ou diagnósticos sobre o paciente a ninguém. Isto é crime previsto no Código Penal, de Violação de Segredo Profissional. A quebra de sigilo só é permitida quando o paciente se recusa a informar que é soropositivo ao parceiro (ou parceira) ou ao seu grupo de usuários de drogas.

Crianças vivendo com Aids

As crianças têm os mesmos direitos dos adultos, além dos amparos especiais previstos no Estatuto da Criança e do Adolescente. O direito à educação é garantido pela Constituição Federal e pela Portaria Interministerial nº 796/92.

Caso a mãe ou o pai queiram decidir antecipadamente o destino da criança, podem preparar uma declaração com testemunhas, registrando o desejo de que a criança seja cuidada (guarda ou adoção) após a sua morte por uma determinada pessoa. Este documento deverá ser registrado num cartório.

Acesso aos medicamentos necessários

Os medicamentos são distribuídos gratuitamente pelo SUS. Quando o paciente não consegue adquiri-los, Patrícia Rios orienta que se procure um advogado.

Planos de saúde e Aids

A partir da nova legislação que regula os planos de saúde, os novos contratos terão cobertura para Aids após uma carência de dois anos. Se o seu contrato é antigo, não é necessário que você assine um novo contrato. Ele tem validade e você deve ser atendido sem nenhuma restrição. Na opinião da advogada Patrícia Rios, caso você tenha assinado um contrato desconhecendo que é portador do vírus, você agiu de boa fé. Assim é possível utilizar como argumento o Código de Defesa do Consumidor e a legislação específica sobre contratos para garantir o atendimento.

Infecção por transfusão

As pessoas que forem infectadas por transfusão de sangue poderão ser indenizadas. ¶

Disputa por bens

Antônio Gusmão*, um advogado de 59 anos, briga há três anos com a família de seu companheiro, falecido em 1997, vítima da Aids. Os dois construíram um bom patrimônio durante a união de 30 anos. O casal chegou a redigir um testamento, em 1987, garantindo o direito de uma das partes permanecer com os bens no caso da morte de um deles. Depois do falecimento, a família do companheiro de Antônio não reconheceu o testamento e pediu a sua anulação junto à justiça. Para eles, Antônio, pelo fato de estar com Aids, iria morrer em breve e todos os bens seriam herdados por sua família. Antônio goza de perfeita saúde e os seus exames indicam que ele ainda terá muitos anos de vida pela frente. A advogada Patrícia Rios acompanha o caso desde o falecimento do companheiro de Antônio. Ela lamenta que o tal testamento não tenha sido feito em cartório, pois isto seria fundamental para que não houvesse nenhuma dúvida sobre a autenticidade do documento.

Agora, Patrícia Rios pretende entrar com uma Ação de Reconhecimento de Sociedade de Fato, que nada mais é do que provar que tudo que os dois tinham foi construído em conjunto.

Pense bem antes de se aposentar

Germano Alves*, 46 anos, é piloto de avião. Seguiu o conselho de um médico da empresa em que trabalha e pediu aposentadoria em 1995. Arrependeu-se do que fez. "Eu estou apto a trabalhar. Ficar em casa, sem fazer nada, foi horrível pra mim", desabafa. Meses depois, ele anulou o processo no INSS e foi readmitido na empresa. Mas, até hoje, Germano não conseguiu voltar a voar. Ele vem sendo vítima de discriminação pelo Ministério da Aeronáutica que se recusa a liberar a sua carteira de saúde. Sem ela, nenhum piloto pode exercer as suas funções. Germano já foi avaliado e aprovado por todas as juntas superiores de saúde, mas um médico da Aeronáutica afirma que piloto com Aids não voa. Diante desta briga que se arrasta nos tribunais, Germano deixa um conselho: não se aposente se você estiver em condições de trabalhar e escolha bem a pessoa na hora de contar que você é portador do vírus HIV. O preconceito ainda é muito grande".

* Os nomes são fictícios

Corra atrás de seus benefícios

BENEFÍCIOS	O QUE É	QUEM TEM DIREITO	DOCUMENTOS NECESSÁRIOS	ONDE DAR ENTRADA
• Auxílio Doença	Benefício que se dá às pessoas que manifestaram a doença e não estão aptas a trabalhar	Pessoas com carteira assinada ou que paguem carnê do INSS independente do tempo	Identidade, cart. de trabalho e/ou carnê de INSS, comprovante de resid., formulário do INSS e histórico médico	No posto do INSS mais próximo da sua casa
• Aposentadoria	Benefício concedido a pessoas em Auxílio Doença há mais de dois anos	Pessoas com carteira assinada ou que paguem o INSS	Os mesmos do Auxílio Doença	No posto do INSS mais próximo da sua casa
• Pensão por Morte	Benefício concedido aos dependentes dos contribuintes ou beneficiários do INSS	Filhos menores, esposo/a, companheiras/os, pais dependentes e dependentes junto ao INSS	Cart. de trabalho ou carnê do INSS do falecido, documentos que comprovem a relação e testemunhas	No posto do INSS mais próximo da sua casa
• Liberação do FGTS e PIS	Benefício concedido aos trabalhadores com HIV/Aids para auxiliar o seu tratamento	Trabalhadores com HIV/Aids, independente da rescisão de contrato de trabalho	Declaração médica, exame de HIV, cart. de trabalho e/ou cartão do PIS	Caixa Econômica Federal que centraliza sua conta
• Passe Livre	Garantia de transporte gratuito para o tratamento	Todos os portadores do HIV	2 fotos 3x4, formulário da Fetranspor preenchido por você e seu médico, exame de HIV e declaração médica	Rua da Assembléia, 10 39º andar Centro – RJ
• Isenção de Imposto de Renda	Libera o portador do HIV do pagamento do Imposto de Renda	Aposentados e reformados portadores do HIV	Exame de HIV, comprovante de aposentadoria ou de reforma, formulário do Ministério da Fazenda	Ministério da Fazenda
• Renda Mensal Vitalícia ou Benefício de Prestação Continuada (LOAS)	Garante salário mínimo aos portadores do HIV com doença grave que não podem se sustentar	Portadores do HIV com renda familiar menor que 1/4 de salário mínimo por pessoa	Identidade ou cart. de trabalho, comprovante de resid., documentação e declaração médica confirmando o precário estado de saúde	No posto do INSS mais próximo da sua casa

