

Você sabe o que é o vírus A/H1N1?



É uma doença transmitida por um novo tipo de vírus da mesma família que transmite a gripe. Estão sendo registrados um número crescente de casos da gripe A (H1N1) em março. Estudos mostraram que os vírus da gripe suína podem se disseminar de pessoa para pessoa.

Medidas preventivas que se podem adotar:

- Fazer frequente higienização das mãos com água e sabão ou álcool gel a 71%;
- Tente permanecer saudável;
- Durma bem;
- Pratique atividade física,
- Beba muito líquido e prefira alimentos nutritivos.
- Cubra o nariz e a boca com um lenço de papel quando tossir ou espirrar, jogando o lenço no lixo após o uso.

(Fonte: <http://www.cve.saude.sp.gov.br/>)