

Utilize lenços descartáveis  
e jogue-os no lixo após o uso



Cubra sempre o nariz  
e a boca ao tossir  
ou espirrar



# INFLUENZA

## A PREVENÇÃO ESTÁ EM SUAS MÃOS

Lave as mãos  
frequentemente  
com água e sabão



Evite aglomerações  
ou locais pouco  
arejados



**Se apresentar esses sintomas,  
procure uma unidade de saúde.**

- Tosse
- Febre alta (acima de 38°)
- Fadiga
- Dores no corpo, na cabeça e garganta
- Dificuldade para respirar
- Dor no tórax

 **covisa**  
COORDENADORIA DE  
VIGILÂNCIA EM SAÚDE

**SUS** 



**CIDADE DE  
SÃO PAULO**  
SAÚDE

[prefeitura.sp.gov.br/covisa](http://prefeitura.sp.gov.br/covisa)  
   [saudeprefsp](#)