

A GRIPE QUER TE PEGAR.

APRENDA A SE PROTEGER DELA.

COMO É TRANSMITIDA:

- Pela tosse
- Pelo espirro
- Pelo contato com objetos contaminados

SINTOMAS:

- Febre
- Tosse
- Dor de cabeça
- Dor de garganta
- Nariz escorrendo
- Dores musculares



COMO SE PREVENIR:

- Lavar as mãos várias vezes ao dia com água e sabão. O uso de álcool gel é recomendado.
- Evitar aglomerações de pessoas, principalmente em ambientes fechados.
- Seguir a etiqueta da tosse. Ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com lenço de papel (de preferência descartável) ou com o braço e não com as mãos.
- Mantenha janelas abertas para ventilar o ambiente.
- Não compartilhe alimentos, copos, talheres, toalhas e objetos de uso pessoal.



O QUE FAZER:

- Em caso de suspeita procure a unidade de saúde mais próxima.
- Só use medicamentos com orientação médica.
- A automedicação pode ser prejudicial à saúde. Ela pode mascarar sintomas, retardar o diagnóstico e até causar resistência do vírus.

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE 155 OU ACESSE:
gripe.saude.mg.gov.br e [facebook.com/SaudeMG](https://www.facebook.com/SaudeMG)

