

Medidas contra a transmissão da gripe

O modo mais comum pelo qual as doenças infecciosas como a gripe se transmitem é de pessoa a pessoa, através das gotículas de saliva.

❁ Não se esqueça da lavagem das mãos após tossir e espirrar

❁ Se tossir ou espirrar sobre uma superfície (mesa de trabalho; mesa de refeição), mesmo tendo coberto a boca e nariz, passe um toalhete com álcool sobre essa superfície

❁ Quando espirrar ou tossir, cubra o nariz e a boca com um lenço de papel

❁ Deite os lenços usados num saco de plástico e feche antes de colocar no lixo

Hábitos saudáveis eliminam micróbios em casa, na escola e no trabalho!

Menos micróbios

Menos doenças

Mais saúde!



SRAS
Secretaria Regional dos Assuntos Sociais