

# Sobre a Gripe A (H1N1)

---

## Pais, Mães e Responsáveis

Ficar em casa mais uma semana foi uma medida preventiva que deve ser levada a sério.

**Seguem alguns cuidados que devem permear a semana que antecede as aulas:**

- Evite espaços fechados como: cinemas, shopping e áreas de diversões como piscina de bolinhas, festas de aniversários, etc.
- É importante que o ambiente doméstico seja arejado e receba a luz solar, pois estas medidas ajudam a eliminar os possíveis agentes das infecções respiratórias;
- Evite o contato com pessoas que viajaram para áreas de risco;
- Não compartilhe alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal;
- Oriente seu filho para que evite tocar os olhos, nariz ou boca e lavar as mãos frequentemente com água e sabão. Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço, preferencialmente descartável.
- Não utilize medicamentos sem orientação médica. Nos primeiros sintomas, procure assistência médica.

**Atenção:** Em caso de sintomas de gripe, não envie seu filho para a escola. O período de transmissão da doença é de até 05 dias após o início dos sintomas.