ATENDIMENTO JURÍDICO GRATUITO

▶ **Atobá – Movimento de Emancipação Homossexual**

Atendimento 24 horas por telefone. Ligar para marcar horário.
Rua Professor Carvalho de Melo, 471 – Realengo – Rio de Janeiro.
Telefone 331 1527.

▶ **Grupo de Apoio à Prevenção à Aids – Gapa/RJ** – 3ª, 5ª e sábados das 10h às 13h.
Marcar horário.

Rua Conde de Bonfim, 377/cobertura 4 – Tijuca – Rio de Janeiro – Telefone 571 4141.

▶ **Grupo Pela Vidda Niterói** – 3ª e 5ª feiras das 15h às 18h.

Rua Presidente Domiciano, 150 – Ingá – Niterói – Telefone 719 5683.

▶ **Grupo Pela Vidda Rio** – 4ª feiras das 14h às 18h.

Av. Rio Branco, 135, Gr. 709 – Centro – Rio de Janeiro – Telefone 518 3993.

Comunique-se

Estamos recebendo várias cartas. Todas são respondidas, sem exceção. Você já enviou a sua?

Escreva para Caixa Postal 11.554 – Rio de Janeiro (RJ) – Cep 22.022-970

Medicamentos

“Queríamos fazer um comentário sobre a coluna Passo a Passo da Saber Viver nº 1. É referente ao uso do ddI associado a outra medicação anti-retroviral. (...) Não foi citado que o intervalo entre o ddI e a Estavadina deve ser de no mínimo 30 minutos. (...) Quando a associação do ddI ocorre com o Crixivan, este intervalo tem que aumentar para 2 horas (...).”

Octávio Valente – Grupo Pela Vidda RJ

Caro Octávio, pedimos ao Dr. Estevão Portela para ler o seu e-mail. Ele informou que a ingestão do ddI e da Estavadina no mesmo horário, como sugerido na seção Passo a Passo da revista *Saber Viver* nº 1, está de acordo com a prescrição do Dr. Joe Gallant, médico mundialmente respeitado como um dos maiores especialistas em Aids. No Brasil, além do Dr. Estevão Portela, o Dr. Mauro Schechter também nos informou que não há problema em se tomar o ddI ao mesmo tempo que qualquer Nucleosídeo.

Assumir o HIV

Lendo a Saber Viver cheguei à conclusão de que não é preciso sair por aí dizendo a um e outro que sou portador do vírus HIV. Mas devo assumir para mim mesmo. Repasso a

todos os portadores o seguinte: não deixe de aproveitar a vida no que puder e quando o assunto for relações não deixe de usar camisinha e lembre-se de que ela não tira o prazer e pode te livrar de uma nova contaminação. A revista Saber Viver vai ajudar muito no tratamento, além de evitar o quadro de isolamento de algumas pessoas. Basta só fazer um esforço. Gostei muito desta revista.

E. (Russas, Ceará)

HIV na escola

Adorei a matéria sobre mães publicada no último número da Saber Viver. Meu filho é soropositivo. Dizem que ele pode passar o HIV para um coleguinha. Isto é verdade?

V. (Maracanã, RJ)

Não. Se houver chance, ela é muito pequena. Teoricamente teria que haver um contato do sangue da criança machucada com a mucosa da criança soronegativa ou as duas crianças se cortarem para fazer um “pacto de sangue”. Mas em termos de contato do dia a dia não há perigo.

NAMORO OU AMIZADE

Mais amigos

Depois de ter meu nome publicado na seção namoro ou amizade da Saber Viver nº2,

recebi várias cartas. Gostaria que publicassem o meu endereço de novo na revista. Tenho 23 anos, sou HIV positivo e desejo conhecer homens e mulheres para futura amizade. Um feliz 2000 para vocês!

Murilo Valle

Cx. Postal 80.019

Nilópolis - RJ. Cep 26.501-970

Mulheres soropositivas

Achei a revista Saber Viver simplesmente fantástica! Tenho formação técnica agrícola e trabalho em uma fazenda de produção de soja. Não sou soropositivo, mas me sensibilizo com pessoas que o são. Vivo só e não tenho família. Quero me corresponder com mulheres soropositivas. Tenho uma veia poética, sou muito romântico, sensível e sonhador. Quem sabe eu possa encontrar alguém dos meus sonhos?

Wilson Terra

**Rua Nova, lote 190, quadra 170-B - Bairro Santo Amaro Balsas – Maranhão
Cep 65.800-000**

Manter contato

Quero me corresponder com outras pessoas soropositivas. Tenho 35 anos.

Danilo Pacheco

**R. Felipe de Oliveira, 30/402 Copacabana - RJ
Cep 21.011-030**

**Espaço
reservado
para o
patrocinador**