

TODOS JUNTOS CONTRA A

GRIPE

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Com apenas alguns cuidados, você protege sua saúde e de todos a sua volta

SINTOMAS INICIAIS

Febre com tosse e/ou dor de garganta

SINAIS DE ALERTA

Busque atendimento na rede de urgência emergência caso apresente qualquer um dos sinais ou sintomas a seguir:

- dificuldade para respirar
- dor abdominal, vômitos ou sede intensa
- sonolência, confusão mental ou convulsão
- persistência ou elevação da febre por mais de 3 dias
- aumento das dores musculares ou sede intensa

COMO É TRANSMITIDA

- O vírus da gripe é transmitido por meio de gotículas de pessoas gripadas, por tosse ou espirros. A transmissão pode se dar por contato direto com pessoas contaminadas, ou indiretamente pelas mãos que, após contato com superfícies recentemente contaminadas por secreções respiratórias de um indivíduo infectado, podem levar o vírus diretamente para a boca, nariz e olhos.

CUIDADOS GERAIS



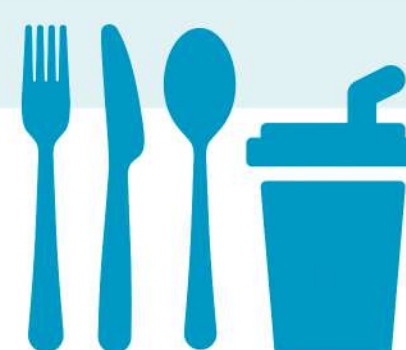
Cubra a boca e o nariz ao espirrar ou tossir. Use lenço de papel e jogue-o no lixo.



Lave as mãos com frequência com água e sabão.



Evite tocar nos olhos, nariz e boca sem lavar as mãos.



Não divida utensílios pessoais sem lavar.



Pessoas gripadas devem evitar ambientes fechados e aglomerações.



Procure ficar em locais bem ventilados.