



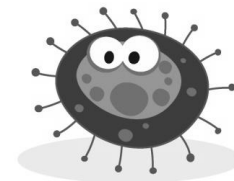
Verificação dos sintomas

Saiba quando ficar em casa



A temporada da gripe em Boston geralmente vai de outubro até março. Os sintomas da gripe (influenza) consistem em febre, tosse, dor de garganta, dor no corpo, dor de cabeça, calafrios e/ou cansaço. A gripe pode ser uma doença grave para algumas pessoas.

Se uma pessoa da sua família não se sentir bem durante a temporada de gripe, é importante saber quando deve ficar em casa e não ir à escola ou ao trabalho. Ficar em casa não só ajuda a pessoa a se sentir melhor, mas também impede o contágio da gripe por outras pessoas. Use este guia como ajuda para saber quando ficar em casa.



GRIFE vs. resfriado comum

Compare os sintomas abaixo para decidir se está com gripe ou um resfriado:

Sintoma	Gripe	Resfriado
Febre	✓	
Tosse	✓	✓
Dor de cabeça	✓	
Dor de garganta	✓	✓
Olhos lacrimejantes		✓
Cansaço	✓	
Dores musculares	✓	
Espirros		✓
Nariz escorrendo, entupido		✓

Alguém está adoentado hoje?

Responda a estas duas perguntas para decidir se alguém deve ficar em casa.

1. A pessoa teve febre de 100,4°F (38°C) ou mais nas últimas 24 horas?

SIM **NÃO**

2. A pessoa está com tosse OU dor de garganta?

Se respondeu **SIM** às **DUAS** perguntas, a pessoa está com uma doença tipo gripe e deve ficar em casa. Se respondeu **NÃO** a uma dessas perguntas, a pessoa não precisa ficar em casa. Deve responder novamente a essas perguntas se piorar.

Está na hora de procurar um médico?

Ligue ou procure um médico se alguém gripado tiver dificuldade para respirar, apresentar mudanças de comportamento, estiver mais agitado, ansioso e irritado, ou não está tomando líquidos suficientes. Observe se ele está com urticária, desidratado ou com outros sintomas que incomodam mais do que os esperados para a gripe.

Posso voltar para a escola ou o trabalho hoje?

Responda a estas duas perguntas para decidir se a pessoa que teve gripe pode voltar para a escola ou o trabalho.

1. A pessoa teve febre de 100,4°F (38°C) ou mais nas últimas 24 horas?

SIM **NÃO**

2. A pessoa tomou paracetamol (Tylenol®), ibuprofeno (Motrin® ou Advil®) ou outros medicamentos para baixar a febre nas últimas 24 horas?

Se respondeu **NÃO** às **DUAS** perguntas acima, a pessoa pode voltar à escola. Se respondeu **SIM** a pelo menos **UMA** das perguntas acima, essa pessoa **NÃO** pode voltar à escola ou ao trabalho. Mantenha a pessoa em casa por pelo menos mais um dia para que se recupere totalmente. E aí faça as perguntas novamente para decidir de pode voltar à escola ou ao trabalho.

Para obter mais informações, acesse www.bphc.org/flu

Boston Public Health Commission

Infectious Disease Bureau

www.bphc.org ou (617) 534-5611