

O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE INFECÇÕES RESPIRATÓRIAS?

No Outono e Inverno aumentam as infecções respiratórias. Os vírus são espalhados por tosse e espirros, contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão, contato direto com secreções nasais ou de garganta infectadas ou contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos. Fique atento aos sintomas e como reduzir o risco.

SINTOMAS

SÍNDROME GRIPAL

Sintomas respiratórios, febre, acompanhada de tosse, mal estar, dor de garganta e dor no corpo.

SÍNDROME RESPIRATÓRIA AGUDA GRAVE

Sintomas respiratórios, tosse e dor de garganta com dificuldade de respirar. Desconforto respiratório, lábio roxo e aumento da frequência respiratória.

CORONAVÍRUS COVID19

Sintomas respiratórios, como tosse, falta de ar e febre. Pode causar desde sintomas leves, como um resfriado comum, até quadros mais graves, como pneumonia e insuficiência respiratória aguda.

Febre e pelo menos um sinal ou sintoma respiratório (tosse, dificuldade para respirar, batimento das asas nasais entre outros).



Viagem para área com transmissão local, de acordo com a OMS, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas

ou

Contato próximo de caso suspeito para o coronavírus, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas

ou

Contato próximo de caso confirmado de coronavírus em laboratório, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

COMO REDUZIR O RISCO

- Evitar contato com pessoas com infecções respiratórias;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contato direto com pessoas doentes ou com o meio ambiente e superfícies potencialmente contaminadas (corrimãos, bancos, maçanetas, etc.);
- Lavar as mãos antes e depois de usar o banheiro e de se alimentar;
- Cobrir nariz e boca com um lenço de papel quando tossir ou espirrar e descartá-lo no lixo;
- Caso não tenha lenço descartável, tussa e espirre no antebraço e não nas mãos, pois elas são consideradas veículos de contaminação;
- Higienizar as mãos após tossir ou espirrar;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem higienizar as mãos;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Evitar aglomerações e ambientes fechados;
- Manter os ambientes bem ventilados;
- Evitar contato com animais selvagens e animais doentes em fazendas ou criações;
- Evitar visitar o paciente se estiver com sintomas de gripe.



ANS - nº 335690

Um novo
começo de era



50
anos