

GRIPE

Como proteger-se?



Quando toces ou espirres,
tapas teu nariz e boca com
um lenço descartável.



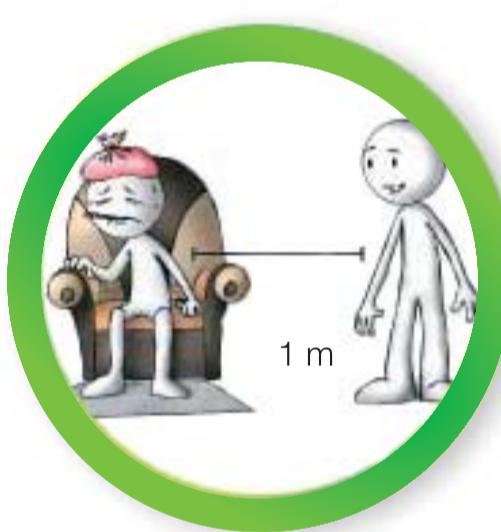
Atire no lixo os lenços
descartáveis nada mais
usá-los.



Láva-te as mãos
regularmente com água
e sabão.



Se você tiver os sintomas
da gripe, fica em casa,
não vai trabalhar, à escola
ou aos locais concorridos.



Se você tiver sintomas da
gripe, mantente como o
mínimo a 1 m das outras
pessoas.



Se você tiver sintomas
da gripe e estiver grávida
ou você ter alguma
doença crônica, vai ao
seu consultório médico.



Quando você cumprimentar
as pessoas, tenta não
abraçar, não beijar ou não
dar a mão.



Não te toques os olhos,
nariz ou a boca sem ter
limpado as mãos.

Telefone da gripe

900 G R I P E A

900 4 7 4 7 3 2

Web <<http://www.euskadi.net/gripe>>



OSASUN ETA KONTSUMO
SAILA

DEPARTAMENTO DE SANIDAD
Y CONSUMO

